

Religiosidade e envelhecimento bem-sucedido

Aline Dendena*
Carine Cella Dallazen**
Letícia Ribeiro Lyra***
Patrícia C. Silveira Tosi****

Resumo

Este estudo objetivou investigar qual a relação existente entre envelhecimento bem-sucedido e religiosidade entre idosos, sendo entendido o envelhecimento bem-sucedido como resultante de uma série de fatores tais como, saúde física, bem estar psicológico, sentimentos como felicidade e satisfação com a vida, e religiosidade sendo compreendida como um sistema de crenças e valores pessoais relativos àquilo que é sobrenatural. Para tanto foi utilizada entrevista semiestruturada e os dados foram analisados com base no método de análise de conteúdo. Foram entrevistados 10 idosos pertencentes a um grupo de convivência de uma cidade de pequeno porte situada no Meio Oeste catarinense, com idades entre 63 e 83 anos. De modo geral, identificou-se que há influência da religiosidade no envelhecimento bem-sucedido desses idosos, essa influência é observada por meio da variedade de práticas religiosas, sendo as mulheres as com maior diversidade de comportamentos e práticas religiosas.

Palavras-chave: Envelhecimento bem-sucedido. Religiosidade. Idosos.

1 INTRODUÇÃO

Nas últimas três décadas o percentual de idosos entre a população brasileira vem crescendo de forma acelerada. De acordo com o Censo de 2000 (BRASIL, 2006) apresentavam-se 14,5 milhões de idosos, com a estimativa de que a cada ano o Brasil contaria com 650 mil novos idosos; a previsão para esse próximo Censo, é que o Brasil conte com cerca de 20 milhões de idosos. Esse fato deve-se, principalmente, às conquistas tecnológicas das ciências médicas, à maior preocupação com a qualidade de vida, às medidas preventivas oferecidas a essa população, à compreensão da importância da prática de exercícios físicos e uma alimentação saudável, bem como manter-se socialmente ativo e assimilado valores subjetivos ao longo de sua vida. Como afirma Ramos (2002 apud BRASIL, 2006, p. 4):

Outro fato importante a ser considerado é que saúde para a população idosa não se restringe ao controle e à prevenção de agravos de doenças crônicas não-

* Graduanda do curso de Psicologia da Universidade do Oeste de Santa Catarina *Campus* de Joaçaba; alinedendena@hotmail.com

** Graduanda do curso de Psicologia da Universidade do Oeste de Santa Catarina *Campus* de Joaçaba; carinedallazen@hotmail.com

*** Mestre em Psicologia; professora da Universidade Federal da Fronteira Sul; leticialyra@uffs.edu.br

**** Doutora em Psicologia; professora da Área das Ciências Humanas e Sociais da Universidade do Oeste de Santa Catarina; patricia.tosi@unoesc.edu.br

transmissíveis. Saúde da pessoa idosa é a interação entre a saúde física, a saúde mental, a independência financeira, a capacidade funcional e o suporte social.

Segundo Moberg (1965 apud NERI, 1999, p. 85), as pessoas idosas são as mais propícias a se dedicarem na busca por atividades ligadas à religiosidade, já que a proximidade da morte e as frequentes perdas as fazem vivenciar constantes situações de enfrentamento. Como nota Neri (1991 apud NERI, 1999, p. 93):

A tarefa evolutiva central da velhice é a redefinição da identidade face às perdas e alterações que ocorrem nos domínios biológicos, psicológicos e sociais, por causa da debilitação orgânica e da maior propensão a enfermidades; da aposentadoria; da perda de amigos e do cônjuge e da saída dos filhos de casa. Enfim, o velho deve se avaliar após o cumprimento de suas tarefas de adulto quando elas já estão completas; engajar-se em novos papéis sociais e familiares; assumir seu passado e de sua geração, e formar ou rever sua perspectiva pessoal quanto à existência e o seu término.

A relação envelhecimento bem-sucedido e religiosidade é pouco difundida na literatura científica e acadêmica da Psicologia, porém independente da importância dada a este pela Psicologia, a religiosidade seria, segundo Carbonari (2007), parâmetro de conduta em situações distintas de enfrentamento e em outras situações determinantes das condições de vida, não somente entre idosos, mas entre toda a população, o que ajudaria a vivenciar de forma positiva o processo de envelhecimento.

Com o desenvolvimento deste estudo pretende-se investigar a relação existente entre religiosidade e envelhecimento bem-sucedido, assim como a percepção dos idosos sobre seu envelhecimento e fazer um levantamento das práticas religiosas mais apresentadas por idosos.

2 IDOSOS E O FENÔMENO DO ENVELHECIMENTO

Segundo convenções sociodemográficas atuais, caracteriza-se como idoso o sujeito cuja idade cronológica seja igual ou superior a 65 anos em países desenvolvidos e 60 anos em países em desenvolvimento (NERI, 2008, p. 114). Para Sadock (2007, p. 74), a classificação do sujeito como idoso não deve considerar apenas a idade cronológica, pois diversos são os aspectos que influenciam no estado atual das pessoas tendo elas mais idade ou não, e, também, pela diversidade de estados de saúde física e psicológica que as pessoas caracterizadas como idosos apresentam. Porém, essa classificação também tem seus méritos, como cita Paschoal (1999, p. 27):

O critério cronológico, apesar de ser menos preciso, é o mais utilizado sempre que existe a necessidade de delimitar a população em estudo, ou para análise epidemiológica, ou com propósitos administrativos, de planejamento, ou de ofertas de serviços. Importante também, para a comparabilidade de dados em diferentes épocas e lugares.

Entre as várias denominações existentes na literatura acerca da classificação dos idosos, o Compêndio de Psiquiatria (SADOCK; SADOCK, 2007, p. 74) apresenta uma em que todos os processos de envelhecimento são questionados e se atente não somente à saúde física e sim aos demais aspectos influentes nesse processo. Essa abordagem classifica o idoso em três categorias distintas, conforme faixa etária: idosos jovens, idades de 65 a 74 anos, idosos velhos, acima de 75 anos e idosos mais

velhos, para referirem-se a pessoas acima de 85 anos. Vale resaltar que sendo o Brasil um país em desenvolvimento, caracteriza-se como idoso jovem pessoas acima de 60 anos.

O idoso encontra-se na última fase do ciclo vital: a velhice; é nessa fase que talvez o ser humano passe por seu maior período de enfrentamento devido a circunstâncias relativas a seu percurso de vida. É na velhice que o indivíduo cotidianamente vê-se, de certa forma, obrigado a lidar com perdas, apresenta um declínio gradual de suas funções e torna-se cada vez mais vulnerável a doenças, complicações físicas e psicológicas que remetem sempre às suas individualidades e vivências. Neri (2008, p. 114) aponta:

A velhice é a última fase do ciclo vital e é delimitada por eventos de natureza múltipla, incluindo, por exemplo, perdas psicomotoras, afastamento social, restrição em papéis sociais e especialização cognitiva [...] O envelhecimento é o processo de mudanças universais pautado geneticamente para espécie e cada indivíduo, que se traduz em diminuição da plasticidade comportamental, em aumento da vulnerabilidade, em acumulação de perdas evolutivas e no aumento da probabilidade de morte. O ritmo, a duração e os efeitos desse processo comportam diferenças individuais e de grupos etários, dependentes de eventos de natureza genético-biológica, sociohistórica e psicológica.

O Brasil está entre os países com a maior população de idosos proporcionalmente, segundo informações do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) (BRASIL, 2006). O Censo de 2000 computou cerca de 14,5 milhões de idosos e se chegou a estimar que a cada ano houvesse um acréscimo de 650 mil idosos, em razão do aumento da expectativa de vida, avanços no campo da saúde, a redução da natalidade e a crescente preocupação com o bem-estar dessa camada populacional.

Em uma década, o número de idosos teria crescido no Brasil 17%, onde 2,1% destes teriam idade superior a 75 anos, o que traz a ideia de que a expectativa de vida, que tem como média 68,6 anos, possa vir a crescer, chegando o país em 2020 a contar com 30 milhões de idosos, valor correspondente a 13% da população total, atingindo como expectativa média de vida os 70,3 anos (BRASIL, 2006).

Os idosos têm atuação importante no país não somente no que se refere à composição do número total da população e sua expectativa de vida, mas sim pelo fato de muitos dos idosos serem hoje responsáveis pela renda total ou parcial de boa parte das famílias brasileiras e, também, desempenharem papéis de chefe de família em outras tantas.

Entre os aspectos envolvidos no envelhecimento que são abordados pela literatura científica far-se-á uma leitura dos três mais relevantes para esta pesquisa.

2.1.1 Aspectos fisiológicos do envelhecimento

No que se refere aos aspectos fisiológicos, o envelhecimento traz consigo um declínio funcional de todos os sistemas do corpo, provocando maior debilidade e alterações que por vezes favorecem o aparecimento de enfermidades, sejam estas físicas ou psicológicas. Muitos são os problemas provocados pelo envelhecimento, como destaca Marchi Netto (2004, p. 78):

Com a chegada da velhice, as alterações anatômicas são principalmente as mais visíveis e manifestam-se em primeiro lugar. A pele que resseca, tornando-se mais quebradiça

e pálida, perdendo o brilho natural da jovialidade. Os cabelos que embranquecem e caem com maior frequência e facilidade não são mais naturalmente substituídos, principalmente nos homens. O enfraquecimento do tônus muscular e da constituição óssea leva a mudanças na postura do tronco e das pernas, acentuando ainda mais as curvaturas da coluna torácica e lombar. As articulações tornam-se mais endurecidas, reduzindo assim a extensão dos movimentos e produzindo alterações no equilíbrio e na marcha. Nas vísceras, produz-se uma alteração causada pelos elementos glandulares do tecido conjuntivo e certa atrofia secundária, como a perda de peso. Quanto ao sistema cardiovascular, é própria das fases adiantadas da velhice a dilatação aórtica e a hipertrofia e dilatação do ventrículo esquerdo do coração, associados a um ligeiro aumento da pressão arterial. Na parte fisiológica, as alterações, na maioria das vezes, podem ser observadas pela lentidão do pulso, do ritmo respiratório, da digestão e assimilação dos alimentos.

2.1.2 Aspectos psicológicos do envelhecimento

As modificações acarretadas pelo envelhecimento são vivenciadas de forma subjetiva por cada ser. Adaptações nessa etapa dependem, principalmente, de sua história de vida, de sua saúde física atual, de seu estado socioeconômico e de sua forma de enfrentamento de perdas e medos. De acordo com Ferrari (1996, p. 98):

Dependendo da filosofia de vida, dos valores individuais e sociais, para alguns o envelhecimento pode ser um período vazio, sem valor, inútil, sem sentido; já para outros pode ser um tempo de liberdade, de desligamento de compromissos profissionais, de fazer aquilo que não se teve tempo de fazer, de aproveitar a vida.

Quando essas adaptações não acontecem de forma saudável, aspectos psicológicos da saúde do idoso são atingidos, tornando-os vulneráveis à doenças. Segundo Sadock e Sadock (2007, p. 74), “[...] Em certos casos, doenças físicas ou a morte de amigos e parentes podem bloquear essas interações. Além disso, à medida que as pessoas experimentam uma sensação maior de isolamento, tornam-se vulneráveis à depressão.”

Com o passar dos anos, os idosos enfrentam uma série de perdas significativas, são obrigados a conviver com doenças crônicas e a deterioração de sua saúde como um todo, além de seu crescente sentimento de incapacidade, improdutividade e, conseqüente, dependência, levando-os, muitas vezes, a optarem pelo isolamento, o que acarretará em baixa autoestima, culminando com crises existenciais que serão enfrentadas de formas distintas por cada um dos idosos, baseando-se em seus recursos internos e externos aprendidos no decorrer de suas vivências (GATTO, 1996).

2.1.3 Aspectos sociais e econômicos do envelhecimento

O envelhecimento ocorre de forma distinta já que envelhecer é um processo determinado não somente pela idade cronológica, mas por fatores sociais e condições de vida de cada pessoa. Em virtude disso, quando se fala de idosos, é indispensável a abordagem dos aspectos sociais e econômicos de seu envelhecimento, como cita Boutique e Santos (1996, p. 82):

É importante, então, considerar que não existe um só envelhecer, mas processos de envelhecimento – de gênero, etnia, de classe social, de cultura, – determinados socialmente. As desigualdades do processo de envelhecimento se devem, basicamente, às condições desiguais de vida e de trabalho a que estiveram submetidas às pessoas idosas.

A atividade econômica representada nessa etapa pela aposentadoria, que para muitos idosos é a busca da realização de desejos até então impossíveis, como a libertação de compromissos e responsabilidades profissionais e a abertura de possibilidade de novas atividades que lhes gerem prazer. Já para outros idosos, aposentadoria é sinônimo de inutilidade e geradora de estresse, principalmente quando acarreta problemas econômicos (SADOCK; SADOCK, 2007, p. 75).

Estudos indicam que há estreita relação entre uma vida saudável e o engajamento social do idoso. A velhice é uma etapa onde o crescimento ocorre mediante interações, as quais, por sua vez, proporcionam um envelhecimento bem-sucedido. Assim, expõem Sadock e Sadock (2007, p. 74):

De fato, os aspectos que afetam o bom envelhecimento parecem ser multidimensionais. Envelhecer "robustamente" significa considerar o envelhecimento em termos do envelhecimento produtivo, do *status* afetivo, funcional e cognitivo. [...] Os indivíduos que envelhecem de forma mais robusta relatam ter mais contatos sociais, melhor saúde e visão e menos eventos significativos em suas vidas nos últimos três anos do que aqueles cujo envelhecimento não é tão bem - sucedido.

Estes aspectos fisiológicos, psicológicos e socioeconômicos representam a visão bio – psico-social, porém deve-se considerar também neste processo de envelhecimento o sistema de crenças do indivíduo já que são nestas crenças que ele encontra subsídios para adaptar - se as mais variadas situações; nesta pesquisa esse sistema de crenças será apresentado como religiosidade estabelecendo uma relação entre esta e envelhecimento bem-sucedido.

3 ENVELHECIMENTO BEM-SUCEDIDO

Há um crescente interesse no estudo do envelhecimento bem-sucedido, porém ainda há dificuldade da conceitualização final desse termo; o que há na literatura é uma similaridade de conceitos, na qual diferentes autores relacionam envelhecimento bem-sucedido com o alto nível de saúde física, bem-estar psicológico, capacidade de adaptação, bem-estar emocional e de sentimentos, como a felicidade, satisfação com a vida e contentamento com seu estado atual e com sua experiência de vida.

Percebe-se uma estreita relação entre o envelhecimento bem-sucedido, o bem-estar psicológico e a significação atribuída pelo idoso à sua existência. Entre as inúmeras maneiras apontadas pelos autores no que se refere à busca do idoso à obtenção do bem-estar psicológico e como conseguinte a vivência bem-sucedida do envelhecimento, Deps (1999 p. 58) aponta a atividade como o meio mais adequado e privilegiado. Segundo ele, o termo referir-se-ia a qualquer comportamento, seja físico, seja mental, em resposta a qualquer evento. Sustentando a visão de Deps, Havighurst e Albrecht (1953 apud NERI, 2008, p. 199) apontam que "[...] a noção básica da teoria da atividade é que quanto maior o envolvimento dos idosos em atividades maior a satisfação e, assim, melhores são a saúde física e mental, o autoconceito e aceitação social".

Deps (1999, p. 58-63) aponta também que a partir da implementação de atividade à vida de idosos, estes acabariam por adquirir significado pessoal, o que lhes facilitaria lidar com perdas e a dor comumente vivenciada nessa etapa já que, nesse momento, os idosos perdem suas principais fontes de significado para suas vidas, como o trabalho, *status* social e empreendimentos. As atividades também favoreceriam o estabelecimento de vínculos, da interação social e extinguiriam os efeitos negativos trazidos pela solidão ao estado de espírito de idosos. As atividades, além de

representarem suporte para todos os grupos de interação em que o idoso está inserido apareceriam como preventivas do estresse e da depressão.

Aprofundando essas afirmações, Deps (1999, p. 64) expõe:

O desempenho de atividades e o suporte social podem contribuir para reforçar o sentimento de valor pessoal. Conseqüentemente, reforçam o auto-conceito e sentimento de auto-eficácia, facilitando o manejo das situações estressantes com as quais o idoso se depara em decorrência do declínio de suas forças físicas e de suas perdas pessoais e financeiras.

A teoria da atividade recebe críticas ao fato de não considerar a heterogeneidade e a diversidade de experiência na velhice; também falha ao estabelecer que o aumento da atividade cause satisfação, quando na verdade o que existe é uma relação direta, ou seja, o aumento da atividade causa satisfação e a satisfação gera o aumento da atividade (NERI, 2008, p. 199-200).

4 RELIGIOSIDADE

No desenvolver desta investigação a preocupação maior é identificar qual a influência da religiosidade no processo de envelhecimento bem-sucedido de idosos; para isso, torna-se necessário uma conceitualização do termo, segundo o Dicionário das Religiões de Hinnells (1984 apud DRUCKER, 2005, p. 10):

Nenhuma definição singular ou simples de religiosidade será suficiente. Algumas definições encontradas como "o reconhecimento humano do poder sobrenatural", "a crença em Deus", "qualquer sistema de fé e de culto" são genéricas e não específicas para descrever a religiosidade. A palavra *religião* pode ter-se originado de duas terminologias latinas: a palavra *religio*, que significa algo realizado com uma atenção minuciosa ou escrupulosa para o detalhe, passando a ser utilizada para denominar religião, devido ao modo como os sacrifícios eram feitos nos tempos antigos; e o verbo *religare* traduzido como juntar duas coisas próximas uma da outra. Um dos conceitos de religião apresenta-a como algo que une as pessoas em práticas e crenças comuns, aproximando-as em um mesmo objetivo ou sentido de vida.

De forma geral, a religiosidade é definida como crenças, valores pessoais e atividades referentes àquilo que é sobrenatural, praticada por qualquer homem independente de sua raça, cultura ou tempo histórico em que está inserido, já que estudos mostram o nascimento da religiosidade desde tempos primórdios (GOLDSTEIN, 1999, p. 83).

A significação existencial tem grande importância para o bem-estar e envelhecimento bem-sucedido de idosos. Essa significação está associada às variáveis cognitivas e também às variáveis de gênero, idade, nível educacional e profissional; nessa etapa de vida em que idosos se encontram, a inclusão da religiosidade nessas variáveis tomaria papel fundamental, tornando-se fonte de significado para a vida desses idosos, influenciando no bem-estar subjetivo destes (MALDAUN et al., 2008, p. 71). Confirmando o aumento de comportamentos religiosos, apontam Goldstein e Neri (1999, p. 109):

A religião é, para muitas pessoas, o mais importante quadro de referência pessoal. Isso parece ser especialmente verdade para adultos na segunda metade de suas vidas. Os teóricos do desenvolvimento tendem a concordar que, a partir da meia-idade, os

indivíduos passam a dar mais atenção aos aspectos internos do *self*, e que isso abre caminho aos sentimentos e comportamentos religiosos.

O aumento da religiosidade na velhice acontece por um movimento natural, já que a proximidade da morte faz com que idosos se aproximem de temas existenciais ou da transcendência por meio de crenças no sagrado; outro ponto é que por temerem a morte, os idosos passariam a acreditar mais em Deus e a rezar mais. Contudo, pela impossibilidade de se colocar esses pontos à prova, eles funcionam apenas como pressupostos para pesquisas e intervenções. Outra possibilidade é que a religiosidade se apresenta como um fenômeno cultural que se manifesta de formas diferentes nas distintas etapas de vida, o que explicaria o fato de que os velhos são mais religiosos do que os jovens, já que teriam se desenvolvido em um contexto em que a expressão da religiosidade era mais normativa do que é na atualidade (MALDAUN et al., 2008, p. 71).

A religiosidade auxilia os idosos no enfrentamento de eventos estressores e nas constantes perdas decorrentes da idade; para confirmar isso, Maldaun et al. (2008, p. 73) afirmam:

Entre idosos, a religiosidade pode desempenhar importante papel amortecedor no enfrentamento de eventos de vida estressantes, de aborrecimentos cotidianos, de estresse crônico associado a doenças, e de estresse associado a desempenho de papéis, como, por exemplo, o de cuidador de outro idoso. A interveniência do enfrentamento religioso pode dar-se por meio de mecanismos cognitivos, como, por exemplo, acreditar que Deus tudo resolverá, que o sofrimento tem um sentido e purifica o espírito, e que se deve rezar para pedir perdão ou para pedir ajuda. Todos eles podem auxiliar a adaptação, à medida que aliviarem a ansiedade e ajudarem a evitar sentimentos negativos. O enfrentamento religioso pode também ser ajudado pelo aumento do suporte social propiciado pela frequência a rituais coletivos e a práticas públicas, pela ajuda instrumental ou emocional dos outros membros da comunidade e por mecanismos cognitivos exemplificados pelo senso de pertencimento propiciado pelo compromisso com um grupo religioso.

5 MÉTODO

Tratou-se de uma pesquisa qualiquantitativa, em que foram escolhidos de forma aleatória 10 sujeitos integrantes de um grupo de idosos em atividade de um município de pequeno porte localizado no Meio-Oeste catarinense no ano de 2010. Os sujeitos apresentavam idade acima de 63 anos; do total, sete eram do sexo feminino e três do sexo masculino, quanto a classificação cronológica, 5 mulheres idosas jovens (60 a 74 anos), 2 mulheres idosas velhas (75 a 84 anos), 2 homens idosos jovens (60 a 74 anos) e 1 homem idoso velho (acima de 75 anos).

A escolha por dez idosos ocorreu em razão de corresponder a um número possível encontrar diversidades de conceitos e estratégias quanto à religiosidade e que permitiu melhor abordagem. Este número também torna-se significativo visto que se refere a 33,3% do total de participantes do grupo, sendo o grupo na ocasião composto por 30 membros.

A entrevista semiestruturada foi composta por três partes. A primeira etapa contemplou os dados de identificação, a segunda parte contemplou perguntas abertas para investigar a relação entre envelhecimento bem-sucedido e religiosidade. Na etapa final, com perguntas fechadas, levantou-se a frequência de práticas religiosas, buscando identificar quais estratégias religiosas são apresentadas com mais frequência por idosos, para elaboração desta etapa utilizou-se como referência a escala de Frequência de Práticas Religiosas Privadas e Sociais. (NERI; GOLDSTEIN, 1999).

Ao final do processo de coleta de dados, as entrevistas foram transcritas, com a finalidade de serem analisadas e interpretadas de acordo com método de análise de conteúdo. Com base nas respostas coletadas, buscou-se identificar a existência da relação entre religiosidade e o envelhecimento bem-sucedido entre idosos; as estratégias religiosas apresentadas com mais frequência pelos idosos; as diferenças nos comportamentos religiosos entre homens e mulheres; a existência ou não de diferentes comportamentos religiosos entre os idosos jovens, idosos velhos e idosos mais velhos e se houve ou não o aumento da religiosidade nos últimos dez anos pela percepção da amostra.

6 RESULTADOS

6.1 ESTRATÉGIAS RELIGIOSAS PRATICADAS POR IDOSOS

As estratégias religiosas praticadas por idosos foram caracterizadas segundo informações geradas em relação aos tipos e frequência de atividades religiosas; participação de cultos religiosos em lugares como igreja, templo ou associação religiosa; participação de atividades ligadas à igreja ou religião; acompanhamento de programas religiosos pelo rádio ou TV, hábitos de rezar/orar ou conversar com Deus na sua intimidade, realizar promessas, participar de novenas e romarias, cultuar imagens, acender velas e realizar leituras religiosas. A ocorrência de tais práticas pode ser observada no Gráfico 1.

Gráfico 1 – Ocorrência de estratégias religiosas apresentadas por idosos – por número de sujeitos.



As estratégias religiosas mais praticadas entre idosos são, frequentar igrejas ou templos religiosos citadas em 100% (10) das respostas, o ato de rezar/ orar ou conversar com Deus em sua intimidade presente em 100% (10) das respostas, está prática é justificada por benefício de louvar em 20% (2), pedir perdão em 20% (2) somado a agradecer e pedir proteção em 100% (10) das respostas. Constata-se em 90% (9) das respostas a estratégia acompanhar programas religiosos pelo rádio ou TV e em 80% (8) participar de atividades ligadas à instituição religiosa como os grupos de apoio e grupos de oração, esta referenciada principalmente à oportunidade de convívio social.

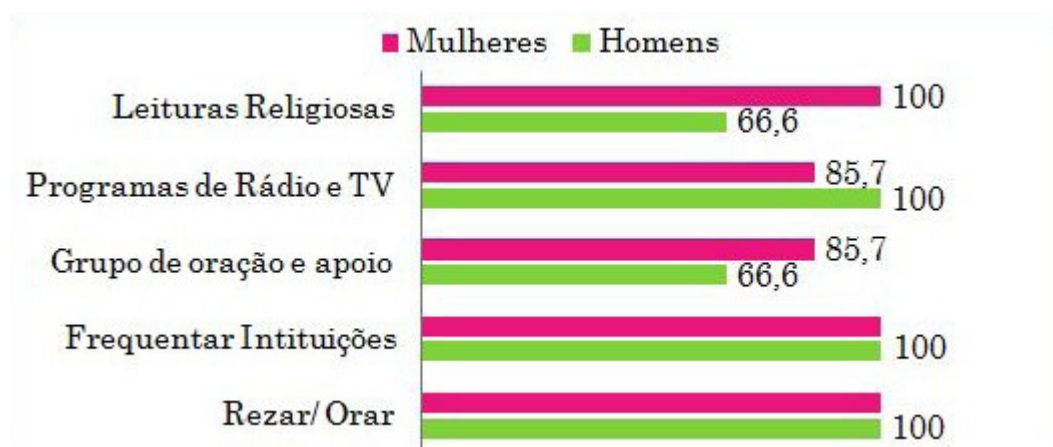
As estratégias menos praticadas são realizar promessas que esteve presente em somente 20% (2) das respostas e participar de romarias e novenas em 30% (3) das respostas, justificada pelo fato de não haver capacidade física para executar tais estratégias.

Tais práticas podem ser clarificadas pelas falas de alguns sujeitos: “acendo velas, sou devota de santos, frequento novenas e romarias, rezo, e faço promessas” (sujeito 1); “acendo velas, faço novenas e promessas para as pessoas irem bem, tenho fé no santo Expedito” (sujeito 5) e “vou sempre na missa, e rezo todos os dias, leio a bíblia” (sujeito 8).

6.2 DIFERENÇAS ENTRE OS COMPORTAMENTOS RELIGIOSOS APRESENTADOS POR HOMENS E MULHERES

Constatou-se que homens e mulheres idosos apresentam diferenças significativas quanto ao número de atividades religiosas praticadas. Conforme verifica-se no Gráfico 2.

Gráfico 2 – Diferença entre comportamentos religiosos apresentados por homens e mulheres – em %



É possível observar que 100% (3) dos homens idosos que responderam a entrevista afirmaram ter como atividade religiosa o ato de rezar/orar e conversar com Deus em sua intimidade. Também 100% (3) dizem frequentar instituições religiosas, desse total, 66,6% (2) dizem frequentar pelo menos uma vez por semana e 33,3% (1) frequentam de vez em quando. Quanto à participação de atividades ligadas à sua religião, como grupo de orações e apoio, 66,6% (2) afirmam participar; 100% (3) relatam acompanhar programas religiosos pelo rádio e TV, sendo que 66,6% (2) dizem acompanhar todos os dias e os demais 33,3% (1) de vez em quando. A estratégia, realizar leituras religiosas esta presente em 66,6% (2) das respostas, enquanto que 33,3% (1) afirmam nunca praticar leituras religiosas.

As mulheres idosas manifestam maior diversidade e frequência nas práticas religiosas; 100% (7) afirmam rezar/orar e conversar com Deus em sua intimidade pelo menos uma vez por dia, e também 100% (7) dizem frequentar instituições religiosas e praticar leituras religiosas, 85,7% (6) delas afirmam participar de atividades ligadas à sua religião, como grupos de oração e de apoio; também é atividade frequente acompanhar programas religiosos pelo rádio e TV, sendo citados por 85,7% (6) das entrevistadas. Práticas como acender velas, cultuar santos, frequentar novenas e romarias e realizar promessas foram citadas apenas por mulheres.

Das nove estratégias apresentadas pela amostra, cinco foram citadas por ambos os sexos, e quatro somente por mulheres, sendo que apenas na estratégia acompanhar programas religiosos de rádio e TV os homens aparecem com maior porcentagem.

6.3 AUMENTO DO INTERESSE PELA RELIGIÃO

Com base no crescimento da religiosidade durante os últimos dez anos e dos fatores a eles atribuídos, buscou-se identificar se houve ou não aumento do interesse pela religião. Da amostra, 50% (5) relataram que a religiosidade aumentou nos últimos dez anos devido à ocorrência de acontecimentos marcantes em suas vidas, como perda de pessoas próximas e ao seu desenvolvimento pessoal. Segundo Neri (2008, p. 72-73):

Existem dois pontos de vista complementários sobre o aumento da religiosidade na velhice. Um é que este é um movimento natural, visto que a proximidade da morte faz com que os idosos se aproximem de temas existenciais ou da transcendência e que o façam por meio da crença no sagrado. Outro é que, por temerem a morte, os idosos passam a acreditar mais em deus e a rezar mais.

Ainda confirmando o aumento da religiosidade na velhice, Wei – Ming (1978 apud NERI, 1999, p. 84) diz:

Confúcio, 500 anos antes de cristo, via a espiritualidade como própria da velhice. Para Confúcio, o homem de 30 anos deve estar envolvido com responsabilidades sociais e familiares. Aos 40 anos, ele deve ter adquirido a certeza da direção e do valor de seus empreendimentos e não tem mais a dúvida que assalta os jovens no início da carreira e da vida familiar. Aos 50 anos, o indivíduo torna-se atendo aos desígnios dos céus e assim transcende as preocupações materiais e individuais. Com 60 anos, ele aceita a vida como ela é, abandonando uma perspectiva restrita e pessoal e percebendo o grande plano divino. Aos 70 anos, ocorre uma total transcendência, os desejos dele e os do céu se unificam, não havendo separação entre suas ambições pessoais e os comandos divinos.

A outra metade da amostra (5) justifica o não aumento de sua religiosidade em razão de sempre ter possuído uma religiosidade intensa e quando em comparação com indivíduos mais jovens, os idosos apresentam-se como mais envolvidos nessas práticas. Como afirma Neri (2008, p. 73):

A religiosidade é também um fenômeno cultural que se delinea de diferentes formas para diferentes coortes. Assim, os velhos atuais são mais religiosos do que os jovens porque desenvolveram-se num contexto em que era mais normativo ter e professar uma religião do que na atualidade.

6.4 RELAÇÃO ENTRE RELIGIOSIDADE E O ENVELHECIMENTO BEM-SUCEDIDO EM IDOSOS

A percepção sobre como uma pessoa envelhece bem e a percepção sobre a influência positiva da religiosidade no processo de envelhecimento são informações que explicitaram a relação entre religiosidade e o envelhecimento bem-sucedido em idosos. Foi possível identificar que 50% (5) do total da amostra associam religiosidade como determinante ao envelhecimento bem-sucedido, como justifica o sujeito 1: "para envelhecer bem tem que ter saúde, muita alegria, participar ativamente da vida, não ver só o lado negativo das coisas, tendo muita fé em Deus e cuidado com a saúde". Esta afirmação foi obtida em resposta ao questionamento – Para o Senhor como uma pessoa envelhece bem? – observa-se que o questionamento não induzia o sujeito a inserir em sua resposta o termo religiosidade, por isso 50% (5) apresenta-se como uma porcentagem expressiva. Segundo Neri (2008, p. 26), o envelhecer bem se encontra intimamente ligado à satisfação com a vida e o bem-estar subjetivo, nos quais se encontram como elementos centrais e determinantes

as experiências privadas, aspectos da vida, como o trabalho, a família, as amizades, saúde física e mental, sexualidade e religiosidade, além de questões cognitivas e emocionais. Confirmando, Carvalho e Fernandez (1996, p. 165):

A religião para o idoso é um referencial pessoal. Vários estudiosos consideram que a partir da meia-idade as pessoas dão mais atenção a aspectos internos do *self*, abrindo caminho aos sentimentos e comportamentos religiosos. O frequentar a igreja pode estar ligado também à possibilidade de encontrar amigos e participar de atividades. O tema religiosidade [...] pode exercer influência benéfica como o suporte social, amparo, redução de estresse. [...] Percebe-se que as pessoas com práticas religiosas moderadas, que participam ativamente nos trabalhos destas, terão um objetivo de vida, além de um envolvimento maior com as pessoas, podendo melhorar sua satisfação na vida e diminuir o estresse.

De acordo com a amostra, 100% (10) dos entrevistados afirmam que a religiosidade influencia positivamente no processo de envelhecimento, resultando, assim, em um dos aspectos determinantes do envelhecimento bem-sucedido. Os idosos revelam encontrar na religiosidade um subsídio para enfrentar positivamente eventos estressores vivenciados por eles, como as modificações fisiológicas e as frequentes perdas. A religiosidade é vista, também, como forma de assegurar que o envelhecimento não seja caracterizado como etapa de abandono e solidão, vulnerabilidade para transtornos depressivos, e da perda dos papéis sociais.

Para muitos, a própria imagem está ligada ao trabalho. Com a aposentadoria, se perde não só o trabalho, mas o ambiente dos colaboradores; há o sentido de não se considerar necessário aos outros, enfim chega a dependência. Este abandono gradual de papéis faz surgir no ancião uma ânsia de ser inútil e frustra-o em sua necessidade de estima pessoal. (BALDESSIN, 1996, p. 495).

Alguns trechos das falas dos sujeitos exemplificam essas percepções: a) Atribuições dadas ao enfrentamento de eventos estressores: "Deus em primeiro lugar, se falta Deus na nossa vida é como não ter nada, se ele falta nas horas ruins não se pode fazer nada" (Sujeito 2); "é uma força a mais para resolver os problemas da vida" (Sujeito 6). b) Atribuições a não caracterização da velhice como abandono e solidão, transtornos depressivos: "acreditando em Deus, se tem um firmamento, uma estrutura forte e faz com que a pessoa não se sinta sozinha e triste" (Sujeito 1); "a pessoa fica sem sentido, é triste, não tem um motivo para viver". (Sujeito 5). Corroborando com as afirmativas anteriores, Jung (1957 apud GOLDSTEIN; NERI, 1999, p. 110) acreditava que a pessoa que possui religiosidade tem grandes vantagens para enfrentar as turbulências morais, sociais e políticas a que se é submetida. Para Jung (1957 apud GOLDSTEIN; NERI, 1999, p. 111), as pessoas que não possuem crenças religiosas não apresentam recursos pessoais a fim de dispor resistências às implicações físicas e morais do mundo.

4 CONCLUSÃO

A partir dos dados obtidos por meio desta pesquisa, foi possível constatar que a religiosidade se apresenta como uma variável de grande importância no processo de envelhecimento bem-sucedido de idosos; esta é concebida por eles como fonte de apoio no enfrentamento de crises

e mudanças ocorrentes nesta fase do desenvolvimento, além de ser mediadora e favorecedora de convívio social.

Confirmando esse pressuposto identificou-se no decorrer da pesquisa que todos os idosos entrevistados afirmam frequentar instituições religiosas com participação regular; também, destacou-se, que a grande maioria participa de outras atividades propostas pelas instituições religiosas, como os grupos de orações e apoio.

Entre as práticas religiosas apresentadas pela amostra, rezar/orar e conversar com Deus em sua intimidade aparece em todas as respostas, sendo justificada pelo ato de agradecer, pedir proteção e ajuda, o que demonstra a importância da religiosidade quando em situações de enfrentamento. Acompanhar programas religiosos pelo rádio e TV e realizar leituras religiosas é identificado na grande maioria dos relatos, constatando-se, desse modo, que a prática de atividades religiosas é frequente nesse grupo, sendo entendida como uma afirmação da religiosidade.

Referindo-se aos comportamentos religiosos, em toda a amostra foi possível constatar a presença desses comportamentos, porém são as mulheres que apresentam maior frequência e diversidade de práticas religiosas. Verificou-se, ainda, que não há diferenciação nos comportamentos e práticas religiosas apresentadas pelos idosos em diferentes subgrupos de idades, sendo eles idoso jovem, idoso velho e idoso mais velho.

Outro fator investigado diz respeito ao aumento da religiosidade por parte dos idosos nos últimos dez anos. Identificou-se que há discrepância, já que parte da amostra relata haver aumento da religiosidade, isso devido a situações de enfrentamento e desenvolvimento pessoal, e outra metade da amostra dizem não haver o aumento, relatando que a religiosidade sempre esteve intensamente presente em suas vidas.

O objetivo principal desta pesquisa foi investigar a relação da religiosidade e o envelhecimento bem-sucedido; respondendo a este questionamento, obteve-se a confirmação da hipótese, visto que todos os entrevistados declaram que a religiosidade influencia positivamente o envelhecimento, resultando, assim, em um dos aspectos determinantes do envelhecimento bem-sucedido. Os idosos dizem encontrar na religiosidade um subsídio para enfrentar positivamente eventos estressores vivenciados por eles nessa etapa do ciclo vital e parte da amostra associa a religiosidade em sua concepção de envelhecimento bem-sucedido.

Pode-se concluir que o envelhecimento bem-sucedido deve ser compreendido, estudado e analisado como um processo individual e multifacetado; torna-se, dessa forma, indispensável a compreensão de todos os aspectos envolvidos nesse processo bem como das variáveis que interferem na adaptabilidade desses indivíduos a essa nova etapa, sendo imprescindível que se aborde a religiosidade.

Espera-se com este estudo, somado a outros, contribuir para que a população, de forma geral, compreenda melhor o processo de envelhecer e busque a partir de seu entendimento medidas que propiciem um envelhecimento bem-sucedido, pois não basta almejar uma vida longa, mas sim a qualidade para viver essa longevidade.

REFERÊNCIAS

BALDESSIN, Anísio. O idoso: viver e morrer com dignidade. In: NETTO, Matheus Papaléo (Org.). **Gerontologia**. São Paulo: Atheneu, 1996.

BOUTIQUE, Nanci Catharina; SANTOS, Rosa de Lourdes Azevedo dos. Aspectos Socioeconômicos do Envelhecimento. In: NETTO, Matheus Papaléo (Org.). **Gerontologia: a velhice e o envelhecimento em visão globalizada**. São Paulo: Atheneu, 1996.

BRASIL. Portaria n. 2.528. Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa. **Portal da Saúde do Governo Federal**, Brasília, DF, 19 de outubro de 2006. Disponível em: <http://portal.saude.gov.br/portal/arquivos/pdf/2528_pnsppi.pdf>. Acesso em: 24 mar. 2010.

CARBONARI, Paulo Cesar. Educação, Religiosidade e Direitos Humanos reflexões para a discussão. **Fonaper**. 2007. Disponível em: <http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/diaadia/diadia/arquivos/File/conteudo/artigos_teses/ENSINORELIGIOSO/artigos2/educacao_religiosidade.pdf>. Acesso em: 7 abr. 2010.

CARVALHO, Valdecir de Fátima Cardozo; FERNANDEZ, Maria Elida Davila. Depressão no Idoso. In: NETTO, Matheus Papaléo (Org.). **Gerontologia**. São Paulo: Atheneu, 1996.

DEPS, Vera Lúcia. Atividade e bem estar psicológico na maturidade. In: NERI, Anita Liberalesso (Org.). **Qualidade de vida e idade madura**. 2. ed. Campinas: Papyrus, 1999.

DRUCKER, Claudia. **Religiosidade, Crenças e Atitudes em Idosos Deprimidos**: em um serviço de saúde mental de São Paulo. 2005. 174 f. Dissertação (Mestrado em Gerontologia)–Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2005.

FERRARI, Maria Auxiliadora Cursino. Lazer e ocupação do tempo livre na terceira idade. In: NETTO, Matheus Papaléo (Org.). **Gerontologia: a velhice e o envelhecimento em visão globalizada**. São Paulo: Atheneu, 1996.

GATTO, Izilda de Barros. Aspectos psicológicos do envelhecimento. In: NETTO, Matheus Papaléo (Org.). **Gerontologia: a velhice e o envelhecimento em visão globalizada**. São Paulo: Atheneu, 1996.

GOLDSTEIN, Lucila Lucchino; NERI, Anita Liberalesso. Tudo bem, Graças a Deus. Religiosidade e satisfação na maturidade e na velhice. In: NERI, Anita Liberalesso (Org.). **Qualidade de vida e idade madura**. 2. ed. Campinas: Papyrus, 1999.

GOLDSTEIN, Lucila Lucchino. Desenvolvimento do adulto e religiosidade: uma questão de fé. In: NERI, Anita Liberalesso (Org.). **Qualidade de vida e idade madura**. 2. ed. Campinas: Papyrus, 1999.

_____. Desenvolvimento do adulto e religiosidade: uma questão de fé. In: NERI, Anita Liberalesso (Org.). **Qualidade de vida e idade madura**. Campinas: Papyrus, 1999.

MALDAUN Daisy et al. Espiritualidade / Religiosidade. In NERI, Anita Liberalesso. (Org.). **Palavras-Chaves em Gerontologia**. Campinas: Alínea, 2008.

MARCHI NETTO, Francisco Luiz de. Aspectos biológicos e fisiológicos do envelhecimento humano e suas implicações na saúde do idoso. **Pensar e prática**. Goiás, 2004. Disponível em: <<http://www.revistas.ufg.br/index.php/fef/article/viewFile/67/66>>. Acesso em: 7 abr. 2010.

NERI, Anita Liberalesso. **Palavras-Chave em gerontologia**. São Paulo: Alínea, 2008.

_____. **Qualidade de vida e idade madura**. 2. ed. Campinas: Papyrus, 1999.

PASCHOAL, Sergio Marcio Pacheco. Epidemiologia do envelhecimento. In: NETTO, Matheus Papaléo (Org.). **Gerontologia: a velhice e o envelhecimento em visão globalizada**. São Paulo: Atheneu, 1996.

SADOCK, Benjamin James; SADOCK, Virginia Alcott. Desenvolvimento humano ao longo do ciclo vital. In: _____. **Compêndio de Psiquiatria - Ciência do Comportamento e Psiquiatria Clínica**. Porto Alegre: Artmed, 2007.

