ENVELHECIMENTO BEM-SUCEDIDO, ENVELHECIMENTO PRODUTIVO E ENVELHECIMENTO ATIVO: REFLEXÕES

Cidália Domingues Gonçalves¹

resumo

Este artigo tem como objetivo refletir sobre a questão do envelhecimento. Diversos termos têm surgido, nas últimas décadas, correspondendo a diferentes modelos de envelhecimento. Discutimos os mais conhecidos: envelhecimento bem-sucedido, envelhecimento produtivo e envelhecimento ativo, destacando as suas potencialidades e limites. Pretendemos com esta reflexão, contribuir para o desenvolvimento de práticas profissionais, na área do envelhecimento, mais inclusivas e humanistas. Após a discussão de cada modelo, concluímos que não há fórmulas mágicas para que o envelhecimento se processe de uma forma verdadeiramente boa e saudável. Para promover a qualidade de vida e aumentar o bem-estar nas últimas etapas de vida, precisamos de um forte compromisso na construção de uma sociedade mais inclusiva e humanista.

¹ Licenciada em Sociologia pela Universidade Nova de Lisboa. Mestre em Educação e Formação de Adultos e Intervenção Comunitária pela Universidade de Coimbra. Mestranda em Gerontologia pela Universidade de Aveiro. E-mail: cidaliadg@gmail.com

1 Introdução

O aumento da esperança média de vida é uma importante conquista da Humanidade e resulta de progressivas melhorias nas condições de vida, nomeadamente no campo da saúde. Apesar de ser um aspeto positivo e marca do desenvolvimento das sociedades, não deixa de acarretar novos desafios, como o envelhecimento demográfico. Em demografia consideram-se dois tipos de envelhecimento: quando a percentagem de jovens diminui, temos o chamado ‘envelhecimento na base’ da pirâmide de idades. Quando o peso das pessoas idosas aumenta, temos o ‘envelhecimento no topo’. Estes dois tipos de envelhecimento estão relacionados entre si. Tal significa que, “[...] numa perspetiva de equilíbrio entre gerações, não existem ‘pessoas idosas a mais’ numa sociedade” (NAZARETH, 2009, p. 14).

Este ponto de vista reforça a ideia de que o envelhecimento das sociedades modernas não resulta apenas do aumento da longevidade, mas da queda abrupta nos índices de fecundidade, o que é particularmente grave nos países desenvolvidos. Estes dois fatores conjugados resultam no que habitualmente se designa de “duplo envelhecimento”. Assim, se por um lado estes países têm avançado para um modelo demográfico de não renovação de gerações e, se por outro lado, se vive mais tempo, urge repensar o equilíbrio geracional. O que é necessário é não olhar estas questões como um problema, mas como um desafio. É um novo olhar e uma nova atitude que se exige!

A resolução desta complexa equação supõe, necessariamente, a revalorização das etapas mais avançadas da vida, já que temos assistido ao desenvolvimento de perspetivas negativas sobre a velhice. Hoje “[...] o velho sábio, muitas vezes analfabeto, tornou-se numa pessoa fora da época que conta coisas que as gerações mais novas, na sua grande maioria, pensam ter pouco interesse” (NAZARETH, 2009, p. 14). É, de certo modo, uma “sociedade do desperdício” (SIMÕES, 2006, p. 156), sendo que o exemplo mais gravoso deste desperdício se manifesta pela desvalorização dos “[...] recursos representados pelos idosos” (SIMÕES, 2006, p. 156). E esta desvalorização não significa só uma perda para os mais velhos, como “[...] é a sociedade que se vê privada de um potencial de saber, de competência e de experiência, tão útil e tão necessário para a resolução dos problemas mais graves” (SIMÕES, 2006, p. 15).

Urgem, como já referimos, novas soluções e novos caminhos. É necessário que a sociedade confira novas oportunidades e novos papéis aos mais velhos. Assim, “[...] é necessário que o prolongamento da vida seja acompanhado de uma valorização do contributo no seio da família e, para que tal ocorra, é necessário que se valorizem as famílias e o apoio que estas possam prestar de modo a permitir aos seus idosos manterem níveis de bem-estar” (OLIVEIRA, 2007, p. 88). É assim necessário um novo entendimento sobre o equilíbrio geracional em geral e sobre a adultez avançada, em particular. Miralles (2010) propõe uma leitura diferente da atual situação das pessoas idosas, reconhecendo o seu potencial produtivo como aspeto que tem permanecido invisível nas nossas sociedades.

A ideia da velhice ser um importante estágio de desenvolvimento humano é recente e contraria muitos dos estereótipos negativos sobre o envelhecimento. Doença, inatividade, depressão, solidão e incapacidade são algumas das representações distorcidas associadas às etapas mais avançadas da vida (GONÇALVES; OLIVEIRA, 2013). Esta visão é fortemente discriminatória e prejudica os mais velhos, nas mais diversas áreas da vida. No entanto, as investigações mais recentes têm vindo a “acentuar as enormes potencialidades das pessoas mais velhas” (GONÇALVES; OLIVEIRA, 2011, p. 246) e a defender que viver mais anos deve ser, de fato, sinónimo de qualidade de vida. Dentro desta linha de pensamento, foram surgindo diferentes conceitualizações do que deve e pode ser, um envelhecimento bem-sucedido, produtivo e ativo. Apesar destes termos surgirem, muitas vezes de forma indiscriminada, como se fossem sinónimos, cada um deles tem um significado específico e distinto. Embora tenham sentidos diferentes, todas estas perspetivas têm vindo a contribuir para contrariar uma visão negativa do envelhecimento humano e da velhice, e nesse sentido impõem-se uma reflexão. Assim, pretendemos neste trabalho refletir acerca dos três constructos apresentados: envelhecimento bem-sucedido, envelhecimento produtivo e envelhecimento ativo. Com esse intuito vamos discutir as suas potencialidades e limitações.

2 Envelhecimento(s)

O envelhecimento é um processo universal pelo qual todos passamos. Para além de multidimensional, o envelhecimento é um processo multidirecional, gradual e irreversível e é mais do que a soma do tempo que passa. É um fenómeno complexo, que engloba simultaneamente aspectos fisiológicos, psicológicos e sociais. É geralmente considerado que o envelhecimento ocorre

ao longo do ciclo de vida e que a velhice corresponde ao estágio final da vida. Encarar o envelhecimento como um *continuum* significa que envelhecemos a cada dia, a cada hora, sem que tal signifique que somos velhos!

O processo que envolve o envelhecimento depende de fatores de natureza endógena e exógena, que interagem com a herança genética, e em equilíbrio dinâmico com fatores de natureza física, psíquica e social. Contudo, estes fatores são, ainda, altamente influenciados pelos contextos em que vivemos: os estilos de vida, o gênero, a profissão, o rendimento econômico e a acessibilidade a serviços de saúde são apenas alguns dos aspectos que marcam a forma como o nosso corpo e a nossa mente sentem a passagem do tempo. Assim, podemos dizer que o envelhecimento é revestido de uma “marca individual” (VAZ, 1998, p. 623). Idealizar a velhice como um grupo homogêneo é uma ideia enganadora. As experiências de vida, que usualmente aumentam com a idade fazem com que as diferenças se vão acentuando, à medida que o tempo passa.

Na mesma linha, Simões alerta-nos para o fato de que, “[...] na realidade, o idoso simplesmente não existe” (SIMÕES, 1990, p. 109). Deste modo, o autor salienta a construção social do conceito e a heterogeneidade do grupo que apelidamos de idosos. Por outro lado, e sendo o envelhecimento um processo complexo, é possível ser-se “velho fisicamente, psicologicamente de meia-idade e jovem socialmente. Ou uma combinação diferente destas três situações” (SIMÕES, 1990, p. 110). Ou sendo o processo de envelhecimento um fenômeno que integra diversas dimensões (física, psicológica, social, espiritual) pode acontecer que não exista sincronia entre o nosso relógio biológico e a nossa atitude perante a vida (OSORIO, 2007).

Estes aspectos levam-nos a concluir que duas pessoas com a mesma idade não têm necessariamente outro aspeto em comum, que não seja a idade. Tal constatação é da maior importância, e deve estar sempre presente naqueles que trabalham com as pessoas idosas. Este aspeto exige uma permanente vigilância das práticas profissionais, de modo a não tratarmos de forma igual, o que é diferente. É, igualmente, nesse sentido que nos referimos a *envelhecimentos*, pretendendo salientar a variabilidade individual deste processo.

3 Envelhecimento: da investigação às práticas profissionais

Cientificamente é o próprio interesse pelo estudo da velhice que é recente. No entanto, apesar disso, a última etapa do ciclo de vida passou a ser objeto de estudo de numerosos saberes científicos, dos quais destacamos os domínios das ciências da saúde, das ciências da educação e das ciências sociais e humanas. Se, durante largo tempo, a última etapa do ciclo de vida foi considerada

desinteressante, na medida em que era associada a perdas e declínios, hoje este tema interessa à comunidade científica, com importantes reflexos nas práticas daqueles que trabalham com as pessoas mais velhas.

A ausência de investigações científicas, sobre o desenvolvimento na vida adulta, teve por consequência a manutenção de uma concepção dominante, que defendia que até à adolescência se davam todas as mudanças relevantes no desenvolvimento humano. Contudo, a partir da década de 1960 a concepção negativa do processo de envelhecimento começou a ser contestada, como consequência de investigações que demonstraram que o declínio intelectual não era inevitável. Para estes resultados muito contribuiu uma mudança nos métodos de investigação, em específico a passagem de estudos transversais para os estudos longitudinais. Nos estudos transversais, os resultados obtidos apontavam no sentido da perda de capacidades, uma vez que os mais velhos apresentavam, sistematicamente, piores resultados nos vários testes cognitivos efetuados. A interpretação feita à época ia no sentido da perda de capacidades ao longo do ciclo de vida, ignorando-se o aspeto geracional (VANDENPLAS-HOLPER, 2000). Contudo, as investigações longitudinais, que consistem em recolher dados, de forma repetida, sobre o mesmo grupo de pessoas, permitiram obter dados mais claros sobre esta temática. Estas investigações abrem, assim, caminho a uma perspetiva positiva do envelhecimento.

As novas evidências científicas resultam numa valorização da vida adulta e da última etapa do ciclo vida. Devido a um predomínio das perspetivas negativas acerca do envelhecimento, diversos autores vão desenvolvendo modelos que visam valorizar a última etapa do ciclo de vida. O interesse face ao envelhecimento tem sido assim, acompanhado pelo desenvolvimento de constructos que visam dar resposta ao que deve ser um bom envelhecimento (ALMEIDA, 2007). Destacamos aqui, os seguintes modelos: envelhecimento bem-sucedido, envelhecimento produtivo e envelhecimento ativo, por serem os mais conhecidos.

4 Envelhecimento bem-sucedido

Em 1961, Robert Havighurst introduz o termo *successful aging* no primeiro número da revista *The Gerontologist*. No entanto, só na década de 1980, o termo foi popularizado por John Rowe e Robert Kahn, tornando-se mais conhecido. No entanto, já na década de 1950 e 1960, alguns investigadores europeus tinham iniciado uma importante discussão sobre o tema. Estes investigadores ao perceberem que era possível encontrar pessoas idosas saudáveis, começaram a questionar as ideias vigentes de que o envelhecimento é sinónimo de declínio.

A expressão *envelhecimento bem-sucedido* pretende designar o “[...] conjunto de fatores que permitem ao indivíduo continuar a funcionar eficazmente, tanto

de um ponto de vista físico como mental” (SIMÕES, 2006, p. 141). Segundo Simões, o envelhecimento bem-sucedido é constituído por três vertentes: 1) baixo risco de doenças ou incapacidades relacionadas com a doença; 2) funcionamento físico e mental elevado; 3) empenhamento ativo na vida. Este paradigma baseia-se na “[...] ideia de que as pessoas têm um papel decisivo na orientação da sua própria vida” (SIMÕES, 2006, p. 141), podendo prevenir a doença, e promover a saúde física e mental, por manterem uma postura ativa relativamente à vida. A grande inovação do modelo é, na nossa perspetiva, a crença de que o envelhecimento é compatível com uma vida saudável (do ponto de vista físico e mental) e plena. A prevenção assume um papel chave neste processo, levando a que, de acordo com o estilo de vida de cada, o processo de envelhecimento seja diferente de pessoa para pessoa.

Outro aspeto que este modelo valoriza é o empenhamento ativo na vida, o que implica o desenvolvimento de redes de relações sociais, o que poderá beneficiar a saúde. Mas, o empenhamento na vida ativa pode estar relacionado, igualmente com o desempenho de atividades, por parte das pessoas idosas. Na perspetiva de Simões, faz todo o sentido que a pessoa idosa possa trabalhar, mesmo de forma remunerada. Para este investigador, não é “[...] compreensível que, mantendo-se o idoso com capacidade e desejo de trabalhar, a sociedade desperdice o potencial que ele representa” (SIMÕES, 2006, p. 143).

Podem ser apontadas algumas limitações ao modelo do envelhecimento produtivo, como o fato deste adotar critérios de sucesso difíceis de atingir para a generalidade das pessoas (ALMEIDA, 2007). Na perspetiva de Almeida (2007, p. 19), estes critérios, são “[...] do tipo ‘tudo ou nada’ – não fazendo jus a uma visão da saúde como um *continuum* e excluindo, por exemplo, as situações de incapacidade, doença crónica ou, tão só, de maior risco e fragilidade” (p. 19). A mesma autora considera que os critérios de sucesso propostos estão centrados em “[...] resultados de carácter normativo e objetivo, pressupondo a sua aplicabilidade universal” (ALMEIDA, 2007, p. 19) e assim, esquecem as diferenças individuais. De modo geral, podemos dizer que o modelo é assim, caracterizado como idealista (no sentido de propor algo difícil de atingir), indiferente aos contextos (que beneficiam ou prejudicam os processos de envelhecimento) e discriminador, na medida em que exclui todos os que não cumprem os critérios propostos.

Outro modelo de envelhecimento bem-sucedido, bastante conhecido e que ultrapassa, em certa medida, as limitações anteriormente referidas, é o proposto por P. Baltes e M. Baltes. Em resultado das investigações, Baltes e colaboradores desenvolvem um modelo, baseado em ganhos e perdas, que denominam de *Selective Optimization with Compensation* (SOC) ou Optimização

Selectiva com Compensação. Este modelo propõe estratégias para melhor lidar com as mudanças, inerentes à passagem dos anos e que passam por três aspectos: seleção, otimização e compensação. Estes são estratégias para melhor lidar com as mudanças decorrentes da idade. Esta estratégia é bem exemplificada pelo pianista Arthur Rubinstein, que, com 80 anos de idade, continuava a manter níveis elevados de desempenho, quando tocava piano. Ao ser questionado sobre as estratégias usadas para se manter em tão plena forma artística, o pianista refere três ideias: 1) toca poucas peças (seleção); 2) pratica bastante (otimização); 3) imprime um toque único nas suas peças, ao conseguir um maior contraste entre os momentos mais lentos e mais rápidos, ou seja, tocando de forma mais lenta antes dos segmentos mais rápidos, compensando assim, a sua menor rapidez na execução das peças (compensação) (BALTES; STAUDINGER; LINDENBERGER, 1999). A seleção está, assim, relacionada com os objetivos, dado que o sujeito opta por restringir os domínios de atuação na sua vida, de modo a maximizar as escolhas realizadas (otimização), compensando assim, as perdas sofridas.

5 Envelhecimento produtivo

O termo *envelhecimento produtivo* foi introduzido, em 1982, por Robert Butler. Em 1985 foi divulgado na obra de Butler e Gleason, intitulada *Productive aging: Enhancing vitality in later life* (SIMÕES, 2006). O termo surgiu em contraponto às imagens negativas frágeis, dependentes e não produtivas, usualmente veiculadas sobre as pessoas idosas.

Apesar da atualidade do tema, podemos dizer que o constructo não é consensual. Nas palavras de Simões “[...] o que se entende pelo termo ‘produtivo’ é objeto de tanta disputa que se torna obrigatório perguntar o que pretende significar, exatamente, cada autor, com a sua definição” (2006, p. 144). Passamos a apresentar algumas dessas definições.

Em 1996, Morgan adota uma “[...] perspectiva eminentemente econômica, considerando produtiva qualquer atividade que produz bens e serviços, ou reduz a procura do mesmos” (SIMÕES, 2006, p. 144). Herzog e colaboradores, em 1989, esclarecem que estes bens ou serviços podem ser ou não remunerados, incluindo, assim, “o cuidado de crianças, o voluntariado e o apoio à família e amigos” (SIMÕES, 2006, p. 145). Em 1993, Caro e Chen definem envelhecimento produtivo como “[...] todo o tipo de actividades que contribui para produzir bens e serviços, ou que desenvolve a capacidade para os produzir, sejam remuneradas ou não essas actividades” (SIMÕES, 2006, p. 145). Esta definição é

provavelmente das mais conhecidas. Em 2001, Caro e Chen acrescentam, ainda que só se consideram as atividades com “valor econômico” no sentido em que “[...] se nenhum indivíduo ou grupo as executar, haverá necessidade de que outro indivíduo ou grupos as realize” (SIMÕES, 2006, p. 145). Assim, excluem-se atividades como as atividades físicas ou práticas religiosas, mas incluem-se, o trabalho profissional, o voluntariado, as tarefas desempenhadas em favor dos membros da família, amigos e vizinhos. Já Kaye, Butter e Webster (2003) entendem o envelhecimento produtivo como o envolvimento em tarefas de realização satisfatórias e com impacto na sua vida pessoal e da comunidade. Em 2004, Rosario, Morrow-Howell e Hinterlong sugerem que “[...] um papel produtivo é todo aquele que produz bens ou serviços, quer seja remunerado ou não, considerando que o seu desempenho é um fator protector para os idosos, propiciando bem-estar ao próprio e aos outros (MARTIN et al., 2007, p. 203-204). Para Martin e colaboradores (2007, p. 203), a noção envolve conceitos como “produção de serviços e satisfação de necessidades”.

Outra perspectiva bastante pertinente é da Choi e Densi (1998) que nos mostram como é que as sociedades prejudicam o desenvolvimento de atividades produtivas por parte das gerações mais velhas, através do desenvolvimento de práticas excludentes. De uma forma quase subterrânea, isto é, discreta e escondida, a sociedade e o Estado criam mecanismos que afastam os mais velhos da esfera produtiva, mesmo antes da idade legal de aposentadoria. Quaresma (2007) reforça esta ideia, mas entende que a exclusão do mercado de trabalho é mais precoce. No seu entendimento, esta marginalização surge em plena meia-idade, sobretudo a partir dos 50 anos de idade.

Como pudemos notar, não existe consenso na definição de envelhecimento produtivo. O aspeto que surge mais vezes e parece ser comum é a questão do valor económico do envelhecimento produtivo, mas a própria definição do que tem valor económico, levanta discussão (SIMÕES, 2006). No entanto, não podemos deixar de notar que todas as definições que apresentamos conceitualizam o “[...] envelhecimento sob uma perspectiva positiva, refutando estereótipos e valorizando o papel desempenhado pelos idosos, bem como os contributos que prestam” (GONÇALVES et al., 2006, p. 13).

No que diz respeito às críticas ao envelhecimento produtivo, estas estão sobretudo relacionadas com o fato desta perspectiva, deixar de fora as atividades de enriquecimento pessoal. Esta crítica denuncia o carácter mais economicista deste modelo.

Apesar de assumirmos que o desempenho de atividades produtivas, nas etapas mais avançadas da vida, é positivo, uma vez que contribui para o bem individual e comum, não podemos deixar de fazer uma nota de alerta. Alguns

estudos indicam que, o desempenho de atividades produtivas, em etapas mais avançadas da vida, nem sempre é positivo. Num estudo realizado com avós verificou-se que quando tomam a seu cargo as responsabilidades de cuidar dos netos, alguns sentem declínio na sua saúde e aumento da sintomatologia depressiva (MARTIN et al., 2007). Estes resultados estão de acordo com os obtidos por Hsiao e colaboradores que concluíram que a ocupação de papéis produtivos, nas etapas mais avançadas da vida, pode estar relacionada com o aumento dos níveis de depressão (HSIAO et al., 2014). Assim, a nossa perspectiva é de vigilância! Como Simões, pensamos ser difícil não concordar com os princípios do envelhecimento produtivo. Mas, entendemos também que é importante atender à variabilidade individual, aos objetivos e aos contextos de vida (SIMÕES, 2006).

6 Envelhecimento ativo

O envelhecimento ativo tem estado nas agendas internacionais, sobretudo desde a celebração do Ano Europeu do Envelhecimento Ativo e da Solidariedade entre Gerações, em 2012. Iniciativa esta, que deu grande visibilidade à importância de se envelhecer de forma ativa. No entanto,

[...] se a adoção do paradigma do envelhecimento ativo é comum a todas as organizações internacionais, a abordagem que elas desenvolvem nem sempre é coincidente, refletindo preocupações e soluções distintas, que resultam, em parte pelo menos, dos objetivos e do âmbito de intervenção que caracterizam essas organizações (PINTO, 2007, p. 13).

Foi a Organização Mundial de Saúde (OMS) que lançou o termo, em 2002, aquando da II Conferência Mundial Sobre o Envelhecimento realizada em Madrid. O envelhecimento ativo foi definido como “[...] o processo de otimização das oportunidades para a saúde, a participação e a segurança, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas envelhecem” (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE, 2002, p. 14). O objetivo do envelhecimento ativo é, segundo a OMS, “[...] aumentar a expectativa de uma vida saudável e a qualidade de vida para todas as pessoas que estão envelhecendo, inclusive as que são frágeis, incapacitadas fisicamente, e que requerem cuidados” (2002, p. 14).

O envelhecimento ativo assenta em três pilares: a *saúde*, a *participação* e a *segurança*. As questões referentes à *saúde* são fundamentais para a qualidade de vida, diminuindo a necessidade de tratamentos médicos e de serviços assistenciais (OMS, 2002). A *participação* está relacionada com o fato das pessoas idosas

poderem continuar a contribuir para a sociedade, através de atividades realizadas em âmbito diferentes, remuneradas ou não. No que diz respeito à *segurança*,

[...] quando as políticas e os programas enfocam as necessidades e os direitos das pessoas idosas à segurança social, física e financeira, ficam asseguradas a proteção, dignidade e assistência aos mais velhos se não puderem mais se sustentar e se proteger. As famílias e as comunidades são auxiliadas nos cuidados aos seus membros mais velhos (OMS, 2002, p. 63).

A OMS define, ainda, o que considera serem os fatores determinantes do envelhecimento ativo. O conhecimento destes fatores é essencial para a definição de políticas e programas de envelhecimento ativo, pelo que os vamos apresentar de um modo sumário.

A OMS destaca os *fatores culturais* e o *gênero*, como fatores determinantes de carácter transversal. Os primeiros estão relacionados com os valores culturais e as tradições e são determinantes na forma como uma sociedade encara os processos de envelhecimento. O *gênero* “[...] é uma lente através da qual considera-se a adequação de várias opções políticas e o efeito destas sobre o bem-estar de homens e mulheres” (OMS, 2002, p. 25). A OMS indica, ainda, um conjunto de seis outros fatores, determinantes do envelhecimento ativo: serviços sociais e de saúde, aspectos económicos, aspectos sociais, ambiente físico, pessoais e comportamentais.

Também a Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico definiu o envelhecimento ativo, embora de uma forma mais focada em aspectos económicos, comparativamente à perspetiva que apresentamos anteriormente. Esta organização entende o envelhecimento ativo como a capacidade de as pessoas idosas terem uma vida produtiva na sociedade e na economia (CABRAL et al., 2013).

A nível Europeu, a Comissão Europeia define o envelhecimento ativo como uma estratégia coerente que visa um envelhecimento saudável (CABRAL et al., 2013). A Comissão Europeia defende práticas que englobam a educação e a formação ao longo da vida; o prolongamento da vida ativa; o adiamento da entrada na reforma e, mais progressivamente (CABRAL et al., 2013). É uma perspetiva que dá relevo à produtividade, mesmo após a reforma, defendendo que é através da atividade que o envelhecimento se torna saudável.

Se a Organização Mundial de Saúde defende uma perspetiva mais integrada, baseada nos conceitos de saúde, segurança e participação, as definições da Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico e da Comissão Europeia parecem ter um carácter mais económico e voltado para o desempenho de papéis produtivos durante mais tempo.

No que diz respeito às críticas, estas referem-se, sobretudo à complexidade do constructo e às consequentes dificuldades em o operacionalizar. Machado (2007) refere, num entendimento crítico, a *ocidentalização* do termo. Este autor refere que

[...] fora do perímetro alargado do Velho Mundo, onde a influência da socialização geronte Ocidental é menos acentuada, e onde a descapitalização social dos mais velhos é menos evidente – muito embora se saiba existirem problemas sociais sérios entre a população mais idosa, em estreito alinhamento com os problemas da população em geral – a noção de envelhecimento ativo será, no mínimo, estranha – como já o haviam sido, algumas décadas antes, as noções de 3ª e 4ª Idades (MACHADO, 2007, p. 54).

7 Considerações finais

Os modelos de envelhecimento que discutimos pretendem encontrar, cada um deles, a fórmula certa para que o envelhecimento se processe de uma forma verdadeiramente boa e saudável. Mais do que uma solução única, a nossa reflexão leva-nos a concluir que há aspectos que devemos reter se enquanto profissionais pretendemos contribuir para processos de envelhecimento mais positivos e humanistas. Em primeiro lugar, a importância de contextualizar. O tempo histórico, o lugar geográfico, os contextos de vida, em particular e de cada, não podem ser esquecidos na medida em que são fortemente influenciadores dos processos de envelhecimento. Em segundo lugar, a relevância de individualizar. Se as diferenças se acentuam com a idade, é fundamental essa atenção. Assim, devemos considerar que cada pessoa pode e deve seguir percursos de envelhecimento que sejam congruentes, com a sua vida e os seus interesses. A título exemplificativo, recordamos o envelhecimento produtivo. Como vimos, pode ser positivo e valorativo dos idosos, mas pode igualmente trazer consequências negativas.

Para concluir, relembramos que os caminhos do envelhecimento são complexos e sobretudo, diversos. Contudo, se queremos promover a qualidade de vida e aumentar o bem-estar dos mais velhos, é necessário envolver todos e cada um, levando as pessoas a refletir nas consequências das suas ações, para si próprios e para o mundo que os rodeia. Precisamos de caminhar para modos de vida mais integradores e inclusivos, capazes de favorecer o potencial do desenvolvimento humano.

SUCCESSFUL AGING, PRODUCTIVE AGING AND ACTIVE AGING: REFLECTIONS

abstract

This article aims to reflect on the issue of aging. In the last decades, several concepts and frameworks have been proposed. This article discusses some of them — successful aging, productive aging and active aging — emphasizing their potential and limits. After the discussion of each model, we conclude that there is no magic formula for aging to take place in a truly good and healthy manner. To promote people's quality of life and increase well-being in the last stages of life, we need a strong commitment to building a more inclusive and humanistic society. With this reflection, we intend to contribute to the development of more inclusive and humanistic professional practices in the field of aging.

keywords

Aging. Successful Aging. Productive Aging. Active Aging.

referências

- ALMEIDA, Mariana. Envelhecimento: Activo? Bem Sucedido ? Saudável ? Possíveis Coordenadas de análise. *Forum Sociológico*, Lisboa, v. 17, n. 2004, p. 17-24, II Série, 2007.
- BALTES, Paul; STAUDINGER, Ursula; LINDENBERGER, Ulman. Lifespan psychology: Theory and application to intellectual functioning. *Annual Review of Psychology*, Palo Alto, v. 50, p. 471-507, 1999.
- CABRAL, Manuel Villaverde et al. *Processos de envelhecimento em Portugal. Uso do tempo, redes sociais e condições de vida*. Lisboa: Fundação Francisco Manuel dos Santos, 2013.
- CHOI, Nankee; DINSE, Sau-Ling. Challenges and Opportunities of the Aging Population: Social Work Education and Practice for Productive Aging. *Educational Gerontology*, USA, v. 24, n. 2, p. 159-173, Jan. 1998.
- GONÇALVES, Cidália Domingues; OLIVEIRA, Albertina Lima. Sabedoria e Educação — um estudo com adultos da universidade sénior. In: ALCOFORADO, Luís et al. *Educação e Formação de Adultos* — políticas, práticas e investigação. Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra, 2011. p. 245-254.
- _____. Reflections from a study about wisdom with students from a senior university. In: OLIVEIRA, Albertina Lima. *Promoting conscious and active learning and aging: How to face current and future challenges*. Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra, 2013. p. 113-128.
- GONÇALVES, Daniela et al. Promoção da qualidade de vida dos idosos portugueses através da continuidade de tarefas produtivas. *Psicologia, Saúde & Doenças*, Lisboa, v. 7, n. 1, p. 137-143, 2006.

HSIAO, Hsin-Yi. et al. Does productive role occupancy prevent depression among older rural Chinese adults? A latent difference score analysis. *Aging & Mental Health*, USA, v. 18, n. 1, p. 51-58, Jan. 2014.

KAYE, Lenard; BUTLER, Sandra; WEBSTER, Nancy. Toward a productive ageing paradigm for geriatric practice. *Ageing International*, [S.l.], v. 28, n. 2, p. 200-213, Mar. 2003.

MACHADO, Paulo. Refletindo sobre o conceito de envelhecimento activo, pensando no envelhecimento em meio urbano. *Forum Sociológico*, Lisboa, v. 17, p. 53-63, II Série 2007.

MARTIN, Ignácio et al. Desenvolvimento do paradigma do envelhecimento produtivo. Os novos papéis dos seniores na sociedade. In: OSORIO, Agustín Requejo; PINTO, Fernando Cabral. *As pessoas idosas: Contexto social e intervenção*. Lisboa: Horizontes Pedagógicos, 2007. p. 203-223.

MIRALLES, Ivana. Envejecimiento Productivo: Las contribuciones de las personas mayores desde la cotidianidad. *Trabajo y Sociedad*, Santiago del Estero, v. 15, n. 16, p. 137-161, 2010.

NAZARETH, Joaquim Manuel. *Crescer e envelhecer*. Constrangimentos e oportunidades do envelhecimento demográfico. Lisboa: Editorial Presença, 2009.

OLIVEIRA, Paulo. Viver cada vez mais: um "retorno ao éden"? – impactos do envelhecimento demográfico na qualidade de vida dos mais velhos. *Forum Sociológico*, Lisboa, v. 17, p. 81-88, II Série, 2007.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. *Envelhecimento Ativo*, Um Projeto de Política de Saúde. Madrid: OMS, 2002.

OSORIO, Agustín Requejo. La formación en la adultez tardía. *Revista Portuguesa de Pedagogia*, Coimbra, v. 3, n. 41, p. 11-32, 2007.

PINTO, Fernando Cabral. A terceira idade: idade da realização. In: OSORIO, Agustín Requejo; PINTO, Fernando Cabral. *As pessoas idosas: Contexto social e intervenção*. Lisboa: Horizontes Pedagógicos, 2007. p. 75-103.

QUARESMA, Maria Lourdes. Envelhecer com futuro. *Forum sociológico*, Lisboa, v. 17, p. 37-42, II Série, 2007.

SIMÕES, António. Alguns mitos respeitantes ao idoso. *Revista Portuguesa de Pedagogia*, Coimbra, v. 24, p. 109-121, 1990.

_____. *A nova velhice*. Um novo público a educar. Porto: Ambar, 2006.

VANDENPLAS-HOLPER, Christiane. *Desenvolvimento psicológico na idade adulta e durante a velhice (maturidade e sabedoria)*. Porto: Edições ASA, 2000.

VAZ, Ester. Mais idade e menos cidadania. *Análise Psicológica*, Lisboa, v.16, n. 4, p. 621-633, dez. 1998.

Recebido: 06/08/2014
Aceite Final: 17/02/2015