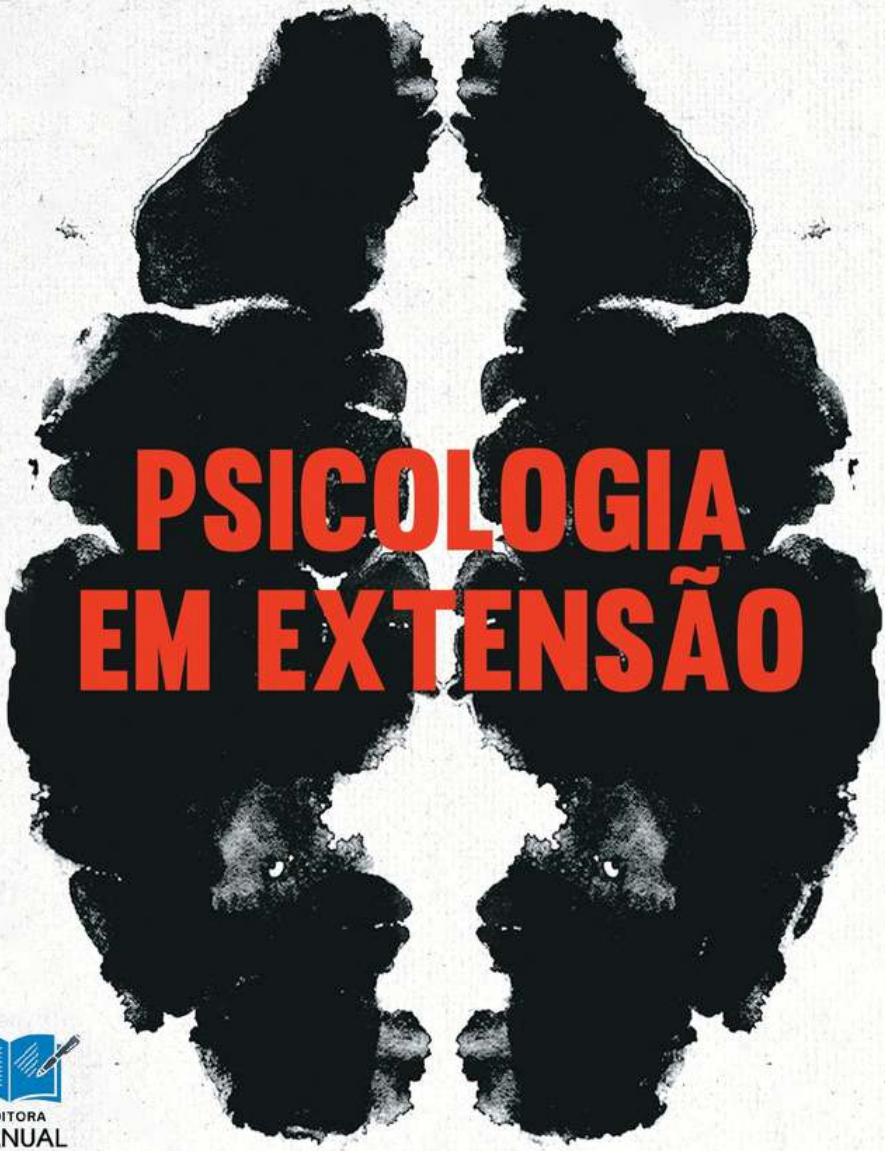
ORGANIZADOR
GABRIEL ARRUDA BURANI

PSICOLOGIA EM EXTENSÃO



EDITORA
MANUAL

PRÁTICAS EXITOSAS DA CURRICULARIZAÇÃO
DA EXTENSÃO EM GRADUAÇÃO DE PSICOLOGIA

GABRIEL ARRUDA BURANI
(ORGANIZADOR)

PSICOLOGIA EM EXTENSÃO
PRÁTICAS EXITOSAS DA CURRICULARIZAÇÃO DA EXTENSÃO EM GRADUAÇÃO DE PSICOLOGIA

1ª Edição

Editora Manual
2024

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Psicologia em extensão [livro eletrônico] : práticas exitosas da curricularização da extensão em graduação de psicologia / organização Gabriel Burani. -- 1. ed. -- Cariacica, ES : Editora Manual, 2024.
PDF

Vários autores.
Bibliografia.
ISBN 978-65-981790-6-9

1. Divulgação científica 2. Extensão universitária 3. Psicologia I. Burani, Gabriel.

24-209530 CDD-150

Índices para catálogo sistemático:

1. Psicologia 150

Aline Graziele Benitez - Bibliotecária - CRB-1/3129

Obra publicada em maio de 2024.

CAPÍTULO 2

AS COISAS PRÓPRIAS DO ENVELHECER: PESQUISA QUALITATIVA SOBRE AS REPRESENTAÇÕES SOCIAIS DO ENVELHECER, DA VELHICE E DO IDOSO.

Amanda Aparecida Afonso de Souza Nanini de Oliveira[1]

RESUMO

Este projeto surge a partir da necessidade de investigar as representações sociais acerca da velhice, do envelhecimento e do ser idoso na atualidade. Para atingir o objetivo, foi desenvolvida uma pesquisa qualitativa estruturada no formato de Entrevista, realizada com indivíduos adultos em amostra randomizada. O objetivo foi compreender a apreensão do envelhecimento e da velhice na visão de jovens adultos. Essa análise se propôs a explorar as possíveis interpretações e representações dessa fase da vida que, para além dos impactos e vicissitudes relacionadas à saúde, permeia o âmbito sócio-histórico e cultural. Como resultado, obteve-se uma valorização dos atributos relacionados à aquisição de experiências, vivências, amadurecimento e, consequentemente, construção de conhecimento, atribuídos à velhice, ao tornar-se idoso.

1 Graduanda em Psicologia pela UniFSP. E-mail: amandanannini7@gmail.com

Palavras-chave: Psicologia. Envelhecimento. Idoso. Representações Sociais.

ABSTRACT

This project arises from the need to investigate social representations of old age, aging, and being elderly in contemporary society. To achieve this objective, a qualitative research structured in an interview format was developed and conducted with randomly sampled adult individuals. The aim was to comprehend young adults' apprehension of aging and old age. This analysis sought to explore possible interpretations and representations of this life stage, which, beyond the impacts and vicissitudes related to health, permeates the socio-historical and cultural sphere. As a result, there was an appreciation for attributes related to the acquisition of experiences, life events, maturity, and, consequently, the construction of knowledge attributed to old age upon becoming elderly.

Keywords: Psychology. Aging. Ederly. Social Representation.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento e a morte, de acordo com Santos; Faria; Patiño, 2018, são processos que não se restringem a uma dimensão biológica, envolvendo dimensões socioculturais que condicionam a experiência dos sujeitos. A dimensão psicossocial do envelhecimento implica no reconhecimento das nuances socioculturais que condicionam a experiência subjetiva e a nossa relação com a própria morte, sendo a finitude, de alguma forma, objeto de representações em toda sociedade humana – quando cultura e sistemas biológicos andam juntos –; não obstante, as sociedades possuem formas diferentes de

compreender e tratar os seus idosos, apreendidas socialmente, praticadas no interior de seus grupos de referência com atitudes de respeito, medo, reverência, descaso, vergonha, violência, portanto, as imagens e as percepções sobre o envelhecimento são formadas e se manifestam de formas diferenciadas em diferentes sociedades ao longo do tempo.

Zimerman (2000), em sua obra voltada para descrição da velhice e suas vicissitudes, traz a reflexão de que, à medida que os anos vão passando, é cada vez maior o número de *idosos,* e relaciona o fenômeno do envelhecimento a vários fatores, como redução da natalidade; redução da morbidez e da mortalidade – consequentemente, com o aumento da expectativa de vida. A partir de duas perguntas a dois grupos de pessoas (a primeira questionava sobre as características que definem uma pessoa velha; a segunda, que parecia ser embasada a partir das respostas atribuídas à primeira, indagava se nenhum dos participantes conhecia jovens chatos, tristes, deprimidos, cansados, doentes ou solitários) evidenciou que a maior parte das características do velho não são peculiaridades de uma faixa etária. Uma pessoa não passa a ter determinada personalidade porque envelheceu, ela simplesmente mantém ou acentua características que já possuía antes. A autora, então, faz a sua descrição do idoso, tratado, até então, pela categoria *velho.*

> Velho é aquele que tem diversas idades: a idade de seu corpo, da sua história genética, da sua parte psicológica, da sua parte psicológica e da sua ligação com sua sociedade. O velho é um *mais:* tem mais experiência, mais vivência, mais anos de vida, mais doenças crônicas,

> mais perdas, sofre mais preconceitos e tem mais tempo disponível (Zimerman, 2000, p.19-20).

Ainda segundo a autora, envelhecer pressupõe alterações físicas, psicológicas e sociais no indivíduo. Tais alterações são naturais e gradativas, vivenciadas com nuances de intensidade – maior ou menor grau-, em idades mais precoces e/ou mais avançadas, de acordo com as características genéticas de cada indivíduo e principalmente os fatores ambientais, o modo de vida de cada um. Embora o envelhecimento seja acompanhado de uma série de adversidades, a pior delas é o despojamento social. Ser idoso, na nossa sociedade, é sobreviver sem projeto e se submeter às burocracias das instituições. É preciso que o indivíduo tenha projetos que não envelheçam, é preciso sedimentar uma cultura positiva da velhice "com interesses, trabalhos, responsabilidades que tornem sua sobrevivência digna" (Zimerman, 2000, p. 21; Bosi, 1994, p. 81 *apud* Silva; Günther, 2000, p. 32).

A história das representações sociais (RS) insere-se na interrelação entre atores sociais, o fenômeno e o contexto que os rodeia. Dessa forma, Araújo, Coutinho e Carvalho (2005, p. 121) versam que as representações sociais são constituídas por processos sociocognitivos nas interações sociais, o que significa dizer que elas têm implicações na vida cotidiana e que a comunicação e os comportamentos adotados por um grupo de indivíduos acerca de um objeto, neste estudo (representações sociais da velhice), são resultantes do modo como os atores sociais representam socialmente esse objeto e do significado que este adquire em suas vidas. As representações sociais

são produto das interações, das comunicações no bojo dos grupos sociais, refletindo a situação dos indivíduos no que diz respeito aos assuntos que são objeto do seu cotidiano (Birman, 2015; Freitas; Scheicher, 2010; Veloz et al., 1999; Zimerman, 2000).

O processo de construção de representações sociais da velhice processa-se nas trocas de conhecimentos populares e científicos, através de experiências grupais e sociais que se repetem ao longo da vivência dos indivíduos. Pesquisar as RS da velhice implica fazer uma leitura não só dos aportes teóricos normativos e científicos, mas também do conhecimento cotidiano (senso comum) elaborado e compartilhado pelo grupo de pertença. Autores como Araújo, Coutinho e Carvalho (2005, p. 122-123) acreditam que o estudo das representações sociais da velhice poderá contribuir para sua compreensão e de suas vicissitudes, seus significados, com os quais os indivíduos estabelecem relações com uma velhice bem-sucedida.

O *ser idoso* no século XXI tem a possibilidade de ser visto de forma diversificada devido à pluralidade das possibilidades do *ser singular*, mas, na prática, há poucos estudos evidenciando as diferenças e semelhanças do que ocorria quando Zimerman (2000) se propôs a estudar e elucidar esse mesmo fenômeno, e chamou de "A violência contra o Velho", item nono (9) da parte I de sua obra "Velhice – Aspectos Biopsicossociais" as várias formas de discriminação e ideias pré-concebidas, oriundas da massificação; e também nos estudos de Veloz *et al*. (1999), que trouxe, também, a análise de materiais verbais obtidos por entrevistas individuais acerca das representações sociais deste mesmo processo. Na construção do saber acerca do

envelhecimento, ao perceber que os materiais disponíveis datam mais de uma década de sua realização, aguçou-se a curiosidade – atrelada à necessidade de coleta de dados- que surgiu com a leitura do compilado de informações acerca do envelhecimento, reunidas por Zimerman (2000), fomentando o desejo de verificar como a população idosa é compreendida por jovens adultos na atualidade.

O projeto de extensão "**As coisas próprias do envelhecer:** Pesquisa qualitativa sobre as representações sociais do envelhecer, da velhice e do idoso" se propôs a investigar a compreensão social sobre o envelhecimento, e ainda, obter a percepção dos indivíduos acerca de quem é o idoso, o que é o envelhecer, ou seja, as representações sociais, os estereótipos que emergem da noção de envelhecimento e da velhice por meio de uma pesquisa de levantamento qualitativa, realizada através de entrevista estruturada com participantes adultos, de ambos os sexos. A aleatorização, ao introduzir um elemento de acaso na alocação dos participantes, reduziu a possibilidade de viés de seleção. Quatro perguntas subjetivas nortearam a entrevista, a saber:

1. Ao seu entendimento, para você, o que é *Envelhecer?*
2. Descreva uma pessoa *Idosa.*
3. Em seu entendimento, que representa a V*elhice*?
4. Pensando no seu envelhecimento, se pudesse escolher algo da velhice para ter agora, e algo da juventude para ter na velhice, o que escolheria?

A aplicação foi feita individualmente, gravada com prévia autorização do participante para ser transcrita, posteriormente,

preservando a qualidade das respostas obtidas e o anonimato dos entrevistados.

METODOLOGIA

De acordo com Sousa e Santos (2020, p. 1398), a pesquisa qualitativa preocupa-se com fatos da sociedade que estão centrados na intepretação e explicação da dinâmica das relações sociais, e a partir de Minayo (2014), tem-se a compreensão de que a pesquisa qualitativa remete ao universo de significados, motivos, aspirações, motivações, crenças, valores e atitudes, correspondendo a um espaço mais profundo das relações, dos processos e dos fenômenos que não podem ser reduzidos à operacionalização de variáveis.

A pesquisa qualitativa foi conduzida por meio de entrevista estruturada, com uma amostra representativa de adultos entre 18 a 50 anos, de ambos os sexos. As perguntas possibilitaram captar as percepções sobre o envelhecimento, as relações intergeracionais, as experiências pessoais com idosos e as influências culturais na construção das representações sociais. Ao introduzir um elemento de acaso na alocação dos participantes, analisar resultados provenientes de amostras randomizadas promove a redução da possibilidade de viés de seleção e garante que as diferenças observadas entre os grupos possam ser atribuídas ao tratamento experimental em vez de características pré-existentes dos participantes (Kara-Júnior, 2014).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados da pesquisa (detalhados em "Anexo 1") revelaram uma variedade de representações sociais da velhice entre os jovens adultos participantes. Se tratando de uma análise qualitativa, cujas respostas foram pessoais e subjetivas, os resultados não foram homogêneos; no entanto, trouxeram o reconhecimento da necessidade de valorização do idoso como alguém dotado de conhecimento, experiência de vida, com barreiras tanto físicas quanto sociais. 40,74% dos participantes relacionaram velhice, ser idoso e envelhecer com passagem de tempo. A categoria "tempo" apareceu como resultado 23 vezes. Um participante associou "Envelhecer" a *morrer aos poucos;* 70% dos participantes associaram a velhice com adquirir "experiência"; compreendem o *ser idoso* como ser experiente, ter experiência, e a categoria apareceu como resultado 42 vezes. A atribuição da velhice enquanto condição que propicia a *evolução* - cerca de 43,3% dos participantes compreendem como um momento de amadurecimento- contrastou com a ideia de velhice marcada/representada por alguém que que só consegue viver com ajuda de outra pessoa, evidenciando a heterogeneidade na concepção acerca da categoria *Velhice*. 6,66% (apenas 2 participantes) relacionaram o idoso e a velhice a rugas e mau humor.

Os participantes relacionaram *velhice*, *ser idoso* e *envelhecer* com passagem de tempo; com adquirir experiências, tornar-se sábio. Houveram constatações de debilidades, perdas de funções executivas e limitações físicas. Houve, ainda, quem relacionou velhice a um estado

de espírito; a um conjunto de vivências; a um estado mental limitador de novas experiências (distinguindo velhice de idade avançada). Alguns dos participantes ficaram emocionados ao descrever uma pessoa idosa, resgatando características de familiares idosos para responder à segunda pergunta da entrevista. A sabedoria e o conhecimento, vistos como atributo da velhice, frutos do amadurecimento, apareceram como elementos mais valorizados para se ter na juventude, enquanto o vigor, a saúde, energia e disposição como elementos da juventude para se ter na velhice.

Observou-se que, em alguns casos, a visão acerca da velhice associada a estereótipos negativos, como fragilidade, dependência, limitações, isolamento. Contudo, também foram identificadas representações mais positivas, relacionadas à sabedoria, experiência e contribuição ativa dos idosos para a sociedade a atualidade, bem como na possibilidade de autonomia, fundamentada na prática de hábitos saudáveis, visando a longevidade.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este projeto de extensão contribuiu significativamente para a compreensão das representações sociais da velhice e do envelhecimento entre jovens adultos. Os resultados (detalhados em "Anexo 1") indicam a importância de abordagens multidisciplinares e estratégias de sensibilização para promoção de uma visão mais equilibrada e respeitosa acerca da velhice na sociedade. No processo de envelhecimento, estão envolvidas, portanto, dimensões psicológicas,

influenciadas por fatores que contribuem para a percepção de aspectos subjetivos, que determinam o enfrentamento e a qualidade de vida do idoso. Acessar as representações sociais acerca do idoso, da velhice, do envelhecer, bem como compreender as características que são valorizadas a partir da velhice, bem como a compreensão do ser idoso enquanto ser biopsicossocial pode orientar políticas públicas, práticas educacionais e ações sociais voltadas para a promoção do envelhecimento saudável e da inclusão dos idosos em diversos contextos sociais (Silva; Günther, 2000; Zimerman, 2000; Araújo; Coutinho; Carvalho, 2005; Morais, 2009; Birman, 2015).

O que se pretendia era verificar a existência de estigmas, de estereótipos negativos, apenas; no entanto, os resultados mostraram que a maioria das pessoas entrevistadas valoriza as categorias atribuídas à velhice, ao ser idoso, para além de suas limitações físicas e debilidades de saúde. Vale alvitrar, acerca dos resultados, que durante as entrevistas, bem como *a posteriori*, durante a análise, a influência de fatores culturais, familiares e midiáticos na construção dessas representações emergiram e sinalizaram a importância do afeto como elemento norteador da formação das representações, em que a interação pessoal com idosos (participantes que rememoraram de momentos, vivências, experiências com seus pais e avós, por exemplo) como um elemento crucial na formação de atitudes mais positivas em relação à velhice.

Pretende-se dar continuidade nos estudos acerca das representações sociais do envelhecer, da velhice e do idoso, analisando amostras de diversos grupos sociais, expandindo resultados,

comparando as diferenças e/ou semelhanças com o presente resultado, bem como com os estudos de outros pesquisadores.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARAÚJO, L. F. de; COUTINHO, M. da P. de L.; CARVALHO, V. Â. M. de L.. Representações sociais da velhice entre idosos que participam de grupos de convivência. **Psicologia ciência e profissão**, Paraíba, v. 25, n. 1., p. 118-131. 2005.

BIRMAN, J. Terceira idade, subjetivação e biopolítica. **História, Ciências, Saúde-Manguinhos**, v. 22, n. 4, p. 1267-1282. 2015. http://dx.doi.org/10.1590/s0104-59702015000400007.

FREITAS, M. A. V. de; SCHEICHER, M. E.. Qualidade de vida de idosos institucionalizados. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 13, n. 3, p. 395-401. 2010. FapUNIFESP (SciELO). http://dx.doi.org/10.1590/s1809-98232010000300006.

KARA-JUNIOR, N.. Definition of population and randomization of sample in clinic surveys. **Revista Brasileira de Oftalmologia**, [S.L.], v. 73, n. 2, p. 67-68, 2014. Revista Brasileira de Oftalmologia. http://dx.doi.org/10.5935/0034-7280.20140015

MINAYO, M. C. de S. (Org.). O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde. 14ª ed. Rio de Janeiro: Hucitec, 2014. 408 p.

MORAIS, O. N. P.. Grupos de Idosos: Atuação da Psicogerontologia no Enfoque Preventivo. **Psicologia ciência e profissão**, Pará, v. 29, n. 4, p. 846-855. 2009.

SANTOS, L. A. de C.; FARIA, L.; PATIÑO, R. A.. O envelhecer e a morte: leituras contemporâneas de psicologia social. **R. bras. Est. Pop**., Belo Horizonte, v. 35, n. 2, p. 1-15, 2018. http://dx.doi.org/10.20947/S0102-3098a0040

SOUSA, J. R. de; SANTOS, S. C. M. dos. Análise de conteúdo em pesquisa qualitativa. **Revista Pesquisa e Debate em Educação**, v. 10, n. 2, p. 1396-1416. 2020. http://dx.doi.org/10.34019/2237-9444.2020.v10.31559.

VELOZ, M. C. T.; SCHULZE, C. M. N.; CAMARGO, B. V.. Representações sociais do envelhecimento. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, Santa Catarina, v. 12, n. 2, p. 1999. https://doi.org/10.1590/S0102-79721999000200015

ZIMERMAN, G. I.. Velhice: Aspectos biopsicossociais. Porto Alegre: Artmed. 2000. 229 p.

ANEXO 1 - TRANSCRIÇÃO – QUESTIONÁRIO

SUMÁRIO

Participante I – D.M. 34
Participante II – K. 35
Participante III – J. V. 35
Participante IV – F. M. 36
Participante V – C. G. 36
Participante VI – A. C. 37
Participante VII – B. C. 38
Participante VIII – P. 38
Participante IX – G. 39
Participante X – L. C. 39
Participante XI – F. T. 39
Participante XII – W. 40
Participante XIII – J. O. 40
Participante XIV – F. 41
Participante XV – L. S. 41
Participante XVI – J.B. 42
Participante XVII – R. 42
Participante XVIII – D. A. 44
Participante XIX – G. S.S.S. 45
Participante XX – K.S. 46
Participante XXI – A. J. E. 47
Participante XXII – V.A.N.O. 49
Participante XXIII – D.A.S.L. 50
Participante XXIV – F.Q.V. 50
Participante XXV – L.M.L.S. 50

Participante XXVI – G.H. 51
Participante XXVII – A.J.G.S. 51
Participante XXVIII - J. 52
Participante XXIX - L. D. R. 52
Participante XXX - M.R. 53

QUESTÕES

1. Ao seu entendimento, para você, o que é *Envelhecer?*
2. Descreva uma pessoa *Idosa.*
3. Em seu entendimento, que representa a velhice?
4. Pensando no seu envelhecimento, se pudesse escolher algo da velhice para ter agora, e algo da juventude para ter na velhice, o que escolheria?

Participante I – D.M.

1. Morrer aos poucos.
2. Uma pessoa idosa. Cara... que difícil. O que define a pessoa idosa é a idade, não fisicamente, a aparência, é a idade.
3. Experiência.
4. Experiência, também, da velhice, e a energia da juventude para quando ficar mais velho.

Participante II – K.

1. É aprender com a vida.
2. Uma pessoa idosa é uma pessoa que já vivenciou muita coisa, que é um exemplo, sabe?! Pessoa madura, uma pessoa resolvida, que já vivenciou muita coisa, então é uma pessoa que está lá e pode ajudar você, com muita experiência a contar.
3. A velhice é um conjunto, né. A palavra que resume tudo é a vivência. É um conjunto de vivência, de maturidade, de tudo.
4. Queria ter a cabeça que eu teria na velhice agora na juventude; da juventude para a velhice, a disposição.

Participante III – J. V.

1. Envelhecer é questão de tempo. Passam-se os anos, passa a sua vida, passam as conquistas... Isso é envelhecer para mim.
2. Pessoa idosa é aquela que já viveu, conquistou muita coisa, já passou muito tempo e nesse tempo conheceu várias pessoas.
3. A velhice na verdade é um estado de espírito. Se você se sente velho, você será velho; agora, se você é uma pessoa de mais idade e se sente novo, você vai ser novo também. Tudo vai de você, entendeu? Não existe isso de, tipo assim, *ai, eu sou velho*, você quer ser velho, né?!
4. Da velhice para ter na juventude, a experiência e da juventude para ter na velhice o tempo, né?! O tempo e a energia.

Participante IV – F. M.

1. Envelhecer é você começar a perder funções e capacidades de exercer coisas que você faria ou fez há tempo atras; deixar de cumprir alguma função diária; não funcionar sua cabeça como antes, perder a memória, essas coisas.
2. Posso descrever a minha avó? É o tempo que ela passou e como ela se comporta com as pessoas. O carinho que ela tem com todo mundo, como se ela tivesse, a cada dia, se despedindo de todo mundo. Que ela já não tem mais o mesmo tempo, então parece que ela é fofa e carinhosa com todo mundo; fala o que pensa (às vezes solta um palavrão, coisa que nunca fez na vida dela...).
3. Eu acho que pode ser o início ou fim de alguma etapa; tanto o início aí de uma experiência com menos, sei lá, mas pode ser o fim também, chegou-morreu.
4. Com certeza a sabedoria do envelhecer e a disposição da juventude.

Participante V – C. G.

1. No meu entendimento, hoje, vendo a visão de mundo, é muito difícil. (emocionada, olhos lacrimejantes). Envelhecer machuca, envelhecer cria muitos tabus e preconceitos.
2. Uma pessoa idosa, hoje, no Brasil, a gente vê como debilidade, portadora de várias necessidades especiais, como amor (choro, novamente), carinho, afetividade e, principalmente, na parte motora/física, estamos muito carentes de atividade para idosos,

voltados para essa faixa etária acima de sessenta. Ai, eu me emociono ao falar de idoso.

3. Isso é complexo. Falando de forma envelhecendo, porque, apesar de ter 43 anos, o corpo sente. Envelhecer é uma coisa que, de fora pra dentro, a gente perde muita vontade de fazer as coisas, porque a gente não tem estímulo de fora pra dentro. Se já não tem de dentro para fora, se não tem também de fora para dentro é muito difícil.
4. Queria a sabedoria da velhice e queria o meu corpo de vinte anos lá na frente (risos).

Participante VI – A. C.

1. Envelhecimento é a melhor parte da vida, onde você já viveu tudo que teria que viver e agora está vivendo a melhor fase (*por causa da minha avó, né*) então acho que a melhor fase da vida é o envelhecimento, onde você passa a mocidade, tem os filhos ou não; casa; estuda; e agora você tá naquela fase, só olhando tudo o que você construiu, o que você gerou, aproveitando os frutos.
2. Uma pessoa idosa eu vou colocar a minha avó, que é uma pessoa super lúcida aos com 75 anos, eu lembro dela com 40, quando ela começou a me criar; batalhou, estudou, trabalhou para criar *nós,* e agora com 75 anos ela tá na melhor fase da vida dela, que ela vai para a igreja, anda, vai para onde ela quer, tem o dinheiro dela, colheu todos os frutos de antepassados dela, né.

3. Pra mim é a paz, você não acha? Porque você olha para uma pessoa idosa, você vê ela tranquila, já viveu tudo o que tinha pra viver, agora só tá curtindo a vida, então acho que é uma paz, né? Ela já não se cobra mais, igual a gente que tem trinta anos. Eu me cobro, porque eu tenho que trabalhar, tenho que estudar, tenho que criar filho, eles não, eles já passaram por essa fase; então tem aquela tranquilidade, aquela paz, né?
4. Eu queria ter essa tranquilidade, já ter feito tudo e agora só colher os frutos; e se fosse ao contrário, ter algo da juventude na velhice, a lucidez, aquela proatividade, aquela força, porque aí a gente já está debilitado. É força.

Participante VII – B. C.

1. O envelhecer é um processo natural da vida.
2. Uma pessoa idosa é uma pessoa com muitas histórias e experiências de vida.
3. A aparência.
4. Na velhice – Saúde; na juventude – Maturidade.

Participante VIII – P.

5. O envelhecer é um processo natural da vida.
6. Uma pessoa com muitas histórias e experiências de vida.
7. A aparência.
8. Na velhice – Saúde; na juventude – Maturidade.

Participante IX – G.

9. O envelhecer é a pessoa ter mais experiência, mais histórias para contar.
10. Uma pessoa com limitações.
11. Não faço ideia. Rugas e mau humor.
12. Da juventude para ter na velhice, saúde. Da velhice para ter na juventude, maturidade a mais, um jeito de ver o mundo diferente, acho que isso é mais interessante.

Participante X – L. C.

1. Envelhecer é tentar adquirir experiências.
2. A primeira coisa que vem em mente é que é um senhor ou uma senhora, de idade, não tem nada a ver com vigor físico, entra muito mais sobre ver a pessoa debilitada (a condição de ser idoso). A gente liga o idoso com o estar debilitado.
3. A velhice, pra mim, sabedoria.
4. Da juventude para ter na velhice, o vigor; e a experiência para ter na juventude.

Participante XI – F. T.

1. Processo natural da vida.
2. Depende do idoso. Idoso debilitado, idoso vigoroso. Vai do estilo de vida que ele levou, né?!
3. Maturidade, conhecimento, se bem que alguns não têm, né?!
4. Vigor na velhice e conhecimento na juventude.

Participante XII – W.

1. É ficar mais velho. Isso.
2. Uma pessoa que joga bingo, dominó, assiste novela, *acho que só*.
3. Dores no corpo.
4. Disposição para ter na velhice, e da velhice para ter agora é a paz, que velho geralmente fica em paz, fica na casa, pelo menos a maioria dos senhores que eu conheço.

Participante XIII – J. O.

1. No meu entendimento, envelhecer é um processo que todos irão passar algum dia, fases da vida que você vai desbloqueando ao longo do tempo, sendo boas ou ruins dependendo de como você viveu ou vive a sua vida.
2. Uma pessoa muito sábia, às vezes muito teimosa dependendo da situação, mas sempre com razão e com os melhores conselhos.
3. Velhice é o último ciclo da vida, como se estivesse perto da linha de chegada da incrível ou difícil corrida que foi a vida.
4. Algo da juventude para ter na velhice eu escolheria a saúde da juventude; algo da velhice para ter na juventude eu escolheria a sabedoria da velhice.

Participante XIV – F.

1. Envelhecimento é uma das fases da vida humana, aonde nosso corpo vai perdendo funções.
2. Uma pessoa idosa começa com a perda de funções, aquilo que antes tinha facilidade em realizar passa a ter mais dificuldades tanto motoras quanto ao organismo, renovação de células.
3. Embora a velhice traga a perca de funções, também vem acompanhada de uma vida vivida cheia de experiências e sabedoria.
4. Algo da velhice seria a sabedoria e conhecimento das pessoas mais velhas que poderia nos ajudar agora em situações que não temos discernimento para compreender; E uma coisa da juventude, a energia e disposição que não sei se terei na velhice.

Participante XV – L. S.

1. Envelhecer, pra mim, é adquirir experiência com a vida, com as pessoas, com a sociedade, e aplicar isso no seu dia a dia, em seu cotidiano.
2. Uma pessoa idosa é aquela que adquiriu as experiências com a vida e chegou ao final da vida, ou à velhice, com uma experiência grande.
3. A velhice representa uma pessoa que conquistou a vida, conseguiu ter êxito ao chegar numa idade avançada e está feliz com isso.
4. Da velhice para ter agora é o tempo, e da juventude, a juventude.

Participante XVI – J.B.

1. Depende. Tem mental, envelhecimento do corpo, tem envelhecimento por desgaste, tem vários tipos de envelhecimento. Depende, porque envelhecer pode ser uma coisa ou ruim; para a mente, por exemplo, envelhecimento pode ser sabedoria, do mesmo jeito que, para um corpo, pode ser desgaste.
2. Uma pessoa idosa, talvez dificuldade para andar – que é uma coisa que se vê nitidamente-; tem idosos que conseguem chegar na terceira idade com uma saúde inexplicável, mas tem aqueles que andam com andador ou até mesmo com outras pessoas ajudando, tanto familiares quanto enfermeiros.
3. Pra mim, o tempo.
4. Da velhice, o conhecimento; e da juventude na velhice, o tempo.

Participante XVII – R.

1. É acumular experiências, tanto em vivência como de informação também.
2. É aquela que tem dificuldade de criar novas experiências e agregar novas informações, novos conhecimentos, tanto de forma mental como física, então ela não consegue progredir mais nessas novas experiências.
3. A velhice, que eu acho que é diferente de idade avançada, eu acho que é um estado que sua mente cria que impede você de ter essas novas experiências, de acumular novos conhecimentos, de captar novas vivências. Então ela te impede. Quando a pessoa

está velha ela, não só pela questão, claro, com o passar da idade, pela questão física você deixa de conquistar novos lugares ou, de repente, não tem um reflexo tão rápido, mas o principal e impactante é você não conseguir acumular essas experiências. E nesse sentido, uma pessoa jovem, nova em idade, pode ser velha, porque ela pode estar num estágio da vida dela em que ela não consegue captar essas novas experiências.

4. Da juventude, o que eu quero ter para sempre, e que eu percebo que está diminuindo, seria a parte de não ter medo. Conforme fui envelhecendo, eu fui tendo mais medo de fazer as coisas, tanto na parte física (saltar, por exemplo), ou de conversar às vezes, porque você cria formas de bloqueio. Conforme suas experiências anteriores, como se fossem *mini* situações ruins, isso vai te bloqueando. Então, ter essa capacidade de não ter medo, essa coragem de fazer as coisas, sem precisar puxar o freio, não ser tão inibido por conta de experiências anteriores que vai acumulando. Agora, para ter na juventude? Ah, sim, uma maior empatia. Por incrível que pareça, quando eu era *menor*, eu não me colocava na pele do outro, então muitas coisas que eu fazia, que, ao meu ver hoje em dia, magoou pessoas lá atrás. Então a empatia, conforme a gente vai avançando, eu consegui ter mais empatia, me colocar mais no lugar das outras pessoas. Então, se tivesse antes eu teria magoado menos pessoas.

Participante XVIII – D. A.

1. Eu acredito que seja um processo de amadurecimento no geral. Acho que o envelhecer acaba sendo uma progressão da vida, o tempo inteiro acumulando nossas experiências e vivências, e pensando no sentido que, ao mesmo tempo que pode ser um acúmulo de memórias e lembranças, acaba sendo também um desafio.
2. Vai de cada um, do jeito que vai levando a vida em si, determina muito de como vai ser quando idoso. É meio difícil generalizar. Alguém mais velho, em torno dos 60 anos, dependendo da pessoa, do estilo de vida, com saúde ou não.
3. Depende do grupo a ser analisado, depende do meio. Porque a velhice acaba sendo uma etapa da vida, um processo, mas dependendo da esfera acaba sendo visto como algo positivo ou não. Algumas pessoas, uma forma de alguém que viveu bastante, acumulou experiências; agora para outras pode acabar tendo aquele sentido de inutilização do sujeito. A pessoa não trabalha mais, então não serve mais para a sociedade, que é uma visão errada. Mas eu acho que é um processo de acúmulo de experiências ainda.
4. Da juventude, saúde e disposição para fazer tudo o que desse na telha, sem ficar dependente dos outros; da velhice, sou meio tendencioso pra falar, porque acho muito importante o acúmulo de experiências ali, no geral, e gosto muito das memórias; gosto muito de ter histórias para contar, memórias como um todo, eu

diria que a sabedoria que vem como um todo, o conhecimento das causas.

Participante XIX – G. S.S.S.

1. Envelhecer é você adquirir experiências ao longo da vida, aprender com os seus erros, mas é você também saber que, infelizmente, a partir daquele momento, todos estão fadados ao mesmo lugar. Então a gente nasce já tendo que encarar a vida, trabalhar, tentar ser feliz, tentar aprender com os erros, mas, infelizmente, é isso, é aquele momento em que não tem saída. É isso envelhecer pra mim. Triste.
2. Uma pessoa idosa... Eu acho que tenho a partir dos meus avós. A minha bisa. 113 anos. Ela é uma pessoa bem idosa. Então, assim, é outra coisa que vem com a idade, né, os problemas da idade. Se você não é uma pessoa com uma genética boa, você acaba dependendo de outras pessoas, e isso, na minha família, *teve bastante.* Se você se cuidar, você consegue ter uma vida mais digna, né, só que a idade, uma pessoa idosa é uma pessoa que eu vejo dependente de outras pessoas, uma pessoa muito carente, que as vezes a família renega, não trata de acordo; a pessoa, ela se abdicou a vida inteira pra cuidar de seus filhos, quando chega a idade os filhos colocam no asilo, alguma coisa assim do tipo, não cuidam; viram as costas, e a pessoa é fadada a receber tratamentos médicos de pessoas que estão nem aí pra elas. Eu acho que é isso, é triste também.

3. Essa tristeza toda! É complicado, porque, assim, nas experiências que eu vejo, existem, sim, idosos que conseguem ter uma vida maravilhosa, a minha sogra, por exemplo, ela é uma senhora de idade, e ela é extraordinária, uma mulher viva, faz de tudo, só que eu não vejo isso na maioria dos idosos, né, então eles acabam sendo pessoas realmente dependentes.
4. A sabedoria da velhice, talvez se eu me olhasse lá do futuro para mim agora, talvez eu falasse para não cometer os mesmos erros; talvez me arriscar mais; talvez não ser tão amarga. E como idosa, eu queria saúde, queria talvez pessoas ao meu redor que me amassem, cuidassem de mim, mas que eu também não fosse um fardo para essas pessoas, sabe, então por isso que eu queria muito a saúde, pra ser igual a mãe do Ramiro, uma idosa feliz, alegre, que faz muita coisa.

Participante XX – K.S.

1. Envelhecer, pra mim, basicamente é adquirir novas experiências, de vida, de conhecimento. É você se tornar uma pessoa mais madura, com uma visão maior do mundo, que se enxerga menor pro mundo, sabe?! A essência é essa, é a experiência, não chega ser a idade, não chega a ser a aparência – a flacidez da pele-, algo estético; tanto é que eu me sinto uma pessoa velha (risos), porque tem umas experiências minhas que eu comparo com as pessoas da minha idade e eu vejo que essas

pessoas não fazem ideia daquilo e eu já penso assim “hm, eu já tive isso, já convivi...”

2. Eu lembro da minha avó, não tem como. É que tem muito fator cultural. Minha avó hoje não está aqui mais, mas pode ser meio machista, mas imagino ela lá, de frente para o fogão dela, cozinhando para os outros. Ela construiu e fez vários quartos pra receber os irmãos, a família, enfim. Uma senhorinha, meio corcunda, cozinhando, mexendo com as plantinhas, essa é a visão que tenho de uma pessoa mais velha, que já sente que fez para o mundo o que ela poderia ter feito, sabe, e hoje ela é muito grata pelo que tem.
3. Paz. É você ter feito o que você poderia ter feito no decorrer da sua vida, ter adquirido as coisas que você almejava, a experiência de que o tempo passa e você tem que valorizar as pessoas que estão ao seu lado, bem como o tempo que você gasta com elas, sabe.
4. Algo da velhice o conhecimento, o aprendizado, e o vigor da juventude. Uma bela troca.

Participante XXI – A. J. E.

1. Envelhecer, pra mim, é você chegar no ápice da sua vida, ter vivido de tudo que você poderia viver, e eu acredito ter chegado ao melhor momento da vida. Você já criou seus filhos, está isento de responsabilidades; pode curtir os seus netos pequenininhos, *vendo eles* crescendo; então, a melhor coisa, eu

acho, que é a velhice. Você está na sua casa, você já fez tudo, você pode ficar tranquilo, em paz; então, eu acredito que a velhice ela é isso, aquele momento que você realmente pode relaxar, finalmente descansar. Com a sensação de que cumpri tudo aquilo que eu tinha que fazer. Eu vim ao mundo pra isso e eu cumpri o que eu tinha que cumprir. Vou ficar em paz agora, vou, sei lá, deitar na minha rede, vou fazer o que eu quiser fazer. Posso viajar, posso ficar em casa, posso ficar comendo *porcaria*; posso vender tudo e sair perdido por aí.

2. A velhice é justamente isso, chegar no melhor momento da sua vida, depois de cumprir tudo, com a sensação de que você fez tudo o que tinha pra fazer. Você pode ter adquirido toda a experiência que você tinha também, e isso te tornou quem você é naquele momento, chegou naquilo, de todos os anos que você viveu.
3. Por exemplo, meu avô tem 78 anos, e eu admiro demais. Porque depois que minha avó faleceu, ele que cuidou da casa, fazia almoço para o meu tio todos os dias, preparava marmita, fazia café. Tem um carinho pelos netos, ganhou uma bisneta ano passado, mais dois bisnetos esse ano, ele tá vivendo o amor que ele tem. Meu avô é *miss simpatia*, conhece todo mundo, e ele adora sair; tem um primo que dá muita atenção pra ele e ele adora. Ele conta umas histórias de quando era mais novo.
4. Da velhice para ter agora é a experiência; da juventude pra ter na velhice, eu acho que, não sei, talvez da infância, eu teria a inocência. Você é muito mais despreocupado quando se é

inocente; você fica mais tranquilo, e é uma coisa que eu gostaria de ter.

Participante XXII – V.A.N.O.

1. Envelhecer é você ganhar/adquirir conhecimento, evoluir como pessoa, como pensamento, mas também é ter uma privação de movimentos, de corpo, de coisas que costumava a fazer. Então é um movimento de perdas e ganhos.
2. Uma pessoa que já não consegue fazer as mesmas coisas, seu corpo já não permite, é um corpo cansado, que não tem um movimento tão bom – embora existam alguns idosos que tenham saúde, na maioria, a gente sabe que são pessoas limitada. Mas, ao mesmo tempo, são pessoas felizes, eu não conheço muito *velho* triste.
3. O que representa a velhice, eu acho que sossego. É o momento que você vai poder descansar da vida, aproveitar. Se Deus quiser, né, se não estiver doente.
4. Da juventude para ter na velhice, amigos. Chegar velho com os meus amigos. E algo que eu gostaria de trazer da velhice para a juventude, a sabedoria.

Participante XXIII – D.A.S.L.

1. Envelhecer é um processo natural, com dores, mudanças comportamentais.
2. Uma pessoa idosa, a minha avó. Uma pessoa animada, feliz, participativa, presente dentro das limitações fazia tudo. Muito forte, raçuda.
3. O que representa a velhice é experiência.
4. Da juventude, não ter dores. Da velhice, a sabedoria.

Participante XXIV – F.Q.V.

1. Envelhecer é tempo, vivência e experiência de vida.
2. Seria uma pessoa com bastante experiência de vida, com conhecimento agregado, independente se é conhecimento de estudos ou de vivências.
3. O que representa a velhice é o tempo.
4. Na velhice, da juventude escolheria ter muito ânimo e força. Na juventude, da velhice escolheria conhecimento agregado pra vida.

Participante XXV – L.M.L.S.

1. Envelhecer é passar do tempo.
2. Seria uma pessoa com problemas nas juntas, de saúde, comorbidades, cabelo branco.
3. O que representa a velhice é passar do tempo.

4. Na velhice, da juventude ter saúde. Na juventude, da velhice ter dinheiro.

Participante XXVI – G.H.

1. Envelhecer é ficar mais experiente.
2. Seria uma pessoa que já tem muita vivência e experiência na vida.
3. O que representa a velhice é o fim da jornada.
4. Da velhice, o conhecimento; da juventude, todo o caminho a trilhar.

Participante XXVII – A.J.G.S.

1. Quando penso na ideia de envelhecer, tá ligado ao amadurecimento, amadurecer junto com a passagem da vida. Conforme os anos vão passando você passa por experiências que te trazem um amadurecimento, um conhecimento. A
2. Vem a ideia da minha avó na minha cabeça. Uma pessoa mais frágil, de cabelo branco, essa coisa do imaculado, sabe?! Aquela pessoa sagrada, o idoso. Uma ideia positiva.
3. Crochê, jogo de bocha, meu avô assistindo o jogo dos Santos no domingo. Porque Santos é time de *velho* (risos).
4. Eu traria da velhice essa coisa do conhecimento para a juventude. E eu levaria da juventude o avivamento. Os idosos tem mais essa questão de estar cansado. Levaria essa coisa da juventude mesmo, essa alegria, essa euforia para a velhice.

Participante XXVIII - J.

1. Fisicamente, suas células envelhecer. Psicologicamente, dependendo da sua vivência, amadurecer, emocionalmente também. Você vai perdendo um pouco da vitalidade da juventude, mas vai ganhando em conhecimento e experiência, acho que isso é envelhecer.
2. Ah, hoje em dia uma pessoa a partir dos 70, 75 anos. A partir de uma idade em que começa a ficar um pouco dependente de alguma ajuda, senão ainda é adulto.
3. Velhice... Eu nunca parei pra pensar nessas coisas. Acho que é o contrário de juventude.
4. Ia falar um negócio, mas é mancada (risos). Ah, escolheria saúde para a velhice. Quero ficar saudável quando estiver mais velho. Quem tem saúde, tem tudo. Ah, e da velhice para a juventude, experiência e maturidade.

Participante XXIX - L. D. R.

1. Primeiro de tudo, é um privilégio. Saber que a gente tá podendo viver mais. Entrando na parte estética, que não deixa de ser uma futilidade, mas é muito importante para a mulher, quando a gente se reconhece como uma pessoa que vai ter ruga, que aquela beleza que a gente tinha não tem mais, o envelhecimento é você se reconhecer como uma nova pessoa, mas não deixando de ser você mesmo.

2. Hoje, o idoso pode ser uma pessoa que tem, a gente acha que seria uma pessoa que poderia ter aprimorado mais conhecimento, mas hoje, pela minha experiência convivendo com meus pais idosos, a gente adquire muita coisa ruim, a gente aprimora muita coisa ruim, não só conhecimento, como a gente também adquire e aprimora muito o orgulho. Ao chegar na terceira idade, se o idoso não abrir mão de todos esses *valores* ruins, não é muito proveitosa (a terceira idade).
3. Ah, eu não gosto de nada que vem do velho, porque velho pra mim a gente fala de móvel. Eu gosto do envelhecimento, da maturidade. A gente tá ficando maduro. Eu vejo como uma evolução.
4. O que mais prezo, mais estou lutando para ter na velhice é a Independência, e acho que eu gostaria de ter (juventude) uma sabedoria que alguns idosos têm, principalmente uma leveza de viver que alguns idosos têm também.

Participante XXX - M.R.

1. Para mim o envelhecimento é quando alguém se deixa abater pela idade e pelo seu espírito, ela mesma se entrega ao tempo. Uma pessoa que não faz nenhum exercício físico, vive cansada, indisposta, ranzinza, mau humorada. O espírito da pessoa se deixa levar por isso, ficando mais “velha” do q ela realmente é.

2. Ossos fracos, pele flácida, cabelos brancos ou grisalhos, olhos caídos, boca mais seca, sem agilidade, dificuldade na fala, vista cansada, dificuldade na hora de ouvir, etc.
3. Alguém que que só consegue viver com ajuda de outra pessoa.
4. Eu escolheria o conhecimento/experiencia da minha velhice para ter agr. E quando mais velho eu só quero ter a disposição que tenho agora.