



INSTITUTO SUPERIOR DE
SERVIÇO SOCIAL DO PORTO

Espiritualidade e envelhecimento

A espiritualidade como fator facilitador da adaptação
diante das transformações

Cibele Brito Lima

Dissertação apresentada ao Instituto Superior de Serviço Social do
Porto para a obtenção do Grau de Mestre em Gerontologia Social

Orientador: Professora Mónica Alexandra Vidal Teixeira

Janeiro
2023

Agradecimentos

Expresso meu profundo agradecimento, primeiramente à Deus, que até aqui tem me sustentado com sua Mão Poderosa.

Agradeço àqueles que, de alguma forma, contribuíram para a realização desta dissertação.

Agradeço, também, à esta nação, terra de nossos colonizadores, que me recebeu de braços abertos.

Um agradecimento especial aos meus familiares, por me apoiarem nesta jornada.

Agradeço a minha orientadora, Mónica Teixeira, pelos ensinamentos durante este trabalho.

Por fim, agradeço aos demais professores e colegas do Instituto Superior de Serviço Social do Porto.

RESUMO

O presente estudo teve como objetivo compreender a espiritualidade como fator facilitador da adaptação, diante das transformações que acompanham a velhice, levando em consideração a possível correlação da espiritualidade na melhoria da qualidade de vida dos idosos. A partir de uma entrevista semi-estruturada com vinte idosos, com idade igual ou superior a 75 anos, investigamos aspectos gerais sobre a trajetória de vida do idoso, com ênfase para a etapa atual e para a dimensão espiritual. Os dados da pesquisa foram submetidos ao método qualitativo de análise temática. A análise das entrevistas resultou na definição de duas categorias temáticas: “Perceber-se como um sujeito social” e “A relação do idoso com a espiritualidade”. A primeira, refere-se às principais experiências de vida do idoso, enquanto a segunda, diz respeito à vivência e compreensão da espiritualidade. Os achados sugerem que o envelhecimento foi aceito como um componente natural do ciclo vital, marcado pelas perdas físicas, mas também pelos ganhos advindos da experiência de vida. A vida espiritual aparece como uma experiência que estimula a socialização, a comunicação consigo mesmo e a reflexão sobre a vida e a morte, com ênfase no envelhecimento. Os resultados também mostram que os significados relacionados à espiritualidade estavam mais relacionados à transcendência de atitudes e valores positivos.

Palavras-chave: Gerontologia. Envelhecimento. Espiritualidade.

SUMMARY

The study aimed to take spirituality as an adaptation factor, taking into account the improvement of the quality of life of the elderly. Based on a semi-structured interview with twenty elderly people, aged 75 years or older, we investigated general aspects of the life trajectory of the elderly, with emphasis on the current stage and on the spiritual dimension. Research data were selected for the qualitative method of thematic analysis. An analysis of the interviews resulted in the definition of two thematic categories: “Perceiving oneself as a social subject” and “The relationship of the elderly with spirituality”. The first refers to the main life experiences of the elderly, while the second concerns the understanding and understanding of spirituality. Findings that aging was accepted as a natural component of the cycle due to physical losses, but also to gains in life experience. Spiritual life appears as an experience that encourages socialization, communication with oneself and reflection on life and death, with protection in aging. The results also show that the meanings related to attitudes were more related to the transcendence of positive attitudes and values.

Keywords: Gerontology. Aging. Spirituality.

ÍNDICE

INTRODUÇÃO.....	11
CAPÍTULO I: ENQUADRAMENTO TEÓRICO.....	13
1.1 Envelhecimento.....	13
1.1.2 Mudanças ao longo da vida.....	16
1.2 Espiritualidade.....	20
1.2.1 Espiritualidade na terceira idade.....	21
1.2.2 A busca de um meio existencial.....	24
1.2.3 A espiritualidade como estímulo à vida.....	26
1.2.4 A relação da espiritualidade com a saúde.....	27
CAPÍTULO II: ENQUADRAMENTO METODOLÓGICO.....	30
2.1 Justificativa do tema.....	30
2.1.1 Objetivos.....	31
2.2 Considerações Metodológicas.....	31
2.2.1 População e amostra.....	32
2.2.2 Procedimentos de recolha das informações.....	33
2.2.2.1 Instrumentos utilizados.....	34
2.2.2.1.1 Formulário com informações básicas.....	34
2.2.2.1.2 Entrevista semi-estruturada.....	34
2.2.2.1.3 Mini Mental State Examination (MMSE).....	35
2.3 Análise e tratamento de dados.....	36

CAPÍTULO III: APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS.....	37
3.1 Apresentação e discussão dos resultados.....	37
3.2 Categorias temáticas.....	44
3.2.1 Perceber-se como um sujeito social.....	44
3.2.1.1 Seu papel na sociedade.....	44
3.2.1.2 O passado do idoso.....	46
3.2.2 A relação do idoso com a espiritualidade.....	47
3.2.2.1 A vivência da espiritualidade.....	47
3.2.2.2 Compreensões sobre a espiritualidade e religiosidade.....	48
3.3 Respostas obtidas nas entrevistas em correlação à bibliografia.....	51
3.4 Análise do Mini Mental State Examination (MMSE).....	52
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	67
REFERÊNCIAS.....	71
ANEXOS.....	78
Anexo I: Termo de consentimento informado.....	79
Anexo II: Cronograma.....	81
Anexo III: Formulário com informações básicas e entrevista.....	82
Anexo IV: Mini Mental State Examination.....	83

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1	Perfil dos Entrevistados	43
Gráfico 2	Entrevista	49
Gráfico 3	Entrevista	51
Gráfico 1	Questão 1 do MMSE: Orientação	53
Gráfico 2	Questão 2 do MMSE: Retenção	54
Gráfico 3	Questão 3 do MMSE: Atenção e Cálculo	55
Gráfico 4	Questão 4 do MMSE: Evocação	55
Gráfico 5	Questão 5 do MMSE: Linguagem	56

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1	Questão 5: Escreva uma frase inteira aqui - Entrevistado(a) 3	57
Figura 2	Questão 5: Escreva uma frase inteira aqui - Entrevistado(a) 4	57
Figura 3	Questão 5: Escreva uma frase inteira aqui - Entrevistado(a) 9	57
Figura 4	Questão 5: Escreva uma frase inteira aqui - Entrevistado(a) 10	58
Figura 5	Questão 5: Escreva uma frase inteira aqui - Entrevistado(a) 16	58
Figura 6	Questão 6: Entrevistado(a) 1	59
Figura 7	Questão 6: Entrevistado(a) 2	59
Figura 8	Questão 6: Entrevistado(a) 3	59
Figura 9	Questão 6: Entrevistado(a) 4	60
Figura 10	Questão 6: Entrevistado(a) 5	60
Figura 11	Questão 6: Entrevistado(a) 6	60
Figura 12	Questão 6: Entrevistado(a) 7	61
Figura 13	Questão 6: Entrevistado(a) 8	61
Figura 14	Questão 6: Entrevistado(a) 9	61
Figura 15	Questão 6: Entrevistado(a) 10	62
Figura 16	Questão 6: Entrevistado(a) 11	62
Figura 17	Questão 6: Entrevistado(a) 12	62
Figura 18	Questão 6: Entrevistado(a) 13	63
Figura 19	Questão 6: Entrevistado(a) 14	63
Figura 20	Questão 6: Entrevistado(a) 15	63

Figura 21	Questão 6: Entrevistado(a) 16	64
Figura 22	Questão 6: Entrevistado(a) 17	64
Figura 23	Questão 6: Entrevistado(a) 18	64
Figura 24	Questão 6: Entrevistado(a) 19	65
Figura 25	Questão 6: Entrevistado(a) 20	65

ÍNDICE DE TABELAS

Tabela 1	Categorias Temáticas	38
Tabela 2	Resumo Perfil dos Entrevistados	43

GLOSSÁRIO DE SIGLAS

MMSE – Mini Mental State Examination

OMS – Organização Mundial de Saúde

INTRODUÇÃO

A presente dissertação reflete sobre os resultados de uma investigação que se propôs analisar e estudar a influência da espiritualidade na terceira idade como fator facilitador da adaptação da terceira idade diante das transformações que ocorrem ao longo da vida.

Ao longo das últimas décadas tem se verificado um aumento contínuo da população idosa. Diversas mudanças sociais, avanços tecnológicos e da medicina, têm aumentado a expectativa de vida da população. Somado a isso, alteração nos hábitos sociais e culturais, resultaram em quedas nos índices de natalidade. Desta forma, com estes dois fatores, há um envelhecimento da população mundial. De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS) o número de pessoas com idade superior a 60 anos chegará a 2 bilhões de pessoas até 2050.

Por sua vez, o envelhecimento é um processo natural, que ocorre com todos os seres vivos. Na vida humana, este processo gera mudanças em várias facetas do viver: mudanças sociais, culturais, econômicas, de trabalho, convivência, círculo social e, principalmente, mudanças físicas. É um processo que ocorre de maneira singular para cada indivíduo e, embora esteja vinculado a uma série de alterações biológicas que lhe impõem alguma dificuldade, não necessariamente está vinculado apenas a perdas e limitações; pelo contrário, pode se caracterizar como um período de intensa funcionalidade cognitiva, afetiva e física, caso haja oportunidade para tal. (Neri, 2004).

Fato é que a idade traz mudanças e traz vulnerabilidades, alteração nos papéis sociais, tanto de perda quanto de aparecimento de novos papéis (ser avós por exemplo), agravamento de doenças crônicas ou degenerativas, perda de familiares ou amigos, mudança de círculo social. De acordo com Camarano (2004) as alterações são diferentes de acordo com sexo, grupo social, raça/etnia, localização territorial e políticas públicas.

Diante de tantas mudanças enfrentadas pelo indivíduo durante o seu envelhecimento, surge a questão da espiritualidade como um fator que pode, ou não, ser um facilitador para a aceitação e/ou adaptação diante das transformações ocorridas.

Considerando-se que se estima que a população mundial continue envelhecendo, os estudos a respeito do assunto tomam ainda mais importância nos meios acadêmicos. Por causa das mudanças físicas e psicológicas trazidas por esse estágio de desenvolvimento, as pessoas estão mais propensas a questionar suas próprias vidas. Com isso, a dimensão espiritual pode ser um componente que entra nesse contexto, dando sentido à existência.

Assim, ao longo deste trabalho, buscou-se revisar e trazer publicações e estudos bibliográficos sobre a terceira idade e a espiritualidade, objetivando compreender de que forma a espiritualidade pode atuar como um fator facilitador para adaptar-se às mudanças advindas do envelhecimento. Ademais, a fim de procurar mensurar esta informação, foi feita pesquisa de campo, por meio de entrevistas, com os sujeitos objetos da pesquisa.

Este estudo buscou priorizar abordagens teóricas sobre o envelhecimento, que consideram o envelhecimento como uma etapa da vida tão ou mais complexa que as etapas anteriores.

Ambiciona-se também que este trabalho possa colaborar em outros trabalhos acadêmicos voltados para este foco. O presente trabalho foi então estruturado em três capítulos: o primeiro, onde são trazidos conceitos bibliográficos a partir do tema, buscando-se abordar conceitos relacionados à terceira idade, ao envelhecimento e à espiritualidade. O segundo capítulo traz o enquadramento metodológico referente a pesquisa de campo realizada a partir de entrevistas feitas com idosos. E, por fim, o terceiro capítulo apresenta os resultados das entrevistas, com análises e dados obtidos a partir das respostas coletadas, bem como as considerações finais desta pesquisa de forma a responder como a espiritualidade opera na vida dos idosos diante das adaptações necessárias. Neste terceiro capítulo as reflexões geradas a partir da realização do estudo serão expostas.

CAPÍTULO I: ENQUADRAMENTO TEÓRICO

1.1 Envelhecimento

Com o aumento da expectativa de vida e da longevidade da população, tornou-se comum ouvir e discutir acerca do envelhecimento global da população. Mas ainda, pouco se comenta a respeito da velhice.

Assim como na infância, adolescência e vida adulta, o envelhecimento é uma fase da vida caracterizada por certas mudanças biopsicossociais relacionadas à passagem do tempo. No entanto, esse fenômeno difere de pessoa para pessoa e pode ser determinado geneticamente ou pode ser influenciado pelo estilo de vida de uma pessoa, pelas características de seu ambiente e sua situação nutricional (Ávila, Guerra e Meneses, 2007).

Conforme a Organização Mundial de Saúde – OMS (2005, p. 8), “o envelhecimento da população é um dos maiores triunfos da humanidade”. Também de acordo com Veras e Caldas (2004):

O século XX se caracterizou por profundas e radicais transformações, destacando-se o aumento do tempo de vida da população como o fato mais significativo no âmbito da saúde pública mundial. Uma das maiores conquistas da humanidade foi a extensão do tempo de vida. (p. 424).

Messy (1999) considera que o envelhecimento é um processo irreversível que ocorre ao longo da vida e diz respeito a todos nós, do recém-nascido ao ancião. Nessa visão envelhecer é um processo continuado, decorrente de alterações moleculares e celulares que resultam no declínio funcional e progressivo, e que, embora se intensifique após o período reprodutivo, começa a ocorrer em etapas anteriores.

A análise da história revela que em algumas sociedades antigas, os idosos eram valorizados por sua experiência, auxiliando as gerações mais jovens em suas atividades cotidianas e repassando os conhecimentos adquiridos. Na Grécia, o envelhecimento era visto

em função da classe social. Aqueles que pertenciam à elite tinham poder político, econômico e cultural, e eram reconhecidos como mais sábios do que aqueles que pertenciam às classes sociais mais baixas, que representavam invalidez, doença e morte (Horn 2013, p. 11.). Conforme ainda Beauvoir (1970) Aristóteles ressalta que:

É preciso que o corpo permaneça intacto para que a velhice seja feliz: uma bela velhice é aquela que tem a lentidão da idade, mas sem deficiências. Ela depende ao mesmo tempo das vantagens corporais que se poderia ter, e também do acaso. O declínio do corpo acarreta o do indivíduo inteiro (p. 136)

Segundo Lemos *et al.* (2015) verifica-se, no passado, que os Babilônios, Hebreus e os Gregos davam grande importância aos problemas inerentes à velhice e pesquisavam formas de se impedir o processo de envelhecimento. Para os Babilônios, a imortalidade era um prêmio a ser conquistado. Os gregos desprezavam os mais velhos e os relegavam a papéis subalternos e humilhantes, elevando a beleza e a juventude. Somente o filósofo grego Platão tem uma visão em que o envelhecimento está ligado à sabedoria, prudência, sensualidade e astúcia. A importância dada aos mais velhos, considerados cozinheiros natos, foi destacada pelos hebreus. "Matusalém" destaca-se na cultura judaica, tendo vivido 969 anos, segundo as escrituras; uma vida longa era vista como uma bênção por eles, os idosos ocupavam uma posição privilegiada na sociedade romana.

Constatou-se, segundo Silva (2008), que o entendimento da velhice como uma etapa da vida humana, surgiu na transição do século XIX e XX. Algumas mudanças alteraram o curso da vida, resultando no surgimento do conceito de envelhecimento como o conhecemos hoje. Dois fatores fundamentais foram formados: a formação de novas disciplinas médicas que estudam o corpo envelhecido e a formação de pensamentos.

De acordo com Netto (2013) “ o século 20 marcou definitivamente a importância do estudo da velhice, fruto, de um lado, da natural tendência de crescimento do interesse nas pesquisas e estudos sobre o processo de envelhecimento, que, diga-se de passagem, já se anunciava nos séculos anteriores” (p. 62).

Hodierna o vivenciamos acentuado crescimento na expectativa de vida da população, fato este que denota maior envelhecimento dos indivíduos, pois se percebe certa queda na taxa

de mortalidade aliada ao decréscimo na taxa de natalidade. Tais fatores podem ser traduzidos na evolução demográfica verificada ao longo dos últimos anos, especialmente nos países europeus (Rosa e Chitas, 2010)

Em países desenvolvidos, onde a idade acatada como idoso é acima de 65 anos, esse contingente populacional já ultrapassou o número de crianças e estima-se ainda que o ano de 2050 essa população tenha uma representatividade de 32% na densidade populacional mundial total, chegando a uma proporção de dois idosos para cada um nascido-vivo (WHO, 2004).

De acordo Groisman (1999), após estabelecer o envelhecimento como uma categoria social marcada pelo declínio físico e pela invalidez, bem como pela aquisição de novos direitos, seguiu-se um período em que sua significação social aumentou significativamente. Groisman (1999) ressaltou as décadas de 1960 e 1970 como um dos períodos mais importantes para a construção do significado social da velhice, quando ela adquire uma visibilidade social.

Assim, temos que o tema do envelhecimento e da longevidade humana existe desde os primórdios dos tempos, com foco na busca da eterna juventude. E nas últimas décadas, tem recebido maior atenção devido ao aumento do número de pessoas com mais de 65 anos em todo o mundo, bem como por se tornar um tema de estudo acadêmico. Desta forma, o envelhecimento e o processo de envelhecimento nas culturas primitivas demonstram que existem várias formas de pensar e viver o envelhecimento, mais do que formas pré-definidas, mas sim um conjunto de situações únicas, tendo em conta as características únicas de cada cultura.

O tema do envelhecimento e longevidade está muito presente na história da civilização. As imagens de uma criança, de um jovem e de um idoso, assim como os fenômenos do nascimento e da morte, possuem diversas representações culturais. A imortalidade e a eterna juventude eram sonhos míticos da espécie humana. É possível encontrar escritos antigos sobre temas como a busca da fonte da juventude e da imortalidade. O livro Gênesis, do Antigo Testamento, nos conta que depois da morte as pessoas passaram a viver mais, que a velhice é vista como força, e que a morte representa a destruição. Citando os gregos, Hesíodo (século VIII a.C.) fala de uma raça dourada composta por um povo que viveu centenas de anos sem envelhecer e que morreu adormecido quando chegou o seu dia (Araújo & Carvalho, 2005).

Simone de Beauvoir (1990), em seu livro, *A Velhice*, faz um percurso etnográfico sobre o lugar dos velhos em diferentes sociedades primitivas. A autora destaca a ideia de que a velhice

era vista como uma fase virtuosa e que as antigas sociedades promoviam tratamento respeitoso aos velhos, não abrangendo toda a complexidade da relação da humanidade com o envelhecimento. Ainda referente a essa questão, Mucida (2006) diz que em algumas culturas a velhice é tratada de forma impiedosa, pelo menos sobre determinada forma de julgar. Em algumas organizações os mais velhos são destituídos de direitos e muitas vezes abandonados à própria sorte.

A geriatria instigou o desenvolvimento de novas leituras sobre o tema que atualmente compõem a gerontologia, um campo de estudos e intervenções mais amplo e complexo sobre o envelhecimento. A gerontologia surge como uma área do saber que aborda cientificamente múltiplas dimensões do envelhecer, incluindo, além da geriatria, as iniciativas da Psicologia, das Ciências Sociais em mostrar a dimensão cultural da velhice entre outras áreas do conhecimento (Groisman, 2002).

1.1.2 Mudanças ao longo da vida

Ressoar sobre o envelhecimento é uma tarefa difícil, e aceitá-lo como uma realidade no ciclo de vida humana é ainda mais difícil. Com isso, a tendência é projetá-lo no futuro. Ao mesmo tempo, saber envelhecer requer planejamento para os problemas que surgem como resultados da longa vida e incorporá-los ao plano geral de vida.

A população mundial está envelhecendo. O crescimento da população idosa é uma questão social com a qual nossa sociedade está desenvolvendo uma forma para se adaptar a esta. A estimativa, diante do processo de envelhecimento populacional, é de que em 2020 essa faixa etária corresponda a 34 milhões de indivíduos brasileiros, tornando o Brasil o sexto país no ranking mundial em população idosa (Minayo e Coimbra Junior, 2002).

A qualidade de vida refere-se ao bem-estar do indivíduo, que não está apenas relacionado à presença ou ausência de doença, mas também ao próprio corpo. Um bom estado físico leva à felicidade. Da mesma forma, um corpo doente sem dúvida terá um impacto em muitos aspectos da vida humana.

Lipp e Rocha (1996, p. 13) definem qualidade de vida como “o viver que é bom e compensador em pelo menos quatro áreas: social, afetiva, profissional e a que se refere à saúde”.

A qualidade de vida no idoso pode ser influenciada tanto pelo estado de saúde (médico, social e mental) quanto por condições socioeconômicas e fatores do meio (espiritualidade, relações familiares e de amizade) onde a pessoa vive ou interage. O fato de apenas o indivíduo manter-se sem nenhuma doença física, não necessariamente signifique uma boa qualidade de vida. Da mesma forma que existem pessoas que embora sofram enfermidades crônicas permanecem relativamente felizes, aceitando e convivendo bem com sua condição.

Durante o processo humano, essa realidade necessita ser desenvolvida desde a infância, começando com a educação que inclua todas as etapas do crescimento, com o objetivo de ter consciência do que ajuda as pessoas a atingirem a terceira idade, bem como o que as atrapalha, além de conviver com as diferentes gerações e reconhecendo a importância dos relacionamentos. Isso implica em ser protagonista da própria existência.

O envelhecimento é um processo natural e ao mesmo passo, à medida que o indivíduo envelhece, a vida deste vai se alterando, bem como o meio ao seu redor.

A Organização Mundial de Saúde refere o processo de envelhecimento como sendo um processo sequencial individual e acumulativo de declínio progressivo da capacidade adaptativa e compensatória diante dos agentes estressores, associado a mudanças biológicas e sociais do indivíduo tornando-o mais propenso a adoecer e aumentando o risco de mortalidade (OMS, 1974).

Essas alterações naturais que ocorrem no envelhecimento podem levar a limitações funcionais, disfunções, dependência, risco de quedas, bem como aflições relacionadas à finitude existencial (Smeltzer & Bare, 2011).

Assim, o envelhecimento não pode ser visto apenas como um estado, mas sim como um processo de degeneração progressiva e irreversível que envolve vários aspectos biopsicossociais que impactam de maneira significativa em todo esse sequenciamento. Ele atinge todas as pessoas, independente de orientação sexual, etnia, classe social, entre outros. (Marinho et al., 2017).

Esse evento, muitas vezes vem acompanhado de uma intensa mudança social desses indivíduos marcada por perda de amigos e pessoas da família, sentimentos de solidão, abandono e inutilidade (Balbinotti, 2017).

Diante desse cenário, o grupo social composto por pessoas idosas, aquelas com mais de 60/65 anos de idade passou a possuir um foco de interesse da coletividade e até mesmo individual, uma vez que há implicações em vários aspectos da vida: familiar, social, político, econômico, entre outros (Osório, 2007).

Ocorrem mudanças de ordem física, psicológica e/ou psíquica, mudanças de rotina e de convívio social, além disso, pode ser uma época marcada pela perda de amigos ou pessoas da família. Todas estas mudanças podem trazer consigo sentimentos diversos, tanto felizes quanto sentimentos difíceis de lidar. Somado às mudanças individuais do ser humano decorrentes do avanço da idade, há ainda as mudanças constantes e cada vez mais rápidas e significativas vividas pela sociedade como um todo.

O ciclo biológico pode ser pensado como uma linha reta, com nascimento, crescimento, reprodução e morte. Py (1999) afirma que a vida não é uma série de acontecimentos sem sentido: "Não vivemos na realidade (...). Estamos constantemente em um fluxo imparável: o fluxo da imaginação. Nossas vidas não são uma série de eventos; pelo contrário, são o acúmulo de significados que descobrimos (...)." (p. 111)

Assim, é possível afirmar que o ser humano possui uma história de vida e uma identidade. Ele é um criador com a capacidade de abstração e autoconsciência. No entanto, apesar de moldar um mundo mais ou menos governável e de exercer algum controle sobre a natureza, o homem faz parte dela e inevitavelmente sucumbirá à sua ordem irreversível de envelhecimento e morte. O processo de envelhecimento é visto como um fenômeno natural (Becker, 2007).

No que diz respeito à longevidade, Neri (2007) afirma que o aumento da expectativa de vida "não decorre de nenhum progresso genético obtido pela espécie nos últimos tempos" (p.22). Isso significa que o genótipo não sofreu alterações repentinas, o que explicaria o surgimento de populações humanas mais longevas. O ambiente, por outro lado, seria dinâmico, influenciado pelo envelhecimento e em constante mudança. Alguns fatores que ameaçavam a vida humana foram gradativamente superados pelas transformações civilizacionais, como a abolição dos predadores, a construção de abrigos, a capacidade de produção de alimentos e a melhoria das condições sanitárias. Isso possibilitou uma melhor adaptação humana e, como resultado, um aumento no tempo de sobrevivência humana.

O envelhecimento populacional ocorrido durante o século XX nos países desenvolvidos despertou o interesse de pesquisadores das diversas áreas, entre as quais a psicologia. O conhecimento científico, então vigente, precisou buscar novas formas de explicação para o fenômeno que se observa ainda nos dias atuais. Um fato interessante é que iniciativas também foram reforçadas pela chegada à velhice dos próprios pesquisadores e profissionais envolvidos nas investigações. O saber psicológico, fortemente marcado pela ciência do comportamento, passou a investir mais em pesquisas e modalidades de intervenção com esse segmento da população (Neri, 2004).

Com a modernização ocidental, iniciada no século XVIII, observou-se a ruptura das redes tradicionais, caracterizada pelas famílias extensas. A Constituição do novo modelo familiar ficou reduzida às figuras do pai, da mãe e dos filhos, rompendo com o diálogo entre múltiplas gerações. A memória perde seu reconhecimento em face das informações transformando-se progressivamente no sistema funcional de informações, que atende somente a demanda produtiva do meio social. A memória coletiva desconsidera o saber do velho e a transmissão de valores que forneciam referências (Birman, 1994).

A manutenção da vida durante a passagem do tempo transformou o envelhecimento em um fenômeno social, já que, anteriormente, envelhecer era privilégio apenas dos ricos. A partir de então, surgiram os velhos pobres, com uma situação totalmente diferente daquela dos ricos (Mucida, 2006).

Atualmente, a longevidade é considerada um fenômeno mundial que acarreta profundas mudanças nos aspectos socioeconômicos e culturais de um povo. Os sucessivos avanços alcançados em épocas anteriores permitem que o maior grupo de pessoas alcance e permaneça durante maior tempo na velhice, o que resulta no aumento da expectativa de vida da população (Neri, 2004).

Na sociedade pós-moderna a longevidade está cada vez mais presente, o que não significa qualidade de vida, uma vez que o aumento da expectativa de vida poderá implicar o aumento de morbidades crônicas não transmissíveis, de enfermidades provocadas pelo homem e por microrganismos oportunistas, que debilitam a saúde dos idosos. Estes ainda sofrem com a separação, o declínio da posição social e o isolamento proporcionados por esta sociedade capitalista pós-moderna (Lange, 2005).

A longevidade aqui mencionada não deixa de ser um desafio para as diversas sociedades e governos, assim como para os indivíduos, pois se busca um convívio adequado para as pessoas que alcançam a chamada última etapa da vida. Para isso é crucial oportunizar considerável qualidade de vida associada à dignidade e fidelidade, para os quais a espiritualidade se revela uma ferramenta interessante. (Balbinotti, 2017).

1.2 Espiritualidade

Apesar de todos os avanços da ciência persistem ainda questões, como o significado da vida e o confronto com a possibilidade de finitude, que desde sempre inquietaram o ser humano. É neste sentido que emerge a espiritualidade, como uma dimensão relevante do ser humano e que o diferencia de outros seres vivos (Pinto & PaisRibeiro, 2007).

Em geral, a religião é definida como um sistema de crenças e práticas baseadas em rituais que permitem a proximidade com o divino (Koenig, 2012). Entre os mais diversos aspectos da religião está o relacionamento com Deus ou um superior de nome diferente ou um relacionamento com uma entidade. A espiritualidade leva a uma pausa para pensar. Capacidade de um indivíduo de formar relacionamentos com superiores, pares e outros (Sommerhalder & Goldstein, 2011).

O conceito de espiritualidade é um conceito muito amplo e também, muito complexo. Etimologicamente, espiritualidade deriva do latim *spiritus*, que significa sopro, em referência ao sopro da vida. Envolve também o sentimento de gratidão pela vida, desenvolvimento de ver o sagrado nos fatos comuns, de remeter a uma questão universal referente ao significado e ao propósito da vida, de ter fé, de amar, de perdoar, de adorar, de transcender o sofrimento e de refletir sobre o significado da vida (Freire, et al., 2003).

O solo do estudo da espiritualidade fundamenta-se na filosofia, na psicologia e na religião sendo que sua definição pode ser alterada com o entendimento de cada indivíduo assim como da circunstância experimentada (Tecchio, 2015).

A OMS (1974) passou a considerar a espiritualidade como um componente importante da experiência humana incluindo-a no conceito multidimensional da saúde. Posteriormente, em 1998, a OMS mencionou que a espiritualidade é tão importante para o ser humano quanto a

biologia, psicologia, emoção e sociabilidade, e que é o que define a singularidade de uma pessoa como pessoa.

Panzini et al. (2007) pontua algumas diferenças entre a religiosidade e a espiritualidade. A dimensão religiosa aparece associada a uma profissão de fé, uma crença em um ser ou poder sobrenatural ao qual se atribui a responsabilidade de criação e controle do universo. A espiritualidade, por sua vez, envolve questões quanto ao significado da vida e a razão de viver, como a crença em aspectos sagrados (Deus, poder superior e seus substitutivos) e ou (alma, essência).

Muito embora, estes sejam fatores que estão intimamente correlacionados, possuem significados e características específicas. Pinto e Pais-Ribeiro (2007) explicam que ainda não se encontra na literatura um conceito definitivo de espiritualidade, sendo que muitas vezes essa definição surge numa associação direta à prática de uma religião.

Segundo Doll e Py (2005) a palavra espiritualidade deriva da palavra espíritos, designa sopro de vida que anima a matéria. A espiritualidade é uma espécie de abertura para o que é transcendente a vida física e concreta. O componente espiritual cria um campo fértil para o desenvolvimento de uma visão de mundo que confere significado à existência e desperta um sentido de pertença mais do que o âmbito individual, como elemento fundamental da constituição do próprio sujeito.

1.2.1 Espiritualidade na terceira idade

A religiosidade, nas idades avançadas, é considerada uma importante fonte de apoio, na figura de Deus, porém principalmente também na fé de uma Igreja (Grangeiro et al., 2017).

Segundo Buriti (2011), os apoios sociais de que as pessoas dependem para apoiá-los à medida que envelhecem mudam. Como resultado, os idosos têm maior necessidade de suporte social para manter sua qualidade de vida ao longo desta fase de suas vidas.

A espiritualidade é vivida de forma singular e subjetiva, ocupando um lugar importante na vida dos idosos, que utilizam suas crenças religiosas para amenizar as complicações das condições de saúde, dificuldades associadas ao envelhecimento, percepção do envelhecimento e questões existenciais. A vivência da religiosidade pode ajudar o idoso a transcender

circunstâncias que não podem ser alteradas, lançar novos olhares acerca das questões da vida, as quais só podem ser entendidas por aqueles que passaram por experiências de perdas e sofrimento, norteadas por um novo significado para a vida (Nunes et al., 2017).

Considera-se que a espiritualidade é um fator importante na vida de uma pessoa idosa, favorecendo as relações intrapessoais e interpessoais, proporcionando maior margem de manobra um estado psicológico, cognitivo e altruísta que resulta em crescimento interno, transcendência e sabedoria dão sentido à existência.

A espiritualidade é uma dimensão importante da existência do ser humano, desde os primórdios da humanidade, devendo ser considerada ao abordar o ser humano na sua globalidade (Pinto & Pais-Ribeiro, 2007). Sua importância nos contextos da saúde está relacionada à crescente preocupação em compreender o ser humano em todas as dimensões, inclusive a saúde.

Portanto, tem-se que junto com o processo de envelhecimento vem maiores questionamentos acerca da vida do indivíduo. Cortella e Rios (2013) afirmam que:

Se faz necessário refletir sobre o tipo de vida que vale a pena. A ideia de vida longa implica viver mais e viver bem. Mas, no meu entender, viver bem não é só chegar a uma idade mais avançada com qualidade material de vida. É também adquirir a capacidade de olhar esta trajetória. Porque a vida não é só o agora, é o percurso. Ela é a soma de todos os momentos numa extensão de tempo. (p.17)

Dessa forma, se os idosos conseguem viver o máximo que puderem, a questão para o presente estudo refere-se sobre o impacto da espiritualidade na terceira idade, e se possível é que a dimensão espiritual contribua para a longevidade avançada.

Negreiros (2003) menciona o estudo de Moberg e Bruseke. Os autores apresentam duas dimensões da espiritualidade, a horizontal e a vertical. A horizontal estaria relacionada aos valores humanos que contribuem para uma relação mais harmônica com as pessoas e o mundo, favorecendo a criatividade para a expressão de outras formas de interpretação da realidade, como as formas poéticas, artísticas e filosóficas. Já a dimensão vertical se caracteriza por um movimento em direção a uma força superior que rege o universo.

Pesquisas (Cupertino & Novaes, 2004) que investigam as possíveis implicações da espiritualidade no envelhecimento pontuam que embora as situações sobre a transitoriedade da vida e dos acontecimentos possam ser experimentadas em muitos momentos do decurso do desenvolvimento humano, estes sinais vão se intensificando com a passagem do tempo. Resultados indicam que à medida que os indivíduos envelhecem, a espiritualidade pode funcionar como fator facilitador da adaptação diante das transformações que acontecem, influenciando na saúde física, mental e social. Por esse motivo, o papel do componente espiritual, estando ligado ou não a uma religião, vem se tornando um campo de investigação importante para a temática do envelhecimento.

Não se pode negar que na velhice existe alma, psiquismo, e considerar o aspecto individual pode ser um marco entre a manutenção da saúde ou do desenvolvimento de enfermidades. Assim, vê-se que a espiritualidade íntegra o comportamento do indivíduo ao longo do seu ciclo existencial, pois envolve o seu pensar, sentir, conceber a fé e o acreditar. Nesse sentido, a espiritualidade sempre possuiu importância ao longo da história da humanidade, eis que procura oferecer resposta voltada a amenizar os medos, ansiedades e ameaças a que todos estão sujeitos, especialmente a morte (Balbinotti, 2017).

Para Cupertino e Novaes (2004), a maneira considerada saudável de vivenciar o envelhecimento seria transformar a rotina de família e trabalho numa visão mais ampla, ou seja, na medida em que há a diminuição das obrigações cotidianas o idoso experimenta a sensação de missão cumprida. Desta maneira, estaria mais disposto para buscar significados transcendentais à própria vida.

Ainda que as sinalizações sobre a transitoriedade da vida e dos acontecimentos possam ser experimentadas em muitos momentos do desenvolvimento humano, esses sinais vão se intensificando com a passagem do tempo. A saída do mercado de trabalho, doenças, limitações físicas e a proximidade da morte nos remetem aos limites reais da existência, criando um campo propício para reflexão sobre o sentido da vida. Desta forma, a busca espiritual pode estar relacionada à situação existencial da pessoa, onde, inevitavelmente, ocorrem experiências sobre a vida e a morte (Doll & Py, 2005).

Independente da crença religiosa do idoso, a espiritualidade está relacionada à expectativa de melhor qualidade de vida. A pessoa encontra na religião um conforto diante das adversidades que surgem com o envelhecimento. Desta maneira a espiritualidade desempenha

um papel positivo na saúde física, social e mental. Há vários indicadores de que a busca de um sentido para a vida, a presença da Fé, a prática das virtudes e a crença na transcendência atenuam, com o avançar da idade, o impacto de novas formas de mal-estar contemporâneo, vividos pelos idosos, assim como podem atuar como recurso para melhoria de condições de saúde e prolongamento da vida (Negreiros, 2003).

A espiritualidade é uma das fontes primordiais, embora não seja a única, de inspiração do novo, de uma esperança alvissareira, de geração de um sentido pleno e de capacidade de autotranscendência do ser humano (Boff, 2001), "prolongar a vida sem proporcionar um significado para a existência não é a melhor resposta para o desafio do envelhecimento, a vida necessita de um significado" (Neri, p. 132, 2001).

A espiritualidade é algo que ocorre para além da esfera do humano, mas algo que toca em profundidade sua vida e experiência. A espiritualidade traduz a força de uma presença que escapa a percepção do humano, mas ao mesmo tempo provoca no sujeito o exercício de percorrer e captar esse sentido onipresente daí se puder falar em experiência espiritual enquanto movimento e busca do sentido radical que habita a realidade (Teixeira, 2005).

1.2.2 A busca de um meio existencial

Segundo a OMS (2005) com o passar dos anos, compreendeu-se a necessidade de alterar o imaginário social, pois as sociedades ao incluírem os idosos em seus projetos, precisam em primeiro lugar desmistificar os preconceitos que existem em relação a estes, para assim então, descobrir métodos para criar um ambiente melhor, integrado e mais próximo do ideal, no intuito de que as pessoas poderão desfrutar de seus novos anos com maior alegria.

No entanto, conforme afirma a OMS é preciso ampliar a compreensão sobre o que é ideal, o que é sonho e o que pode se tornar realidade para essa população. Existe um consenso universal entre acadêmicos, políticos, médicos e economistas de que oferecer cuidados de saúde física e oferecer melhores espaços públicos e privados com mais conforto e conveniência é ideal para os idosos.

Mais recursos financeiros seriam suficientes para outros profissionais. Tudo isso é essencial para o crescente número de sexagenários, septuagenários, octogenários e centenários; no entanto, não estamos conseguindo suprir sua necessidade primordial, que é ouvi-los, bem

como envolvê-los no que eles querem, no que sentem falta e no que acreditam ser um sentido essencial para este momento de suas vidas (OMS, 2005).

O modelo que conhecemos sobre o idoso que conhecemos no passado está em constante transformação. Hoje, esses cidadãos são mais ativos e participativos na sociedade; eles decidem o que querem e, como resultado, são mais vulneráveis ao estresse, acidentes e outras exposições. No entanto, isso não os impede de participar e fazer sugestões sobre como gostariam de viver. Criar um sentido existencial adequado aos tempos atuais e que permita a felicidade (OMS, 2005).

Conforme Frankl (1989) a busca de sentido na vida é a principal força motivadora no ser humano e a logoterapia pode ser considerada e desenhada como terapia centrada no sentido, ou seja, ela tem o homem como um ser orientado por sentido.

Ainda segundo Frankl (1973) a principal preocupação do homem é estabelecer e almejar um objetivo, e é esta busca que é capaz de dar sentido à sua vida, fazendo para ele valer a pena viver, e não a satisfação de seus instintos e o alívio de suas tensões como sustenta a psicanálise. Não se trata, portanto, de um sentido para a vida em termos gerais, mas um sentido pessoal para a vida de cada indivíduo, que este escolhe, quando encontrado.

Para a OMS (2005), no estágio final, a busca de sentido e propósito na vida, bem como de respostas espirituais, é mais proeminente e, conseqüentemente, mais consistente. Os equilíbrios para entender como a longevidade está sendo constrangida, se o caminho percorrido foi seguro, se valeu a pena ou não, estão sendo intensificados. Para alguns, grandes decepções indicam que a missão não foi concluída e seus sofrimentos se agravaram.

Muitos países realizam campanhas educativas em todos os segmentos da população, por meio da mídia e das escolas, com o objetivo de valorizar o envelhecimento e preparar um lugar para quem já contribuiu com reconhecimento, cuidado e respeito. Como resultado, eles esperam facilitar encontros intergeracionais nos quais a população que pertence à terceira idade possa expressar suas necessidades espirituais e psicológicas tão importantes para seu bem-estar, e ensinar aos jovens que respeito, dignidade e inclusão não têm limites de idade. Isso é bom para todos (OMS, 2005).

Segundo Kaplan et al. (1997), uma vida só possui satisfação e realização na velhice à medida que a pessoa tenha chegado ao estágio da generatividade, que é uma necessidade cujo

investimento conduz ao sentido do bem estar psicológico e de intimidade. A única maneira de afastar o desespero, a sensação de inutilidade e o medo da morte é adquirir esse senso de finalidade e de que a vida valeu à pena.

1.2.3 A espiritualidade como estímulo à vida

A espiritualidade refere-se à capacidade humana de buscar significados existenciais por meio de conceitos que transcendem o tangível, permitindo uma sensação de conexão com algo maior que si mesmo e além da morte.

religiosidade [...] que se refere a comportamentos e crenças associados a alguma seita religiosa; refere-se às crenças propriamente ditas, aos rituais institucionais [...] e mesmo não institucionais [...]; refere-se também às experiências pessoais e ao próprio conhecimento religioso. [...] a espiritualidade pode coincidir com a religiosidade, mas seu sentido primordial é colocar o indivíduo em contato com a noção de transcendência. (Socci, 2006, p. 89 - 90).

O desejo de encontrar explicações para os mistérios e mistérios da natureza humana tornou-se um desafio ao longo dos séculos, devido principalmente ao desconhecimento dos recursos científicos e das religiões primitivas que surgiram dos mitos e permitiram que o homem primitivo se obrigasse a encontrar respostas.

Conforme Zimmerman (2010), o verbo “ligar” lembra a palavra religião, que, etimologicamente, procede dos étimos latinos *re + ligare*, isto é, uma das funções mais nobres da religião, a de religar os nossos antepassados atávicos, que estavam dispersos e envolvidos em lutas fratricidas.

Em estudos empíricos, os termos religiosidade e espiritualidade são frequentemente utilizados como sinônimos. Apesar de suas semelhanças, Panzini (2007) distingue algumas diferenças entre religião e espiritualidade. A dimensão religiosa está associada a uma profissão religiosa, uma crença em um ser ou poder sobrenatural ao qual é atribuída a responsabilidade pela criação e controle do universo. A espiritualidade envolve questionamentos sobre o sentido da vida e a razão de viver, com fé em aspectos sagrados e/ou transcendentais (alma, essência).

Segundo Doll e Py (2005), o termo espiritualidade deriva da palavra latina *spiritus*, que se refere à força vital que anima o material. A espiritualidade é uma espécie de porta de entrada para o que está além e além da vida física. O componente espiritual cria um terreno fértil para o desenvolvimento de uma visão de mundo que dá sentido à existência e desperta um sentimento de pertencimento maior que a esfera individual, como componente fundamental da constituição do eu.

Em relação à religião, apesar de haver alguma concordância entre os autores sobre a definição do conceito, também se reconhece que existem diferentes significados para o tema. Segundo Alves (1984), religião é imaginação, é a capacidade de ver as coisas sob uma luz diferente, com forte conteúdo emocional difícil de articular. Sob esse prisma, verifica-se que essas experiências nem sempre estão vinculadas às religiões tradicionais.

A religião é também um campo de experiências, indagações sobre a existência, abrindo-se para novas possibilidades. Esta experiência não é só a vivência das situações, é, principalmente, a sua elaboração na consciência (...) que pode se dar com as religiões tradicionais ou com uma concepção pessoal de religiosidade” (Kóvacs, 2007, p.246).

Como resultado, o estudo da espiritualidade se transforma em uma polissemia de ideias e representações. Este capítulo procurou apresentar algumas ideias e definições sobre o assunto. No entanto, o objetivo deste trabalho não é definir a espiritualidade, mas sim compreender como ela é incorporada à vida dos idosos.

1.2.4 A relação da espiritualidade com a saúde

Atualmente, segundo a OMS, a espiritualidade vem sendo estudada pelas ciências humanas devido à sua importância na manutenção da saúde e no auxílio na recuperação de pacientes enfermos e hospitalizados. Nesse sentido, a Organização Mundial da Saúde (OMS) reconhece sua importância e a considera necessária para a definição do conceito de saúde total, além das dimensões física, psicológica e social.

De acordo com estudos, as habilidades psicológicas e espirituais, além de interferirem na função bioquímica, têm potencial para contribuir para um processo de envelhecimento bem-sucedido, ao contrário daquele que envolve sofrimento e doença.

As crenças e práticas religiosas e espirituais têm demonstrado ser um auxílio para o enfrentamento das mais diversas situações de desequilíbrio na saúde dos indivíduos, preparo para a morte e até mesmo nas relações interpessoais dos profissionais. Este fato apresentou grande relevância a partir do ano 2000, quando as publicações acerca da espiritualidade e saúde cresceram consideravelmente (Koenig, 2005).

A espiritualidade desempenha um papel importante na saúde mental das pessoas, bem como em suas percepções de vida e escolhas de estilo de vida. No mundo de hoje, há uma grande variedade de práticas religiosas, e os médicos encontram uma variedade de práticas espirituais que podem influenciar as respostas dos pacientes às práticas de saúde. As pessoas acreditam que utilizar os recursos espirituais é essencial para obter força, sentido e apoio diante das dificuldades da vida (Pais-Ribeiro, 2006).

Panzini et al. (2007, p.127), afirmam que existem quatro razões, já proferidas por Koenig em 2001, para associação entre religião e saúde:

- a) crenças religiosas provêm uma visão de mundo que dá sentido positivo ou negativo às experiências;
- b) crenças e práticas religiosas podem evocar emoções positivas;
- c) a religião fornece rituais que facilitam/santificam as maiores transições de vida (adolescência/casamento/morte);
- d) crenças religiosas, como agentes de controle social, dão estrutura para tipos de comportamentos socialmente aceitáveis.

Para Cury (2014), em seu livro *Ansiedade: como enfrentar o mal do século*, identificar sintomas que possam estar interferindo no corpo, no sono e no bem-estar. Este requer uma leitura do sentido existencial que cada um de nós busca para a vida, como administramos nossas emoções e como sabemos que, se não o fizermos, estaremos correndo o risco de ficar irritados e permitir que nossos conflitos apodreçam. Entende que, com humildade, todos podem encontrar sentimentos e respostas diferentes, mesmo que não queiram. Mas, para que isso

aconteça, é preciso acreditar que vale a pena e que o problema pode ser superado. É preciso ter fé e esperança.

Para Hay (1984), autora do livro *Você pode curar sua vida*, o destino de cada indivíduo é determinado pela forma como ele administra seu destino. Ela afirma que, por trás de cada doença ou acidente, existe um pensamento ou crença negativa. Segundo ela, todos nós criamos uma realidade em nosso mundo mental (espiritual) que se manifesta em nossos corpos ou na realidade física. Afirme também na causa dos problemas, à frente fria, ao trânsito, à crise econômica, à violência, ao marido ou à esposa, à economia, à frente de Deus.

Para o idoso, ser reconhecido, valorizado, respeitado e olhando, bem como poder se expressar, opinar e contribuir com o que aprendeu, são formas de participar de um mundo ideal também muito real, porque pode ser justo, integrador e palpável. Ao contrário, a descrença promove a exclusão e a ociosidade destrói a capacidade de amar; e sem amor, não há salvação, espiritualidade, sonhos e muito pouca chance de viver uma vida longa.

Boff (2011) afirma que a saúde e cura fazem parte do processo de adaptação e de integridade, nas quais se dá o bem-estar, a doença, o sofrimento, a recuperação, o envelhecimento, o caminhar tranquilo e a morte.

CAPÍTULO II: ENQUADRAMENTO METODOLÓGICO

2.1 Justificativa do tema

Com o presente trabalho não se objetivou enveredar para o campo dos fenômenos religiosos, porém constatar se idosos que manifestam uma espiritualidade mais ativa chegam a ser mais felizes. Logo, se quis compreender, o que esse fenômeno denominado espiritualidade gera e como gera. Pois, tanto bem tem produzido na vida destes que ao especificaram consciente ou inconscientemente, como fato facilitador para a travessia desta fase da vida, que é a terceira idade.

Pode-se observar a escassez de pesquisas direcionadas a esta área, a espiritualidade na velhice. Percebemos, então, um viés no qual podíamos atuar e direcionar os “holofotes”. A espiritualidade sempre esteve presente na humanidade, independente de época, povo ou cultura e se expressa através de valores, tradições e práticas. E, por isso, a nosso ver, pode ser considerada como meio ou uma ferramenta para enfrentar situações adversas, lidar com o emocional, além da busca de um significado para a vida e também da fé. E, parece-nos que, esta parcela da população apropriou-se desta “ferramenta”, nasceu daí ou interesse em pesquisar e assim contribuir na elaboração de algum material, a mais, a respeito desta temática relacionada ao envelhecimento.

Seguindo por este caminho constatamos, de acordo com diversos autores anteriormente analisados, que a espiritualidade pode estar presente ao longo da vida dos sujeitos e parece ganhar mais ênfase na velhice. Percebe-se com isso, que o processo de envelhecimento possui uma relação íntima com a espiritualidade, visto que tem proporcionado para uma parcela considerável de idosos um auxílio na compreensão e aceitação das perdas, entre outros pontos enfrentados no decorrer deste período de suas vidas. Corroborando a isso é um estado mental e emocional que norteia atitudes, pensamentos e reações face às circunstâncias, entrevê-se aí a sua riqueza e valor durante esse processo.

Assim, como a esperança média de vida aumentando, a longevidade impondo-se de tal maneira, faz-se necessário o contributo de maior número possível de material acerca da

importância da espiritualidade no envelhecimento. Voltamos, então, mais uma vez a essa ideia que é a tônica deste trabalho.

Portanto, necessitamos compreender um pouco mais a respeito deste fenômeno como facilitador, conforme citado anteriormente e tendo em vista a opinião de vários estudos de pesquisas americanos, que apontam para a existência de evidências que indicam que diversas expressões da espiritualidade têm impacto significativo tanto na saúde como no bem-estar desta fração da população.

2.1.1 Objetivos

O objetivo principal do estudo visa compreender como a espiritualidade influencia a vida dos idosos e, entender, se esta pode ser considerada um fator facilitador da adaptação diante das transformações que decorrem do envelhecer.

Portanto, são objetivos deste estudo:

1. Compreender como a espiritualidade se manifesta na rotina do idoso.
2. Analisar e conhecer a possível correlação e significado da espiritualidade diante das situações vivenciadas e relatadas pelos idosos participantes da entrevista, buscando entender se a espiritualidade acabou por facilitar a vivência dos idosos.

2.2 Considerações metodológicas

Tendo em vista a estrutura deste trabalho, que se configura na modalidade de dissertação, refletimos que, para temática escolhida a compreensão de um tema sensível como este, além de partir de uma base que não existe, logo só seria possível se estivéssemos falando, interagindo com idosos que poderiam expressar o que sentem e como sentem esta relação. Assim, a técnica utilizada será a entrevista, pois, é a entrevista que dá voz aos sujeitos para que expressa a realidade que vivenciam, revelando crenças, ideias, maneiras de pensar, sentimentos, opiniões, projeções para o futuro, formas de lidar com determinadas situações, entre outros aspectos (Minayo, 2004). Além de ser o mais propício na obtenção de respostas aos objetivos propostos neste trabalho, através da entrevista semiestruturada.

Atendendo aos objetivos do presente estudo, a metodologia que melhor se adequa é o método qualitativo. As informações são coletadas para dados qualitativos que buscam descrever um tópico usando impressões, opiniões e pontos de vista, em vez de apenas quantificá-lo. A pesquisa qualitativa é menos estruturada e busca aprofundar um assunto para aprender mais sobre as motivações, ideias e atitudes das pessoas. Embora essa abordagem forneça uma compreensão mais completa das questões de pesquisa, ela torna mais difícil a análise dos resultados.

A entrevista é um trabalho que constitui uma ferramenta essencial na pesquisa qualitativa de campo, como tal solicita uma atenção permanente do pesquisador aos seus objetivos. O pesquisador deve se colocar intensamente à escuta do que é dito, refletir sobre a forma e conteúdo da fala do entrevistado (Brandão, 2000). No que diz respeito ao método de pesquisa.

A pesquisa qualitativa mostrou a forma mais adequada de compreensão das questões investigadas, pois esse método de fazer ciência apresenta estratégias que buscam entender construções da subjetividade humana. A metodologia qualitativa busca compreender um fenômeno em profundidade, trabalhando com descrições, comparações e interpretações (Pinto, 2004).

2.2.1 População e amostra

O estudo foi realizado na cidade do Porto, distrito de Aveiro, Concelho de Anadia fica a 100Km do Porto, aldeia Vila Nova de Monsarros Concelho de Anadia, no contexto rural, com 20 idosos. Os critérios para inclusão no presente estudo era ter a idade igual ou maior do que 75 anos e ausência de déficit cognitivo que possam interferir na compreensão das questões e da entrevista.

O presente trabalho realizou-se da seguinte maneira: num primeiro momento o contato inicial com a instituição para apresentação do projeto de investigação. A entidade realizou as primeiras abordagens com os utentes que se mostraram interessados em participar na investigação, seguindo-se o agendamento com os participantes interessados. Confirmado o interesse marcou-se um encontro para os primeiros contatos. A seguir a apresentação formal do trabalho.

Após a coleta do material foi analisada a temática do conteúdo. O período previsto para realização deste se deu a partir do segundo semestre de 2021, seguindo-se pelos semestres subsequentes de 2022.

Considerando que este trabalho iniciou no 2º Semestre de 2021 sua estrutura segue de acordo com o Cronograma de Atividades (ANEXO II). Os primeiros contatos e confirmações dos participantes, a elaboração e construção do roteiro da entrevista, bem como a apresentação formal do trabalho, se deram no mês de agosto. No mês de setembro as entrevistas foram realizadas, assim como a coleta de dados e análise da temática do conteúdo coletado. No mês de outubro, realizou-se a divisão do material coletado em categorias. O desenvolvimento teórico do trabalho decorreu no mês de novembro. No mês de dezembro, deu-se a composição final do trabalho.

2.2.2 Procedimentos de recolha das informações

Em primeira instância, o presente estudo foi apresentado através de uma conversa informal e aplicada na cidade do Porto, com 20 idosos.

Os participantes da pesquisa assinaram um termo de consentimento, concordando com esta. As mesmas foram realizadas via aplicativo Zoom, salvaguardadas todas as questões éticas no que respeita à recolha de informações da investigação.

Considerando que a partir do mês de dezembro de 2019 iniciou-se a pandemia do vírus COVID-19 e, considerando o agravamento da pandemia desde o início do ano de 2020, o que acabou por impor o distanciamento social a todos, optou-se por utilizar a ferramenta de comunicação Zoom, que permitia o contato não presencial.

Ademais, os instrumentos usados para a recolha de dados, foram a escala de avaliação do Mini Mental State Examination (MMSE), ou Mini Exame do Estado Mental; o qual foi utilizado como critério de inclusão/exclusão na amostra; e a entrevista. As variáveis utilizadas na caracterização sociodemográfica da amostra são as que dizem respeito à profissão exercida, escolaridade, número de filhos e com quem reside no atual momento.

A opção pelos instrumentos utilizados no presente estudo deve-se ao fato de estes responderem aos objetivos do estudo.

2.2.2.1 Instrumentos utilizados

2.2.2.1.1 Formulário com informações básicas

O formulário com as informações sociodemográficas foi constituído pelos seguintes itens: nome, profissão, escolaridade, número de filhos e com quem o idoso vive.

2.2.2.1.2 Entrevista semiestruturada

A entrevista semiestruturada foi realizada com base em um roteiro composto por questões para obter informações sobre a vida do idoso, com ênfase em sua espiritualidade. A mesma buscou abordar aspectos relevantes sobre a caminhada existencial do sujeito, suas relações sociais e suas vivências com a espiritualidade.

A entrevista baseou-se em cinco questões norteadoras para a presente pesquisa, conforme o ANEXO III. A mesma teve como perguntas:

1. Na sua família qual é a vossa religião?
2. Durante a sua vida teve algum acontecimento de vivência de fé?
3. O que a fé tem feito de bom em sua vida?
4. O que faz todos os dias para manter a sua fé viva?
5. Nos momentos difíceis pelos quais passamos nos últimos tempos, a fé o/a ajudou?

Segundo Bassit (2002), as contribuições de diferentes histórias de vida podem ser ponderadas com o pressuposto de que envelhecer é uma experiência diversa sujeita às influências de diversos contextos. Por isso, é fundamental compreender as necessidades e experiências de vida dos idosos a partir de suas próprias narrativas, a fim de determinar os pontos de vista entre o discurso do idoso e o de outros sobre o processo de envelhecimento.

A entrevista dá voz aos sujeitos para que expressem a realidade que vivenciam, revelando crenças, ideias, maneiras de pensar, sentimentos, opiniões, projeções para o futuro, formas de lidar com determinadas situações, entre outros aspectos (Minayo, 2004).

A entrevista é um trabalho e serve como uma ferramenta importante na pesquisa de campo qualitativa, exigindo do pesquisador atenção constante aos seus objetivos. O pesquisador deve estar atento ao que é dito para refletir sobre a forma e o conteúdo da fala do entrevistado (Brandão, 2000).

2.2.2.1.3 Mini Mental State Examination (MMSE)

A seleção desse instrumento foi feita com o intuito de avaliar as condições cognitivas e excluir sujeitos que apresentavam déficits cognitivos graves ou moderados. Isso impossibilitaria a coleta de dados, pois indivíduos com alto declínio cognitivo seriam incapazes de responder às questões de pesquisa de maneira clara e consistente devido a sintomas como dificuldade de nomeação, perda de conteúdo e dificuldade de compreensão (Chaves, 2006).

O Mini Mental State Examination (MMSE) – é provavelmente o instrumento mais utilizado no mundo para avaliar as alterações do estado cognitivo em pacientes geriátricos, com versões em diversos idiomas e países é rigorosamente validado para a população portuguesa. O instrumento avalia orientação temporal e espacial, memória de curto prazo (atenção imediata ou imediata), evocação, cálculo, praxia e habilidades linguísticas e espaciais (Chaves, 2006).

O ponto de corte é frequentemente ajustado para o nível educacional, pois um único corte pode produzir resultados errôneos entre os mais e menos instruídos. Segundo alguns autores, o corte 24 é excelente para pessoas com alto nível de escolaridade, enquanto o corte 17 é adequado para quem tem menor escolaridade e dá 13 pontos aos analfabetos. O ponto de corte utilizado neste estudo foi 24, por ser o mais utilizado para indicar a ausência de comprometimento cognitivo em pessoas maiores de oito anos.

Os participantes do estudo obtiveram mais de 24 pontos no Mini Mental State Examination (MMSE), indicando que são capazes de responder perguntas sobre suas vidas. Ressalta-se que caso o idoso não atinja a pontuação exigida para inclusão na amostra, o processo de seleção terá continuidade para evitar qualquer desconforto ou rejeição.

O Mini Mental State Examination (MMSE) foi desenvolvido nos Estados Unidos da América e publicado em 1975. O objetivo do instrumento era o de avaliar o estado mental, mais especificamente sintomas de demência. Sua criação derivou da necessidade de uma avaliação padronizada, simplificada, reduzida e rápida no contexto clínico (Folstein et al, 1975).

2.3 Análise e tratamento de dados

Os dados Sociodemográficos se deram a partir da identificação do problema, ou seja, o alvo da investigação da atual pesquisa. Após o recolhimento dos dados, crítica e apresentação dos mesmos, para finalmente realizar e interpretar a análise destes.

As entrevistas foram gravadas em áudio e transcritas (digitadas). O material foi submetido a uma análise de conteúdo. Segundo Minayo (2004), a análise temática consiste em descobrir núcleos de sentido que compõem uma comunicação e cuja presença ou frequência signifiquem algo para o objetivo analítico desejado.

A análise preliminar consistiu na transcrição das entrevistas, o que exigiu leitura fluente. Com isso, o conglomerado de comunicações tornou-se mais persuasivo ao longo do tempo, superando a sensação inicial de desorganização da informação. Recortes de frases ou palavras-chave das unidades de análise e a escolha da forma de categorização e dos mais gerais conceitos teóricos que são feitos durante esta fase.

A segunda fase da análise temática foi marcada pela exploração do material. Na época, a pesquisadora (eu) procurando as categorias. Trabalhei na conversão de texto em unidades registráveis, que incluíam palavras, frases, temas e eventos considerados importantes durante a análise preliminar. A classificação e agregação dos dados ocorreram durante esta etapa.

Escolha entre as categorias teóricas que organizaram a especificação do tópico. Na etapa final da análise, discutiremos os dados, realizando interpretações e fazendo previsões sobre os resultados (Minayo, 2004).

CAPÍTULO III: APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

O fato de a velhice ser considerada a última etapa da vida faz com que ocorra um aumento na frequência em pensar sobre a própria vida, seus significados e até mesmo sobre a morte. No decorrer do processo de envelhecimento, são utilizados recursos cognitivos, emocionais e sociais para enfrentar situações que surgem com o passar dos anos, bem como buscar adaptar-se às mudanças que ocorrem com o indivíduo.

Neste contexto surgiu este estudo, buscando entender o agir da espiritualidade no indivíduo idoso. A espiritualidade pode ser contemplada na velhice como um dos recursos de enfrentamento para situações adversas, constituindo-se de aspectos emocionais e motivacionais na busca de um significado para a vida.

Após as entrevistas aplicadas aos idosos, passamos à análise das informações trazidas por estes, que são os sujeitos da pesquisa.

3.1 Apresentação e discussão dos resultados

A análise das entrevistas resultou na definição de duas grandes categorias temáticas:

1. Perceber-se como sujeito social.
2. A relação do idoso com a espiritualidade.

A primeira envolve as experiências e percepções dos participantes sobre a velhice, enquanto a segunda diz respeito à vivência e compreensão da espiritualidade.

Tabela 1: Categorias Temáticas

CATEGORIAS TEMÁTICAS	
1. Perceber-se como sujeito social.	2. A relação do idoso com a espiritualidade.
• Seu papel na sociedade; • O passado do idoso.	• A vivência da espiritualidade; • Compreensões sobre a espiritualidade e religiosidade.

Fonte: A autora, 2023

Inicialmente demonstraremos uma breve síntese sobre as entrevistas, a fim de contextualizar o leitor sobre a vida de cada sujeito entrevistado. Dos vinte idosos, apenas doze quiseram responder à entrevista de forma voluntária. Para a identificação dos idosos foram utilizados termos como “Entrevistado (a) 1” e assim sucessivamente. O gênero será mantido (feminino e masculino), para ter-se ainda mais percepção sobre as respostas.

Entrevistada 1: Nunca teve nenhuma profissão em sua vida. Não escolarizada. Teve oito filhos. Atualmente vive com três filhos e uma nora. Declara ter sido sempre católica e que tem muita fé. Ao ser questionada se durante a sua vida teve algum acontecimento de vivência de fé, a mesma relatou que Deus é sua comunhão, relatando que o dia da consagração da mesma foi o dia mais lindo de toda a sua vida, e que depois disso, nunca mais deixou de ir à igreja. Sobre o que a fé tem feito de bom em sua vida, a mesma afirmou que tudo, ressaltando os oito filhos. Para manter sua fé viva, a mesma afirmou que reza. Ao ser indagada se nos momentos difíceis pelos quais passou nos últimos tempos, a fé o/a ajudou, ela diz que ajudou em tudo e que foi fervorosa em sua fé, deixando de visitar os filhos, para frequentar a igreja.

Entrevistada 2: Sua última profissão foi no campo. Estudou até a terceira classe. Teve duas

filhas e vive com as duas, a cada duas semanas na casa de cada filha. Sua religião é católica. Ao ser questionada se durante a sua vida teve algum acontecimento de vivência de fé, a mesma relatou que “mais ou menos” e mencionou ainda que viveu uma vida muito ingrata, pois perdeu sua mãe cedo e teve que cuidar dos irmãos e afazeres domésticos. Sobre o que a fé tem feito de bom em sua vida, a mesma relata que a fé significa tudo para ela. Que não pode andar, mas que isso não é culpa de Deus, mas sim, do tempo. Para manter a sua fé viva, a mesma afirmou que reza e que é boa com os demais. Afirma que sim, que a fé a ajudou nos momentos difíceis que estamos passando nos últimos tempos, lembrando de quando participava das festas religiosas de sua comunidade.

Entrevistada 3: Sua profissão foi doméstica. Estudou até a terceira classe e fez a quarta classe na idade adulta. Não teve filhos. Mora sozinha com a sua gata. Sua religião é a Católica. Ao ser questionada se durante a sua vida teve algum acontecimento de vivência de fé, num primeiro momento a entrevistada disse que não. Depois lembrou os ritos da sua igreja e finalizou dizendo que a fé é aquilo que lhe traz vida. Sobre o que a fé tem feito de bom em sua vida, a mesma relata que tem a consciência limpa e é uma mulher que tem fé, e que uma pessoa que tem fé, não procura fazer mal a ninguém; procura apenas fazer o bem e ajudar quem precisa mais do que ela. Para manter a sua fé viva, afirma que reza. Que não há um dia que não reze o seu terço. Ao ser indagada sobre os momentos difíceis pelos quais passamos nos últimos tempos, a fé o/a ajudou, a mesma acha que sim, que ajudou, pois, uma pessoa que tem fé e que ama os outros não procura fazer mal a ninguém, só procura o bem das pessoas e é isso que ela deseja a toda gente viva.

Entrevistada 4: Sua profissão era de doméstica. Estudou até a terceira classe. Teve sete filhos. Vive sozinha. Sua religião é Cristã. Ao ser questionada se durante a sua vida teve algum acontecimento de vivência de fé, a mesma relatou que não. Sobre o que a fé tem feito de bom em sua vida, disse que muita coisa, só que levou seus três filhos queridos. Para manter a sua fé viva afirma que reza e vai vivendo um dia de cada vez. Ao ser indagada sobre os momentos difíceis pelos quais passou nos últimos tempos, a fé o/a ajudou, relata que ajudou muito. Que hoje (atualmente) não consegue ir até a igreja de Nossa Senhora de Fátima a pé até lá, mas que foi muitas vezes, tinha 13 anos, a primeira vez que foi. Agora não consegue ir a pé, e sim de

caminhonetes.

Entrevistado 5: Sua profissão foi sempre agricultor. Estou na terceira classe. Não teve filhos. Vive sozinho. Sua religião é a Católica. Ao ser questionado se durante a sua vida teve algum acontecimento de vivência de fé relatou que pensa que não. Sobre o que a fé tem feito de bom em sua vida falou de seus pais já falecidos, sendo de difícil compreensão sua resposta. Para manter a sua fé viva, afirmou que reza muito, mencionando mais uma vez seus pais falecidos e alguns de seus irmãos. Ao ser indagado sobre os momentos difíceis pelos quais passamos nos últimos tempos, a fé o/a ajudou, apenas afirmou que sim.

Entrevistada 6: Sua profissão foi de doméstica. Não estudou. Teve cinco filhos. Vive sozinha. Sua religião, como a mesma disse, é a "de sempre". Ao ser questionada se durante a sua vida teve algum acontecimento de vivência de fé, relatou que não que sua fé é com ela e com Deus. Sobre o que a fé tem feito de bom em sua vida, argumenta que tem lutado muito pelos seus filhos para estarem todos bem e por seu marido que está internado no hospital. Para manter a sua fé viva, relatou sobre o espírito. Ao ser indagada sobre os momentos difíceis pelos quais passou nos últimos tempos, a fé a ajudou afirmou que muito. Que é ela que acredita, a fé.

Entrevistada 7: Sua profissão foi de empregada. Estudou até a quarta classe. Teve duas filhas. Vive com as filhas. Sua religião é Cristã. Ao ser questionada se durante a sua vida teve algum acontecimento de vivência de fé, em um primeiro momento disse que não. Depois, relatou que qualquer coisa que acontecesse de bem, agradecia a Deus. Sobre o que a fé tem feito de bom em sua vida, afirmou que Deus está acima de tudo e essa é a sua fé. Para manter a sua fé viva a mesma reza, pede por este, pede por aquele, pela alma dos seus. Ao ser indagada sobre os momentos difíceis pelos quais passou nos últimos tempos, a fé o/a ajudou dizendo que sim, relatando um episódio que aconteceu com seu marido, quando este teve um acidente se queimando com álcool e sua fé o curou.

Entrevistada 8: Sua profissão sempre foi dona de casa. Estudou até a quarta classe. Teve duas

filhas. Vive com sua filha, genro e neta. Sua religião é a Católica. Ao ser questionada se durante a sua vida teve algum acontecimento de vivência de fé, afirmou que sim, relatando todas as etapas que passou em sua religião, como batizado, comunhão e casamento. Sobre o que a fé tem feito de bom em sua vida, disse que nada de especial. Para manter a sua fé viva, reza. Ao ser indagada sobre os momentos difíceis pelos quais passou nos últimos tempos, a fé o/a ajudou dizendo que colabora com as pessoas e ajudo quem for.

Entrevistada 9: Sua profissão era de doméstica. Estudou até a terceira classe. Teve 3 filhos. Vive com uma das filhas. Sua religião é a católica. Ao ser questionada se durante a sua vida teve algum acontecimento de vivência de fé, relata que nunca foi muito católica, mas também nunca foi muito dessas coisas. Sobre o que a fé tem feito de bom em sua vida, respondeu que nada. Para manter a sua fé viva a mesma relata que não vai contra ela. Ao ser indagada sobre os momentos difíceis pelos quais passou nos últimos tempos, a fé o/a ajudou afirmou que ajudou, mesmo ela nunca sendo muito religiosa, mas também nunca deixou de fazer coisas mal feitas.

Entrevistada 10: Sua profissão foi empregada de farmácia. Estudou até o sexto ano. Não teve filhos. Vive sozinha. Sua religião é a Católica. Ao ser questionada se durante a sua vida teve algum acontecimento de vivência de fé, afirma que sim, relatando que sempre foram criados embaixo da religião católica. Sobre o que a fé tem feito de bom em sua vida, afirmou que se não fosse esta tudo seria um caos. Para manter a sua fé viva, relata que de manhã quando acorda e antes de deitar faz as suas orações. Ao ser indagada sobre os momentos difíceis pelos quais passou nos últimos tempos, a fé o/a ajudou, relata que sim, pois por sua idade, pensa que já nem deveria mais estar aqui (viva).

Entrevistada 11: Trabalhou com vinhos. Estudou até a quarta classe. Teve um filho. Vive sozinha. Sua religião é a Católica. Ao ser questionada se durante a sua vida teve algum acontecimento de vivência de fé, afirmou que não. Sobre o que a fé tem feito de bom em sua vida, a mesma relatou que faz suas coisas e que não quer interferir na vida de seu filho. Para manter a sua fé viva, lê livros sobre episódios da Bíblia. Ao ser indagada sobre os momentos

difíceis pelos quais passou nos últimos tempos, a fé o/a ajudou, afirma que sim, para ter paciência.

Entrevistada 12: Sua profissão sempre foi dona de casa. Nunca estudou. Tem três filhos. Vive sozinha. Sua religião é a Católica. Ao ser questionada se durante a sua vida teve algum acontecimento de vivência de fé, afirmou que não. Sobre o que a fé tem feito de bom em sua vida, relata que durante a sua vida tem sido a sua casa sua principal missão. Para manter a sua fé viva, reza pelas mesmas coisas, olhar para sua casa e olhar por ela. Ao ser indagada sobre os momentos difíceis pelos quais passou nos últimos tempos, a fé o/a ajudou, afirma que não, tem se tratado e que sempre viveu sozinha.

Temos, portanto, doze respostas à entrevista, sendo onze respostas de entrevistadas (mulheres) e apenas uma resposta de entrevistado (homem). Portanto, 91,6% dos entrevistados é mulher.

Nenhum dos entrevistados possui ensino fundamental completo, sendo que três deles declararam não ter nenhuma escolaridade. Portanto, dos entrevistados 25% não possui qualquer escolaridade, 33,3% estudou até o terceiro ano, e a mesma porcentagem (33,3%) estudou até o quarto ano e apenas 8,3% estudou até o sexto ano.

A maioria dos entrevistados tem filhos, sendo que apenas 25% dos entrevistados (três entrevistados, portanto) declararam não ter filhos. Além disso, 8,3% dos entrevistados tem um filho, 25% dos entrevistados tem dois filhos, 16,6% tem três filhos e 25% tem mais de quatro filhos.

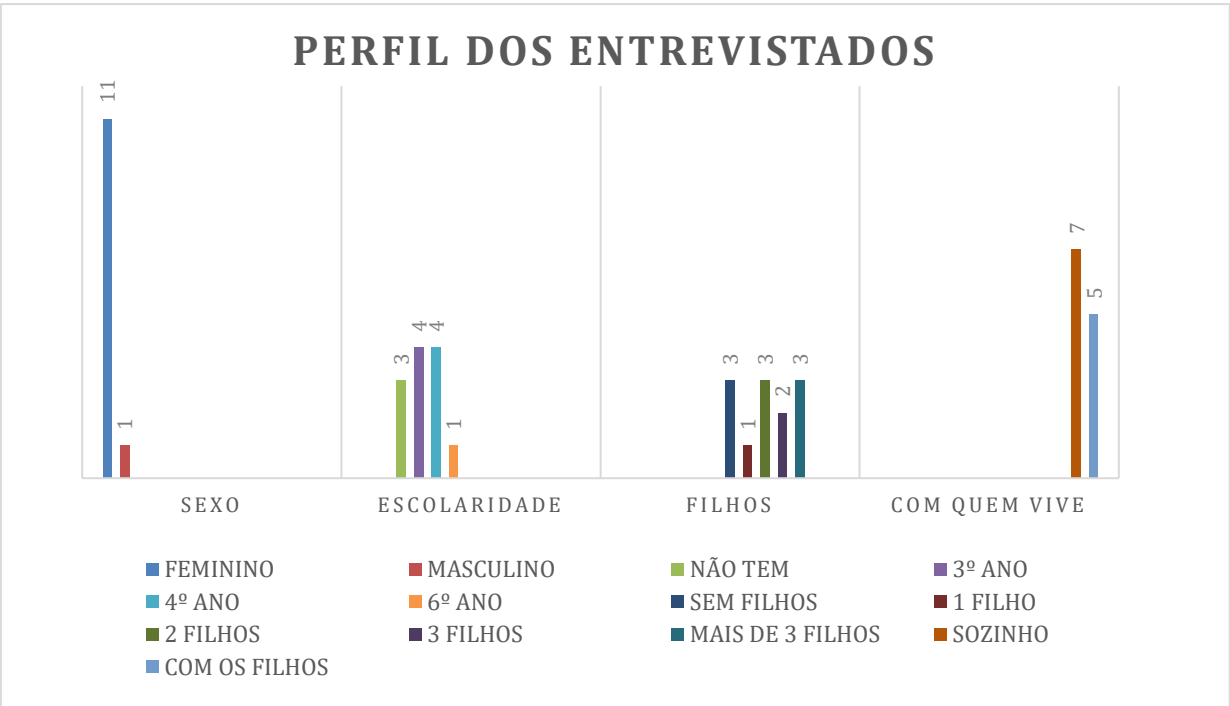
Além disso, a maioria dos entrevistados, sete, ou 58,3%, declararam residir sozinhos e, os outros cinco, 41,6% declararam residir com os filhos.

Segue quadro com resumo das informações básicas a respeito dos entrevistados:

Tabela 2: Resumo Perfil dos Entrevistados

Entrevistado n°	Sexo	Escolaridade	Filhos	Com quem vive	Profissão
1	Feminino	NÃO TEM	8 filhos	Filhos	Não tem
2	Feminino	3º ano/classe	2 filhos	Filhos	Campo
3	Feminino	4º ano/classe	NÃO TEM	Sozinha	Doméstica
4	Feminino	3º ano/classe	7 filhos	Sozinha	Doméstica
5	Masculino	3º ano/classe	NÃO TEM	Sozinho	Agricultor
6	Feminino	NÃO TEM	5 filhos	Sozinha	Doméstica
7	Feminino	4º ano/classe	2 filhos	Filhos	Doméstica
8	Feminino	4º ano/classe	2 filhos	Filhos	Do lar
9	Feminino	3º ano/classe	3 filhos	Filhos	Doméstica
10	Feminino	6º ano/classe	NÃO TEM	Sozinha	Comércio (farmácia)
11	Feminino	4º ano/classe	1 filho	Sozinha	Comércio (vinhos)
12	Feminino	NÃO TEM	3 filhos	Sozinha	Do lar

Fonte: A autora, 2023



Fonte: A autora, 2023

3.2 Categorias temáticas

3.2.1 Perceber-se como um sujeito social

Tendo em vista as dimensões envolvidas no processo do sujeito social, entendemos que as concepções de cidadão variam no tempo e no espaço. Durante as entrevistas, os idosos foram instigados a relatarem sobre a última profissão que exerceram, bem como o seu grau de escolaridade. Ainda foram questionados sobre o número de filhos e com que vivem atualmente.

Questões como estas, os fazem compreender-se como sujeitos sociais, que fazem parte de uma sociedade, bem como da estatística da mesma. Como resultado, a análise das entrevistas resultou em duas subcategorias: Seu papel na sociedade e O passado do idoso.

3.2.1.1 Seu papel na sociedade

Durante a realização das entrevistas, pode-se observar, que a maioria dos entrevistados dedicou suas atividades profissionais ao campo. A entrevistada 1 relatou: “Nunca tive profissão nenhuma na minha vida, só a enxada na mão e em tudo servia para eu trabalhar”. A entrevistada 2 diz: “Minha profissão foi na terra. ” Talvez pela época e região em que viveram, esta foi, para a maioria, a oportunidade de trabalho.

Algumas das mulheres entrevistadas, relataram que trabalhavam como domésticas. A entrevistada 3 disse: “A minha última profissão foi limpar casas.”. Além da profissão de agricultor, esta foi a outra que surgiu.

Ao falar-se sobre o grau de escolaridade dos entrevistados, percebeu-se que nenhum deles completou todos os níveis. Alguns nem chegaram a estudar, e o nível mais alto atingido pelos entrevistados em grau de escolaridade foi o sexto ano.

Vale ressaltar, que durante as entrevistas, ao responderem sobre a questão acima, muitos disseram “não ter tido a oportunidade”, trazendo aqui uma reflexão importante, a maioria compreende que estudar é uma oportunidade, o que não aconteceu com eles, mas o fato de terem esta noção, faz perceber que compreendem este fato como significativo em nossa sociedade.

A relação do patriarcado a época também foi um fato marcante em relação a

escolaridade, como relata a entrevistada 8: “Fiz até a quarta classe. O meu pai não me deixou continuar. A professora que fez o exame queria que eu fizesse o exame de admissão e meu pai disse que não. Não estudaste para isso, por isso não fazes. Antigamente os homens eram assim, eles diziam que mandavam. “

Em relação ao número de filhos, outro aspecto que chamou a atenção, foi o fato dos entrevistados que não tiveram nenhum filho, responderem dizendo que eram solteiros (as), ou seja, em sua época, para poder ter filhos, precisavam ser casados (as). Como relatou a entrevistada 3: “ Não, não. Eu não sou casada, não tenho filhos. Eu sou solteira. ”

O número de filhos variou de um a oito, por entrevistado. Ao falar dos filhos, alguns fazem a correlação da maternidade e paternidade, com a espiritualidade.

Cupertino e Novaes (2004) e Kovács (2007) compartilham da ideia de que o envelhecimento estaria relacionado com a busca de compreensão e significado não somente para a própria existência. O sujeito, ao se dar conta de que grande parte das atribuições sociais no campo familiar e do trabalho estaria cumprida, ficaria mais disposto para compreender sua missão como ser humano em plena comunhão com o universo. Nesse sentido, a espiritualidade, segundo esses autores, é definida como transcendência, comumente proposta pelas práticas de meditação. Essa capacidade de transcendência permitiria ao idoso não responder impulsivamente às situações.

Quando indagados com quem vivem atualmente, surgiram as mais variadas respostas: sozinho (a), com meus filhos, genro e netos (as). A entrevistada 12 disse: “Vivo sozinha aqui perto do centro. Todos estão a trabalhar na vida deles e estão casados.” O relato desta, como da grande maioria, trouxe um certo saudosismo do tempo em que eles mesmos “tinham as suas vidas”, demonstrando não querer atrapalhar ou ser mais uma tarefa na vida dos seus entes queridos (filhos).

3.2.1.2 O passado do idoso

Apesar das perdas físicas causadas pelo processo de envelhecimento proporcionarem um impacto significativo no ritmo do corpo, isso não se limita a um único objeto, é algo externo. Além de sua dimensão biológica, o corpo possui uma qualidade simbólica que carrega uma história de vida. Esta subcategoria aborda algumas das experiências que os idosos afirmam ter

enriquecido as suas vidas e o que o processo de envelhecimento está a acrescentar às suas vidas.

Os idosos entrevistados afirmaram que o enfrentamento de situações difíceis em etapas anteriores contribuiu para sua experiência de vida. As principais desvantagens mencionadas foram: ter que trabalhar desde a infância para ajudar a família, dificuldade para chegar à escola e perda das relações familiares e conjugais.

A necessidade de ajudar os familiares esteve presente em todas as submissões desde a infância. Os idosos lembram que, durante a infância, passavam a maior parte do tempo realizando tarefas domésticas ou trabalhando no campo.

O confronto com a morte de um ente querido também é um fator que favorece o aprendizado. Muitos dos idosos entrevistados relatam com um certo saudosismo suas perdas, demonstrando em alguns momentos, emoção ao relatar tais situações.

Como já visto, as mudanças são naturais e inevitáveis ao longo da vida, tendo que os indivíduos se adaptarem a elas. Quanto mais velho o indivíduo, mais situações, cenários e arranjos já viveram. Balbinotti (2017) definiu que o evento do envelhecimento traz consigo uma mudança social dos indivíduos, marcado pela perda de amigos e pessoas da família, sentimentos de solidão, abandono e inutilidade.

Na fala dos idosos participantes da pesquisa pode se depreender um pouco desses sentimentos mencionados por Balbinotti.

Desta forma, como Nunes et al. (2017) mencionou a vivência da religiosidade tende a auxiliar o idoso a transcender circunstâncias que não podem ser alteradas, tendo que ser aceitas e vivenciadas por este, inclusive aquelas que dizem respeito a experiências de dor e sofrimento, sendo que a religiosidade pode, inclusive, nortear um novo significado para a vida.

O indivíduo que reconhece o valor da sua história pessoal reconcilia-se com a angústia de envelhecer e continua se desenvolvendo (Rodrigues, 2001).

Ir à missa era uma oportunidade de saírem de casa, vestirem suas melhores roupas e encontrarem os vizinhos. A vivência da religiosidade na infância e adolescência foi citada como parte da vida social.

3.2.2 A relação do idoso com a espiritualidade

O foco do presente estudo foi o papel da espiritualidade na velhice. No entanto, percebeu-se que o tema religião emergia de forma mais espontânea à medida que os participantes falavam sobre suas vidas. Quando questionados sobre o papel da espiritualidade, os idosos fizeram algumas distinções entre religião e espiritualidade. Como resultado, a análise das entrevistas resultou em duas subcategorias: A vivência da espiritualidade e Compreensões sobre a espiritualidade e religiosidade.

3.2.2.1 A vivência da espiritualidade

Embora os sinais sobre a natureza transitória da vida e dos acontecimentos possam ser sentidos em várias fases do desenvolvimento humano, esses sinais se tornarão mais intensos com o passar do tempo. O colapso do mercado de trabalho, as doenças, as limitações físicas e a morte iminente nos trazem de volta aos limites fundamentais da existência, criando um terreno fértil para a reflexão sobre o sentido da vida. Dessa forma, a busca espiritual pode estar vinculada à situação existencial de uma pessoa, na qual ela invariavelmente encontrará questões sobre a vida e a morte (Doll & Py, 2005).

Todos os idosos revelaram acreditar em Deus, afirmando que a religião esteve muito presente em suas vidas desde a infância. Fatos como a participação em ritos da igreja católica, o ingresso no seminário e a passagem por várias religiões foram rememorados.

Ao serem questionados se durante as suas vidas tiveram algum acontecimento de vivência de fé, a maioria dos entrevistados, relacionou ao fato de terem fé, de exercerem ela, justificando que rezam e vão a igreja, mas poucos relataram algum tipo de vivência significativa em suas vidas, como disse a entrevistada 3: “Não, quer dizer, fiz a doutrina, fiz a comunhão, fiz duas comunhões de em hebraico, duas vezes seguidos e depois fiquei sempre, fui sempre muito religiosa. Muito religiosa. A fé é minha e aquilo traz-me a vida, na vida.”.

Houve ainda relatos negativos como da entrevistada 2 que disse: “Mais ou menos. A minha vida foi muito ingrata, desde pequena. Fiquei sem mãe aos 16 anos. Tinha pai e tinha 5 irmãos e tinha que tratar deles. Tinha tudo, tudo, foi a minha vida assim. Sempre. Depois, depois de casada já foi outra vida, mas foi sempre de muito trabalho. Muito, muito trabalho.”. Mais uma vez fica clara aqui a relação do patriarcado, da submissão das mulheres naquela época.

Doll e Py, (2005) destacam que a velhice pode ser um momento propício para a reflexão sobre o sentido da vida. Nesse sentido, pessoas que possuem uma visão de valores transcendentais, como ideais humanos ou religiosos, parecem enfrentar melhor conflitos existenciais como sofrimento e morte.

3.2.2.2 Compreensões sobre a espiritualidade e religiosidade

A religiosidade esteve muito associada à religião, à igreja e a um conjunto de princípios que devem ser seguidos por seus praticantes, tal como indica a fala da Entrevistada 1: “Deus é minha comunhão. Foi o dia mais lindo da minha vida, foi a minha comunhão.”. Observa-se que esteve presente nas falas dos idosos a visão de religiosidade associada ao seguimento de uma religião.

Esse fato nos levou ao conceito de religiosidade de Panzini et al. (2007) como pertencente a uma instituição religiosa, caracterizada pela fé em Deus e um sistema de doutrinas e dogmas a serem seguidos e compartilhados com um grupo de praticantes.

Os homens e as mulheres do estudo mostraram-se bem seguros em relação aos seus posicionamentos sobre a religiosidade. São reconhecidas outras formas de contato com o Divino, que podem ou não estar associadas a uma igreja. Nesse contexto, a espiritualidade é introduzida como uma forma mais abrangente de vivenciar a relação transcendente.

A respeito sobre o que a fé tem feito de bom em suas vidas, surgiram as seguintes expressões: procurar fazer o bem, que Deus está acima de todas as coisas, que sem a fé tudo seria um caos, fé, espírito. A relação entre espiritualidade e valores e virtudes pessoais foi proeminente nos depoimentos. Os idosos acreditam que as pessoas espiritualizadas são boas, sólidas, honestas, calmas e confiantes.

A religião e os valores éticos foram expressos pela Entrevistada 3 como modos complementares e igualmente necessários na compreensão da espiritualidade: “Olhe, pois já tenho a minha consciência limpa e uma mulher que tem fé, uma pessoa que tem fé, não procura fazer mal a ninguém. Procura só fazer o bem. Ajudar quem precisa mais do que eu. Eu, graças a Deus, me viro muito bem”.

Os fatos e acontecimentos de suas vidas são justificados, muitas vezes, pela

religiosidade, ou não, como relata a entrevistada 2: “A fé para mim é tudo. Tem feito que eu ache, que Deus queira me dar aquilo que eu tenho na ideia. Só, só não posso andar, mas isso não é Deus que faz isso, é o tempo”.

Ao serem questionados sobre a religião, nove dos entrevistados declararam seguir a Religião Católica, dois deles declararam que seguiam a Religião Cristã e um entrevistado (entrevistada 6) não declarou religião, mencionando apenas que sua religião é a “de sempre” e que sua fé “é com ela e Deus”.

Ao serem questionados sobre o que fazem todos os dias para manterem sua fé viva, a maioria relatou a importância do ritual da reza, mas também obtiveram-se outras respostas conforme segue:



Fonte: A autora, 2023

A entrevistada 10 diz: “De manhã quando acordo e antes de me deitar faço as minhas orações com os santos.”. A entrevistada 11 relatou: “Leio livros sobre episódios da bíblia. Não sei se é bom ou se mau. E rezo”. Sempre muito forte a presença do ato de orar e pedir à Deus e aos Santos por si e pelos que amam.

Como última pergunta, os entrevistados responderam se a fé os ajudou em relação aos momentos difíceis pelos quais passamos nos últimos tempos. A resposta foi quase unânime, informando que sim, que ajudou, sendo que três dos entrevistados ressaltaram que a fé ajudou muito. Vale abrir aqui todas as respostas dos mesmos.

- Entrevistada 1: “Ajudou-me em tudo e eu sou crente na minha igreja. Não posso perder, eu não vou para casa dos filhos por causa da fé, por causa de ir para a igreja, Às vezes eles dizem, anda, lá também há igreja, mas não é como a minha.”
- Entrevistada 2: “ Sim. Agora já não vou porque não posso, mas era católica, ia à missa, às festas e a tudo. Festas religiosas.”
- Entrevistada 3: “Eu acho que sim, me ajudou. Pelo menos uma pessoa que tem fé e que ama os outros não procura fazer mal a ninguém. Só procura o bem das pessoas e é isso que eu desejo a toda gente viva, viva bem e paz com Deus.”
- Entrevistada 4: Ajudou muito. E assim, hoje não posso a Senhora de Fátima, não posso ir a pé até lá . Fui, tinha 13 anos, a primeira vez que fui a Senhora de Fátima. Agora não posso ir a pé, vou nos carros.
- Entrevistado 5: “Sim, sim, ajudou.”
- Entrevistada 6: “Muito. É naquela que eu acredito, é a fé. O que eu posso falar? Tendo fé em Deus, quando tenho alguns problemas daí que eu me agarro e a Nossa Senhora. Tenho no meu quarto a imagem de Nossa Senhora.”
- Entrevistada 7: “Sim, eu acho que sim. Eu acho que sim, porque o meu marido queimou-se com álcool quando tinha, quando minha filha mais velha tinha nascido. Perto de nossa casa não estava pronta, então não tinha passagem por dentro, tinha por fora. (...) aqueceu o candelabro onde é que a vida aquece ao calor de uma vela, o álcool inflamou, incendiou e se queimou. (...) E o médico disse assim bah rapaz quer ser ajudado no hospital? Eu quero. Tu vais levantar cedo para ir rezar a missa.”
- Entrevistada 8: “Sim, tem ajudado a eu ter força para poder ajudar aos outros.”
- Entrevistada 9: “Ajudou, eu nunca fui muito de religião, mas também nunca fui de andar a fazer coisas mal feitas.”
- Entrevistada 10: “Sim, ajudou. Já não devia estar cá, ainda estou cá porque tenho Deus.”
- Entrevistada 11: “Ajudou, sim senhor. A ter paciência para aguentar.”
- Entrevistada 12: “Não, tenho me tratado, sempre vivi sempre sozinha.”

Apenas uma das respostas não trouxe em si a importância da fé e espiritualidade aos momentos difíceis vivenciados.



Fonte: A autora, 2023

3.3 Respostas obtidas nas entrevistas em correlação à bibliografia

Estudou-se o conceito apresentado por Negreiros (2003) ao mencionar o estudo de Moberg e Bruseke, mencionou que haveriam duas dimensões da espiritualidade: a vertical e horizontal. Sendo que a horizontal seria um recurso mais humano, sendo acionado pelo contato com a natureza, com as artes, com a experiência de doação de si ou com engajamento em causas que visem o bem coletivo. Já no sentido vertical teria um sentido de buscar Deus, portanto, mais ligada à religiosidade. Panzini et al. (2007) também destacou a diferença entre religiosidade e espiritualidade, sendo a religiosidade sempre ligada a um ser ou poder sobrenatural, enquanto que a espiritualidade envolveria questões quanto ao significado da vida.

Porém, com as entrevistas pudemos perceber que, nos idosos entrevistados, a espiritualidade se apresenta entrelaçada a à religiosidade, quase sendo entendida como uma coisa só. Em suas falas podemos perceber que estes entendem os dois conceitos como sendo um só.

Outro fato que chama a atenção é que a maioria dos entrevistados relacionou a espiritualidade e a própria religiosidade com o “fazer o bem” e agir corretamente. Portanto, tem-se que a espiritualidade, ou a fé, adotada pelo indivíduo acaba por moldar o comportamento humano, fazendo-o agir de determinada forma, influenciando significativamente em seus princípios e valores de vida. E, nesse sentido, ressaltamos que Balbinotti (2017) mencionou que a espiritualidade faz parte do comportamento do indivíduo durante a sua existência.

Os idosos entrevistados entendem e acreditam que as pessoas espiritualizadas de alguma forma, são boas, sólidas, honestas, calmas e confiantes e tendem a fazer o bem.

Além disso, tal qual mencionou Grangeiro et al. (2007) a religiosidade nas idades avançadas é considerada uma importante fonte de apoio, representadas pela figura de Deus e pela fé em uma determinada Igreja.

Como pode se perceber na fala dos entrevistados e nos resultados obtidos, a maioria entende que é a fé em um Deus ou em determinada religião que os ampara, dando suporte emocional para enfrentar as adversidades, fazendo com que os idosos se sintam mais seguros e, inclusive, ao que se pode perceber, até mais em paz em relação aos rumos e escolhas que tiveram na vida. Inclusive um dos idosos entrevistados atribuiu a cura de um familiar à sua fé e outro mencionou que qualquer coisa de bem que ocorria em sua vida, agradecia a Deus, pois a ele atribuía a benesse. É, portanto, inegavelmente, um apoio emocional na vida dos idosos.

3.4 Análise do Mini Mental State Examination (MMSE)

Em complemento a entrevista estruturada aos idosos, foi aplicado o Mini Mental State Examination (MMSE), a fim de verificar as condições cognitivas dos idosos. O Mini Mental State Examination (MMSE) foi aplicado em vinte idosos com a idade mínima de 75 anos e ausência de déficit cognitivo que poderiam interferir na compreensão das questões.

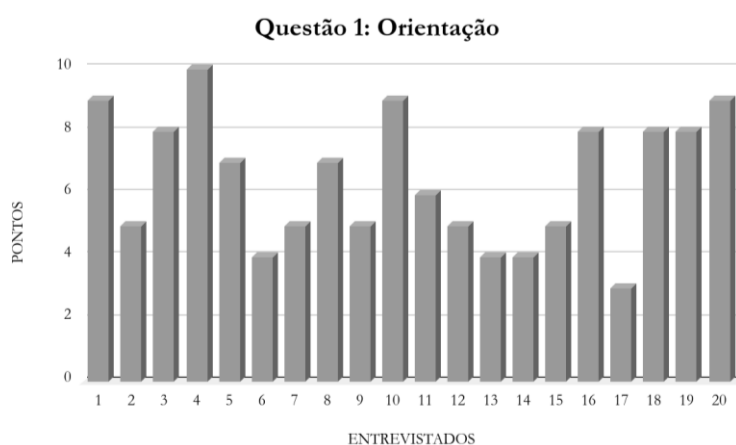
A seguir, segue a análise de cada questão aplicada, bem como o gráfico de representação da mesma, sendo que trataremos neste ponto apenas de pontos específicos do Mini Mental State Examination (MMSE), a fim de demonstrar o estado cognitivo dos envolvidos na pesquisa, estando as respostas completas dos indivíduos no ANEXO V deste trabalho.

A questão de número 1 era sobre Orientação, e foi dividida em 10 perguntas, sendo que

cada resposta correta valia 1 ponto. As questões eram:

- a) Em que ano estamos?
- b) Em que mês estamos?
- c) Em que dia do mês estamos?
- d) Em que dia da semana estamos?
- e) Em que estação do ano estamos?
- f) Em que país estamos?
- g) Em que distrito vive?
- h) Em que terra vive?
- i) Em que casa estamos?
- j) Em que andar estamos?

Gráfico 1 - Questão 1 do MEEM: Orientação

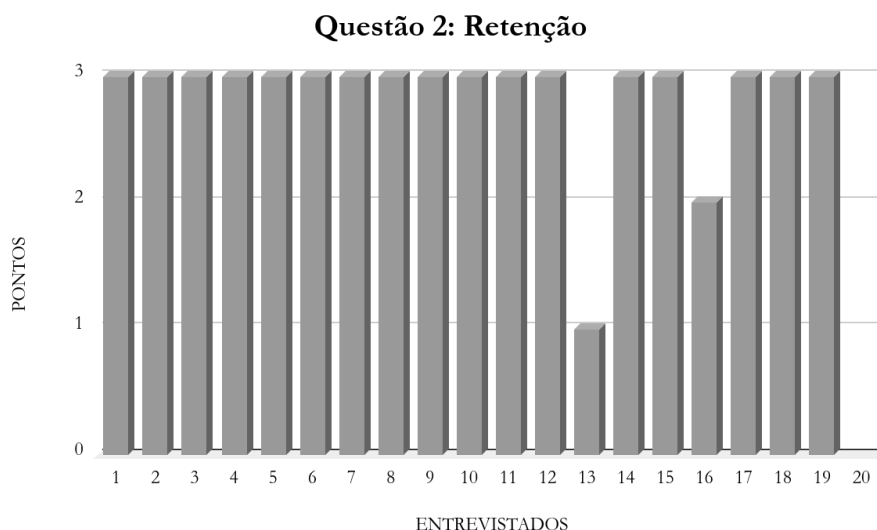


Fonte: A autora, 2022.

Observa-se que a pontuação da primeira questão variou de 3 a 10 pontos. Destas, as questões com mais dificuldades de respostas foram “em que casa estamos” e “em que andar estamos”.

A questão número 2 foi sobre Retenção, onde foi dada a seguinte ordem “ Vou dizer três palavras e queria que as repetisse, mas só depois que eu disser todas; procure ficar a sabê-las de cor”. As palavras que deveriam ser repetidas foram: pera, gato e bola.

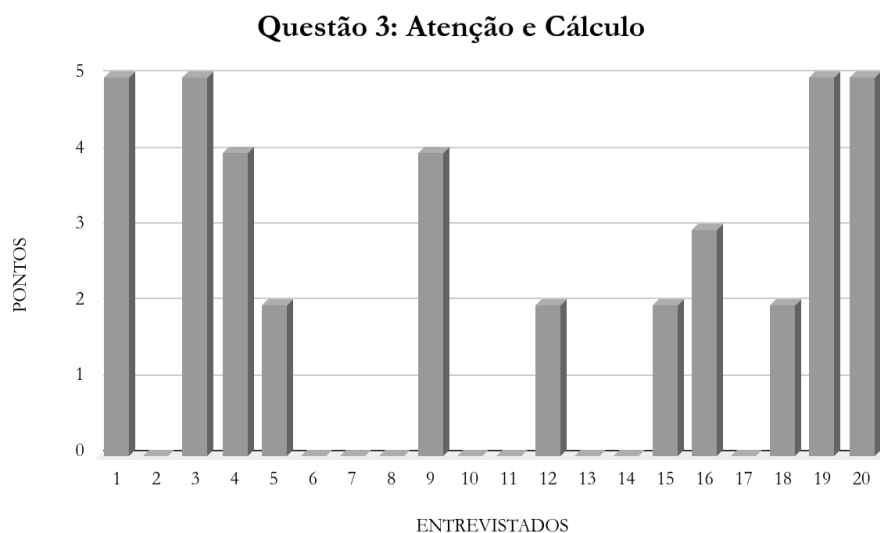
Gráfico 2 - Questão 2 do MEEM: Retenção



Fonte: A autora, 2022.

Nota-se aqui, que a maioria dos voluntários que responderam ao Mini Mental State Examination (MMSE), conseguiram repetir as três palavras corretamente e na ordem ordenada.

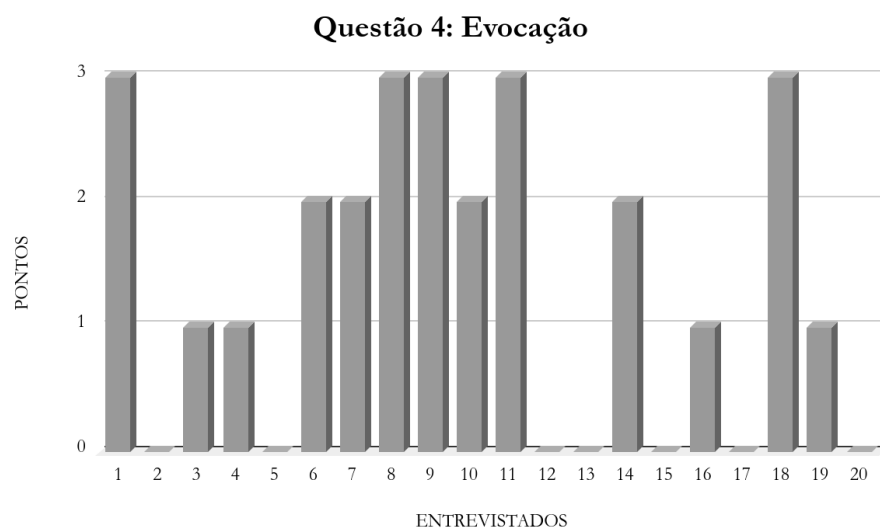
A questão número 3 foi sobre atenção e cálculo. A ordem dada foi “Agora peço-lhe que me diga quantos são 30 menos 3 e depois ao número encontrado voltar a tira 3 e repete assim até eu lhe dizer para parar.”

Gráfico 3 - Questão 3 do MEEM: Atenção e Cálculo

Fonte: A autora, 2022.

Foi possível observar que esta questão apresentou um pouco mais de dificuldade aos voluntários que responderam, visto o grau de exigência da mesma, bem como o grau de atenção que esta buscava.

A questão número 4 foi sobre evocação. A ordem dada foi “Veja se consegue dizer as três palavras que pedi há pouco para decorar.”

Gráfico 4 - Questão do MEEM: Evocação

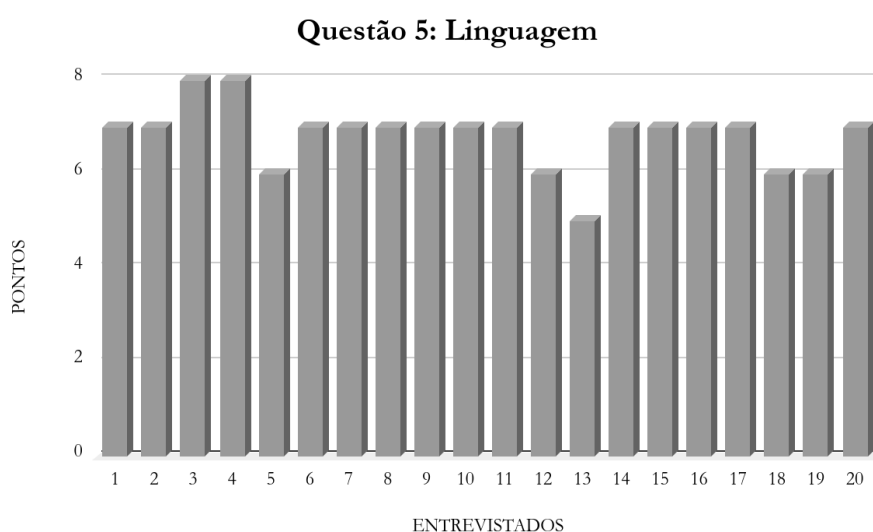
Fonte: A autora, 2022.

Mais uma vez, pode-se observar a importância da atenção para com a questão. Nem todos os voluntários que a responderam, lembravam das três palavras que haviam repetido há poucos instantes.

A questão número 5 foi sobre linguagem e foi dividida em 5 perguntas:

- a) Como se chama isto? (Mostrar dois objetos: relógio e lápis)
- b) Repita a frase que vou lhe dizer: O RATO ROEU A ROLHA.
- c) Quando eu lhe der uma folha de papel pegue nela com a mão direita, dobre-a ao meio e a ponha sobre a mesa.
- d) Leia o que está escrito neste cartão e faça o que lá diz. (mostrar um cartão com a frase bem legível “FECHE OS OLHOS”; sendo analfabeto, lê-se a frase).
- e) Escreva uma frase inteira aqui. (Deve ter sujeito e verbo e fazer sentido; os erros gramaticais não prejudicam a pontuação).

Gráfico 5 - Questão do Mini Mental State Examination (MMSE): Linguagem



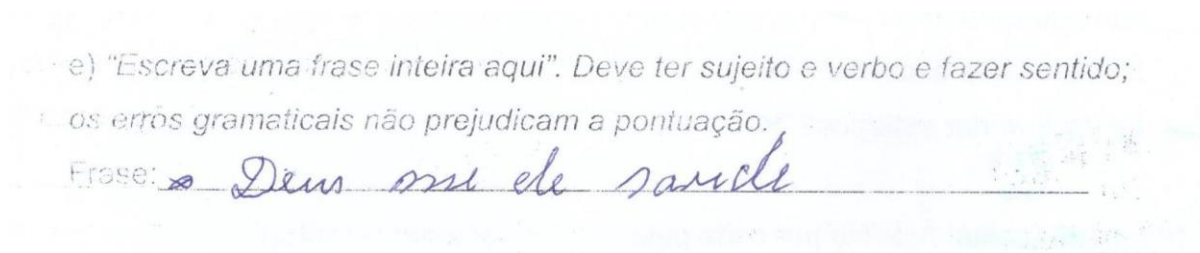
Fonte: A autora, 2022.

Observa-se aqui, por sua vez, que a maioria das respostas foram positivas.

As respostas da questão “e” seguem conforme as figuras. Os entrevistados que eram

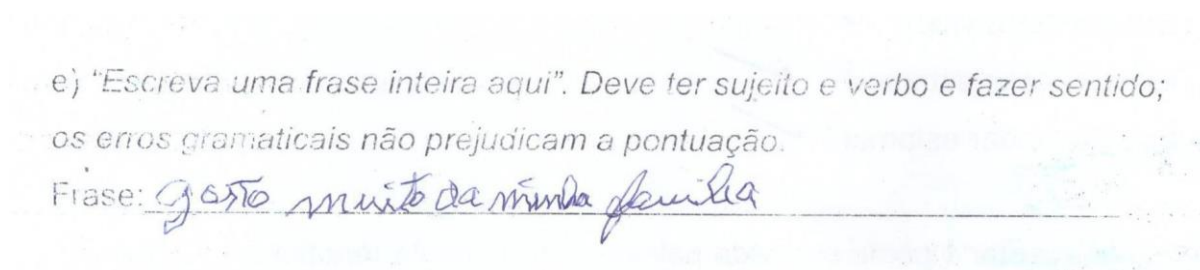
analfabetos não terão a imagem aqui registrada, visto que não tinham condições de escrever a frase ordenada.

Figura 1 - Questão 5: Escreva uma frase inteira aqui. - Entrevistado(a) 3



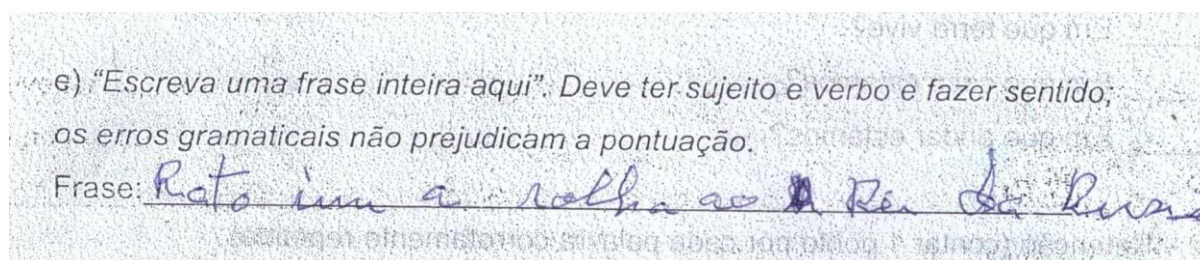
Fonte: A autora, 2022.

Figura 2 - Questão 5: Escreva uma frase inteira aqui. - Entrevistado(a) 4



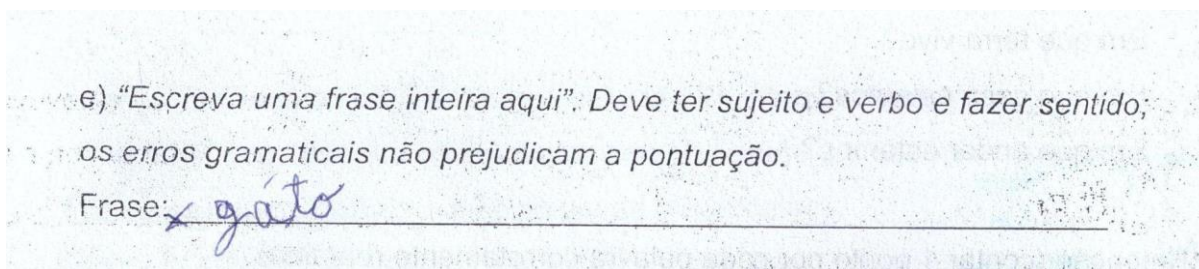
Fonte: A autora, 2022.

Figura 3 - Questão 5: Escreva uma frase inteira aqui. - Entrevistado(a) 9



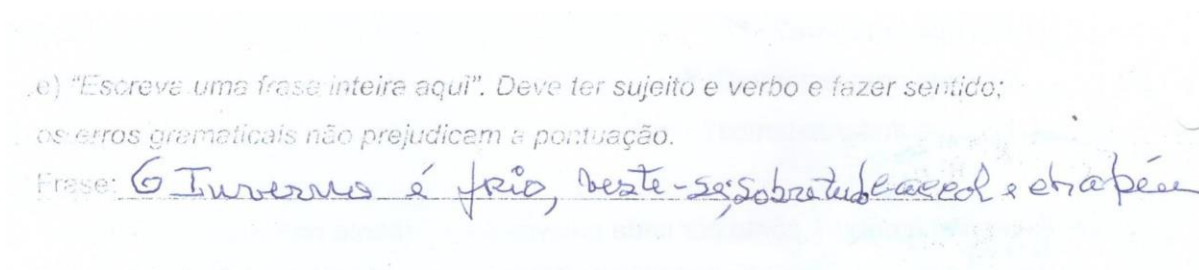
Fonte: A autora, 2022.

Figura 4 - Questão 5: Escreva uma frase inteira aqui. - Entrevistado(a) 10



Fonte: A autora, 2022.

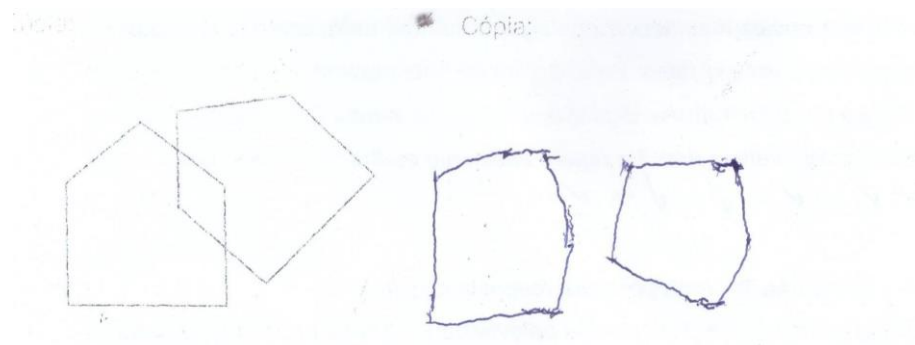
Figura 5 - Questão 5: Escreva uma frase inteira aqui.- Entrevistado(a) 16



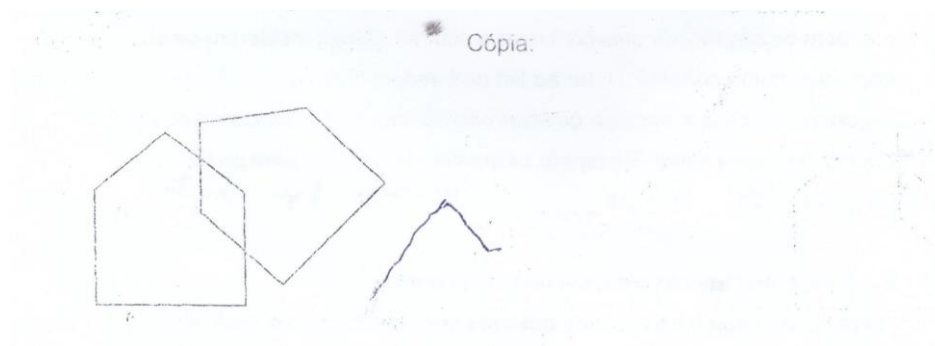
Fonte: A autora, 2022.

Pode-se observar que a grande maioria dos voluntários entrevistados não conseguiu escrever uma frase como o enunciado da questão propunha, sendo em alguns casos, nula a resposta da mesma. Como evidenciamos nos relatos anteriores, a escolaridade dos mesmos foi precária ou inexistente.

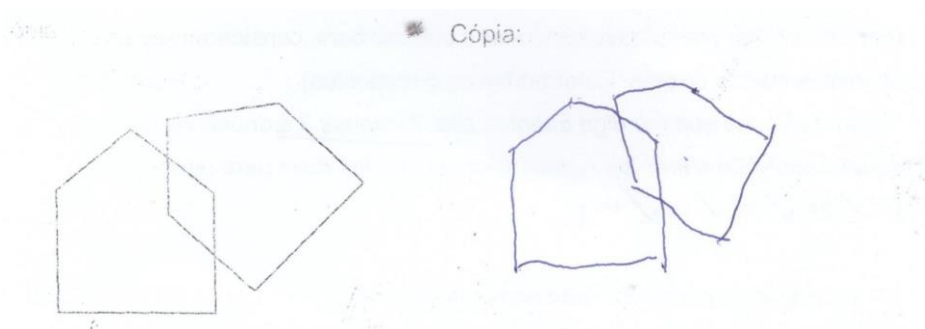
A questão 6 foi sobre habilidades construtivas. Os entrevistados deveriam copiar o desenho: Dois pentágonos parcialmente sobrepostos, cada um deve ficar com 5 lados, dois dos quais intersectados. Não valorizar tremor ou rotação. Seguem as figuras das representações dos desenhos pelos entrevistados.

Figura 6 - Questão 6 - Entrevistado(a) 1

Fonte: A autora, 2022.

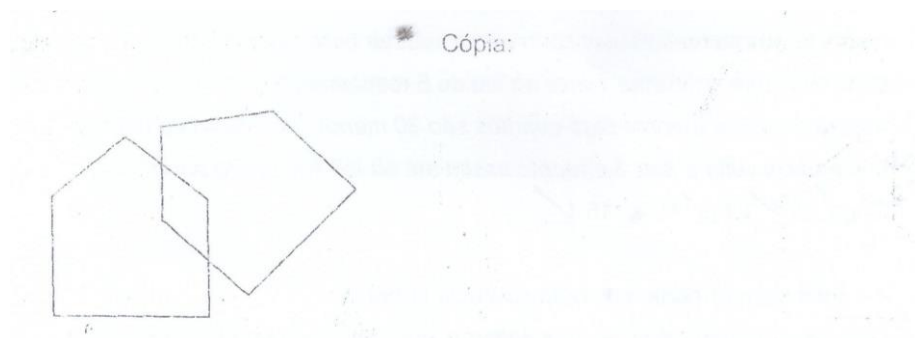
Figura 7 - Questão 6 - Entrevistado(a) 2

Fonte: A autora, 2022.

Figura 8 - Questão 6 - Entrevistado(a) 3

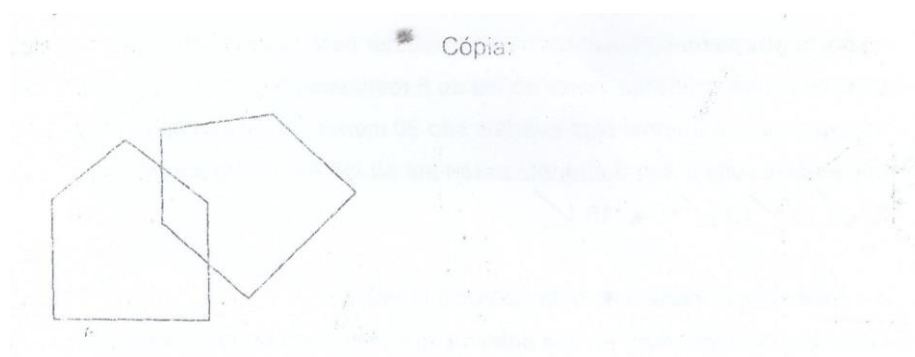
Fonte: A autora, 2022.

Figura 9 - Questão 6 - Entrevistado(a) 4



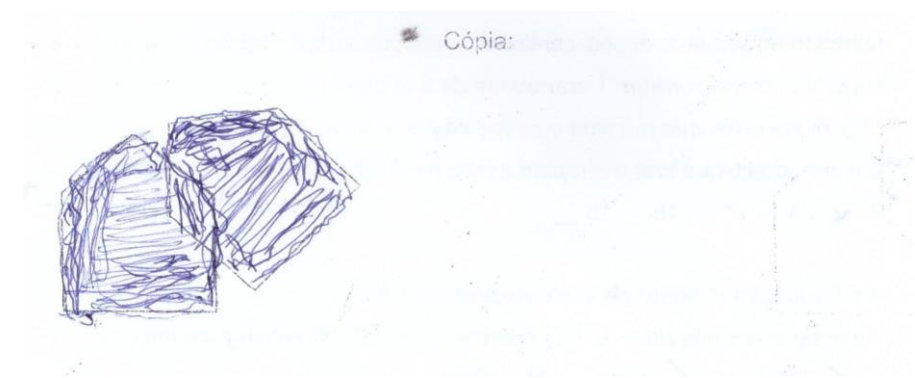
Fonte: A autora, 2022

Figura 10 - Questão 6 - Entrevistado(a) 5.



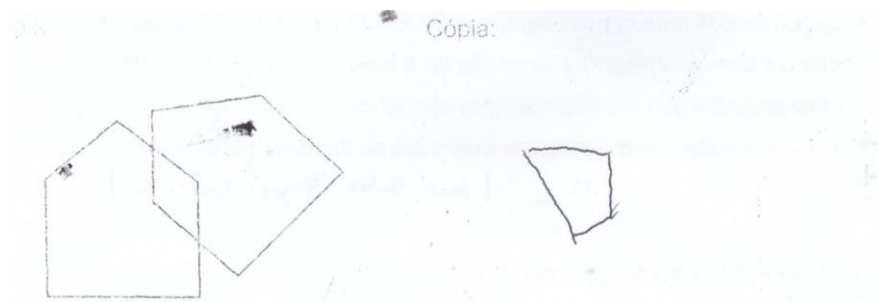
Fonte: A autora, 2022

Figura 11 - Questão 6 - Entrevistado(a) 6.



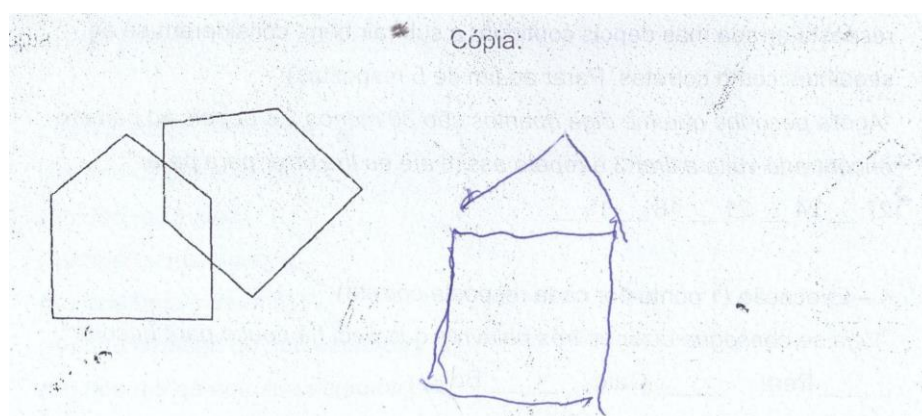
Fonte: A autora, 2022.

Figura 12 - Questão 6 - Entrevistado(a) 7.



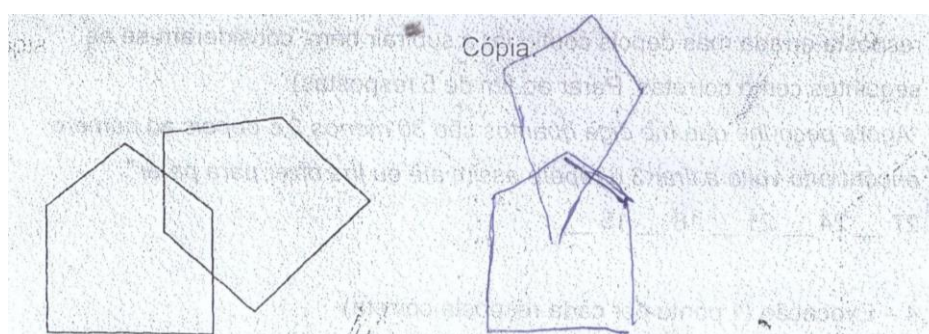
Fonte: A autora, 2022.

Figura 13 - Questão 6 - Entrevistado(a) 8.



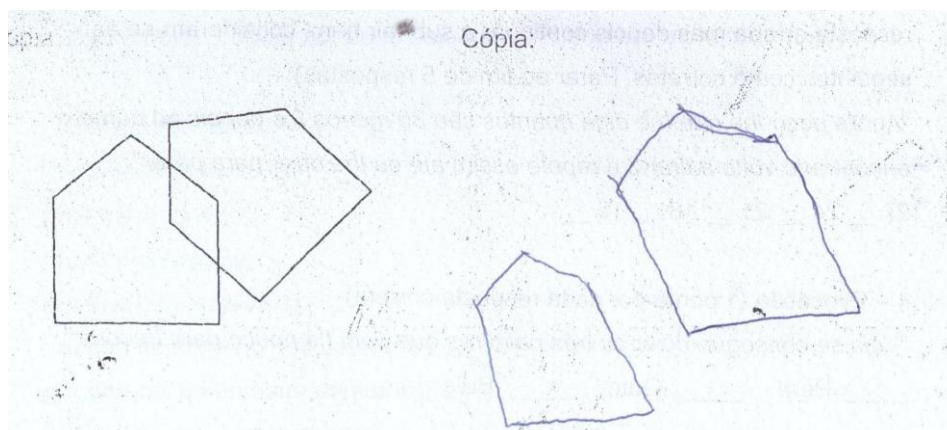
Fonte: A autora, 2022.

Figura 14 - Questão 6 - Entrevistado(a) 9.



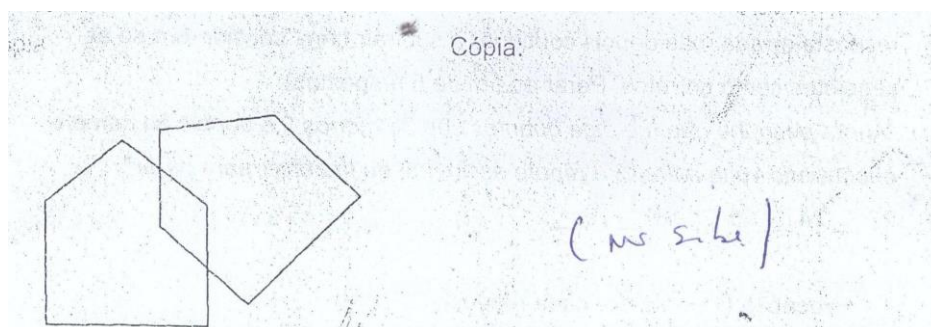
Fonte: A autora, 2022.

Figura 15 - Questão 6 - Entrevistado(a) 10..



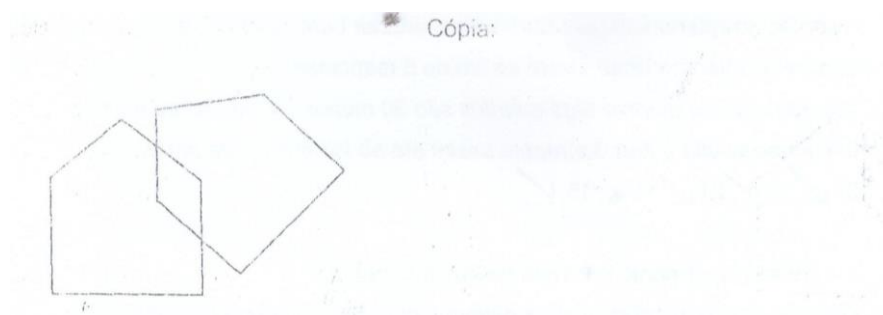
Fonte: A autora, 2022.

Figura 16 - Questão 6 - Entrevistado(a) 11



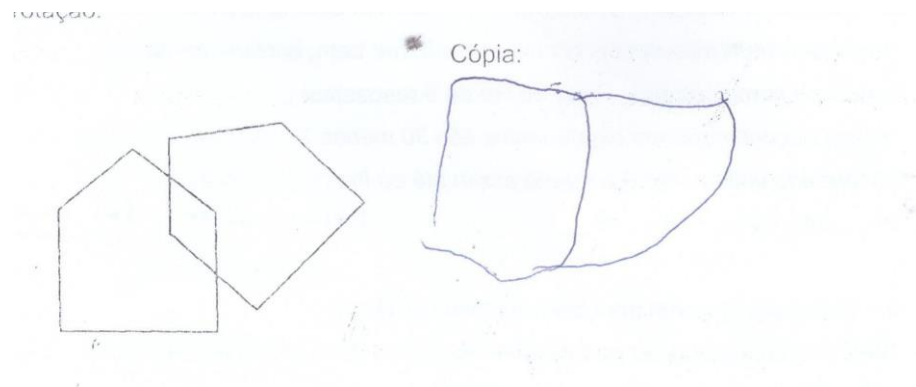
Fonte: A autora, 2022.

Figura 17 - Questão 6 - Entrevistado(a) 12.



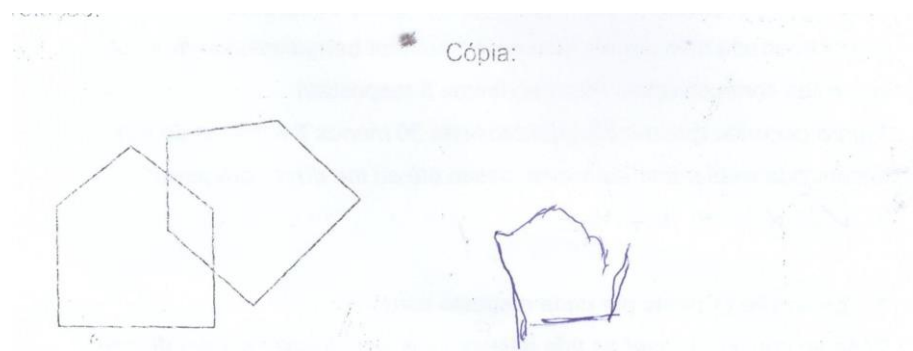
Fonte: A autora, 2022.

Figura 18 - Questão 6 - Entrevistado(a) 13.



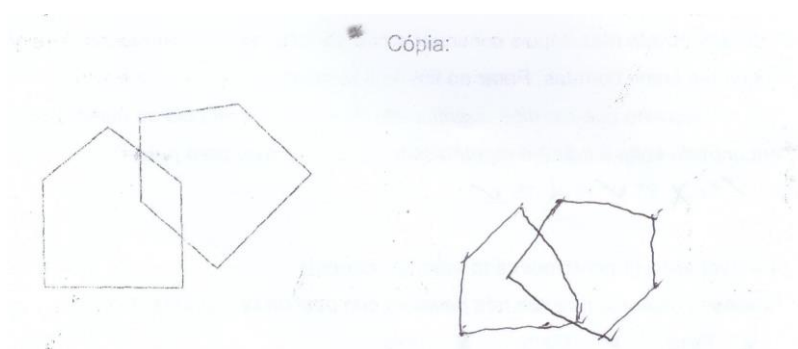
Fonte: A autora, 2022

Figura 19 - Questão 6 - Entrevistado(a) 14.



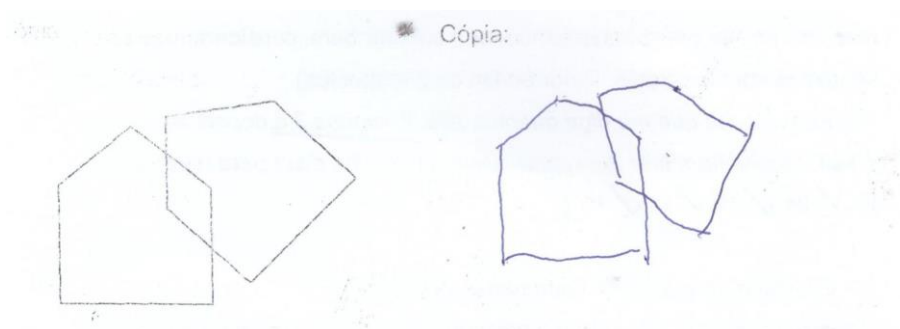
Fonte: A autora, 2022.

Figura 20 - Questão 6 - Entrevistado(a) 15.



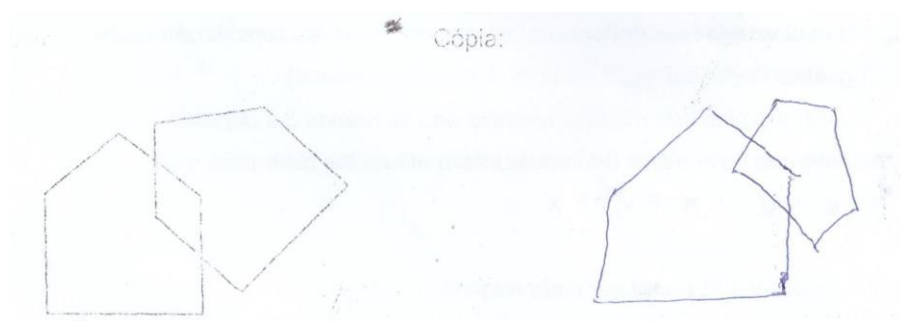
Fonte: A autora, 2022.

Figura 21 - Questão 6 - Entrevistado(a) 16.



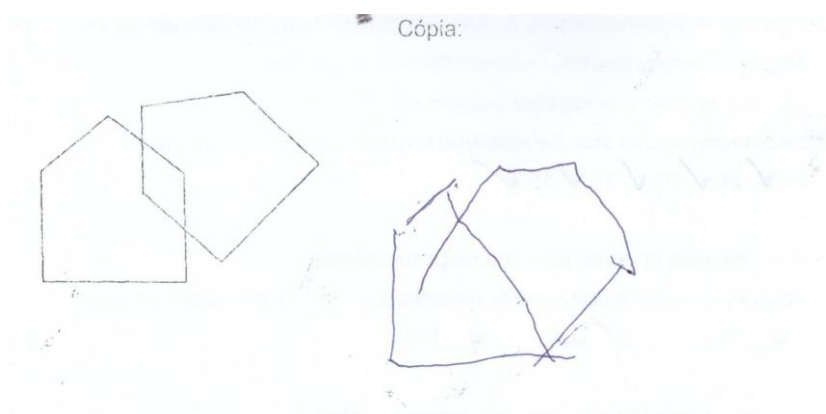
Fonte: A autora, 2022.

Figura 22 - Questão 6 - Entrevistado(a) 17.



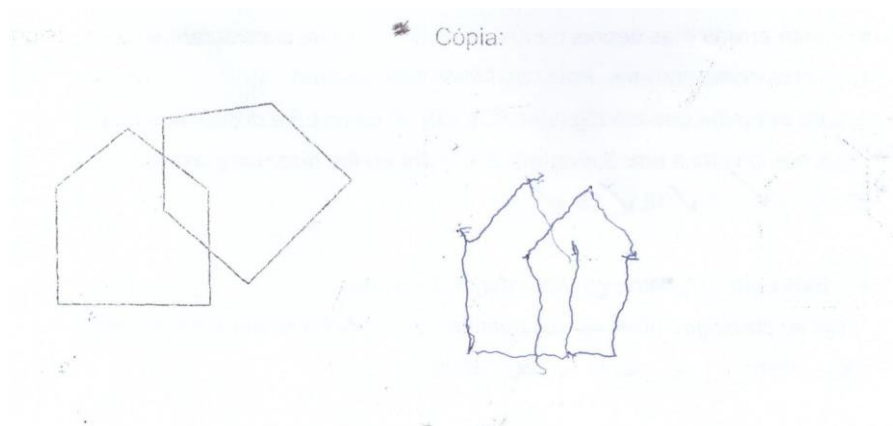
Fonte: A autora, 2022.

Figura 23 - Questão 6 - Entrevistado(a) 18.



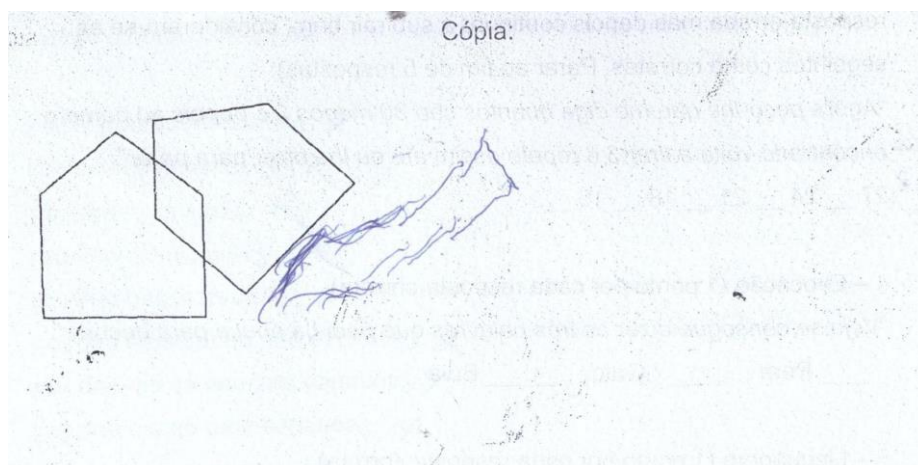
Fonte: A autora, 2022.

Figura 24 - Questão 6 - Entrevistado(a) 19.



Fonte: A autora, 2022.

Figura 25 - Questão 6 - Entrevistado(a) 20.



Fonte: A autora, 2022.

Em relação às habilidades construtivas, pode-se afirmar que três dos participantes podem ser considerados como analfabetos, visto que obtiveram a sua pontuação menor ou igual a 15 pontos. Onze dos participantes têm entre um e onze anos de escolaridade, visto que obtiveram uma pontuação menor ou igual a 22 pontos. Seis dos voluntários entrevistados possuem mais de onze anos de escolaridade, pois atingiram uma pontuação menor ou igual a 27 pontos.

Pode-se ainda, analisar a pontuação classificando a pontuação igual ou maior do que 27 pontos como dentro da normalidade, entre 21 e 24 pontos perda cognitiva leve, e entre 10 e 20 pontos perda cognitiva moderada.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Considerando o crescente envelhecimento da população há que se lançar um olhar especial sobre esta importante parte da sociedade. Os dados dos censos do Instituto Nacional de Estatística (INE), de 2011, demonstram o envelhecimento da sociedade portuguesa. Em 1970, Portugal era o país menos envelhecido da Europa e, embora todos os países europeus, de uma maneira geral, tenham envelhecido, Portugal foi o que mais subiu na tabela, se tornando, em 2011, um dos países com maior concentração de pessoas idosas do mundo (INE, 2012). Com o aumento do número de idosos e diminuição do número de jovens, há uma consequente diminuição da população ativa, o que se traduz em grandes preocupações sobre como será possível garantir o bem-estar de um importante segmento de uma população cada vez mais envelhecida.

A espiritualidade como um fator facilitador de adaptação diante das transformações advindas do envelhecimento foi o tema proposto para este trabalho. Através da pesquisa estruturada a partir de entrevista realizada com idosos que se dispuseram a participar, nos trouxe observações importantes acerca deste assunto tão delicado de ser tratado, uma vez que envolvem percepções pessoais.

A realização desta pesquisa suscitou reflexões que levaram em várias direções. Em primeiro lugar, este curso foi um desafio pessoal significativo, porque estudar temas como a fragilidade física na velhice e a proximidade da morte enfraquece as fantasias juvenis de imutabilidade e imortalidade.

Importante ressaltar aqui, como é de amplo conhecimento, a partir do final do ano de 2019, iniciou-se uma pandemia que afetou o mundo inteiro: a pandemia da doença COVID-19. Uma das primeiras medidas instituídas a fim de conter a disseminação da doença foi a imposição de distanciamento social e isolamento, em especial aos grupos prioritários, tais como os idosos. O distanciamento se deu em época em que o presente trabalho estava sendo estruturado. E, desta forma, as entrevistas realizadas com os idosos participantes da pesquisa não puderam ser feitas de forma presencial, sendo que foi utilizado então, ferramentas de comunicação a distância através da internet. As entrevistas foram feitas pelo aplicativo Zoom. Mas entendemos que, apesar do distanciamento físico, não houveram prejuízos substanciais ao trabalho.

Verificamos que muitos estudos dos últimos anos associam a religiosidade ao bem-estar, principalmente nos idosos.

Durante as entrevistas, procurou-se obter uma visão da relação da espiritualidade dos participantes por meio de várias perguntas. No entanto, apesar de tudo o que foi dito, as questões do passado e do envelhecimento continuam a dominar as narrativas. Este "ir e vir" no tempo fala da importância de recordar e relatar acontecimentos significativos da vida dos idosos. Nesse sentido, falar e ser verdadeiramente ouvido pode oportunizar ao idoso ressignificar e refletir sobre experiências que antes não eram compartilhadas.

A proposta de abordar religião e espiritualidade na perspectiva dos idosos permitiu que eles compartilhassem suas experiências e dialogassem sobre ideias, valores e crenças. Todos fizeram referência a crenças transcendentais que influenciam suas crenças sobre a vida. Reconhecer a espiritualidade como uma dimensão importante da vida humana legítima, assim, o desenvolvimento de práticas que incluam o indivíduo em toda a sua diversidade. As intervenções psicológicas com idosos devem reconhecer que a dimensão espiritual pode auxiliar na resolução dos conflitos do envelhecimento.

Apesar de encontrarmos na literatura conceitos diferentes para a espiritualidade e religiosidade, os idosos entrevistados trataram ambas figuras como uma coisa só. Sendo a espiritualidade vivenciada através da religiosidade que, nas entrevistas, foi sempre associada a um Deus ou uma religião específica. Tal percepção obtida das falas dos entrevistados também foi mencionada por Pinto e Pais-Ribeiro (2007) que ensinam que não há um conceito definitivo de espiritualidade, sendo que muitas vezes essa definição surge numa associação direta à prática de uma religião.

As respostas às questões propostas mostraram claramente o quanto o fator espiritualidade foi citado e considerado como importante para os participantes da pesquisa. Espiritualidade e fé foram reconhecidas, de forma unânime, como componentes de especial importância no enfrentamento aos momentos difíceis enfrentados pelos idosos.

A espiritualidade tem sido apontada pelos idosos como um recurso que pode facilitar tanto a participação social quanto a busca de sentido para a vida, auxiliando na compreensão da dor e da perda, apresentando desta forma, correlação do objeto de estudo com a análise das entrevistas.

Pudemos verificar o quanto a prática da espiritualidade, exercida através da fé, tem sido fonte de aceitação e de suporte emocional e psicológico ao idoso, o que pode ser evidenciado nos relatos obtidos nas entrevistas, como este trecho da Entrevistada 10 que, ao ser questionada sobre o que a fé teria feito de bom em sua vida, respondeu que “se não fosse a fé tudo estaria um caos”.

Além disso, quase em sua totalidade os entrevistados mencionaram a fé os ajudaram a atravessar os momentos bastante difíceis vivenciados, relatando vivências ruins referente à perda de filhos, doenças do cônjuge e sentimentos de solidão. Uma das entrevistadas chegou a atribuir a sua fé o fato de estar ainda viva, quando menciona “que a fé a ajudou, pois por sua idade pensa que já nem deveria mais estar aqui (viva) ”.

Essas palavras coincidem com a definição adotada pela OMS em 1998, que referiu ser a espiritualidade tão importante para o ser humano, quanto a biologia, psicologia, emoção e sociabilidade, e que é o que define a singularidade de uma pessoa como pessoa. Anteriormente a esta definição, em 1974, a OMS já considerava a espiritualidade como um componente importante da experiência humana, tendo a incluído no conceito multidimensional de saúde.

E também vem ao encontro dos estudos de Cupertino e Novaes (2004) que concluíram que a medida que os indivíduos envelhecem, a espiritualidade pode funcionar como um fator facilitador da adaptação diante das transformações que acontecem, tendo influência na saúde física, mental e social do ser.

A espiritualidade foi apontada pelos idosos como um recurso que pode favorecer tanto a participação social, quanto a busca por significado para a existência, auxiliando na compreensão de dores e perdas. Nesse sentido, talvez como uma proposta para futuros estudos, deixa-se o questionamento sobre quais os espaços disponibilizados à socialização e à escuta dos idosos que possam auxiliar nas formas de lidar com os dilemas da velhice.

Pessoas vivendo no período denominado velhice tendem a valorizar bastante suas crenças, buscando nelas sentido para suas vidas. A religiosidade serve como estratégia de enfrentamento para lidar com dificuldades, que excedem as possibilidades de solução do indivíduo, principalmente os idosos por se tornarem mais vulneráveis aos eventos adversos, tais como doenças crônicas e outros fatores incontrolláveis.

Outro ponto extraído da fala dos entrevistados, e que julgamos relevante, é que a fé e a espiritualidade ou religiosidade, acaba por moldar a conduta dos indivíduos perante a sociedade e em sua vida pessoal. Vários entrevistados mencionaram que vivem sua fé fazendo o bem e mantendo-se como um cidadão que ajuda o próximo e que busca não fazer o mal, conservando assim o seu senso do que seria correto. Agindo assim, acabam por enxergar a si mesmos como pessoas boas e corretas.

Com base na análise das narrativas, foi possível evidenciar que os sujeitos, em geral, estavam satisfeitos com suas vidas. Os idosos reconhecem que há ganhos apesar das mudanças e perdas progressivas que o corpo experimenta. Os participantes do estudo falaram conosco sobre suas vidas, lutas e crenças, enfatizando suas percepções religiosas e espirituais, definindo o componente espiritual como de grande importância para o enfrentamento das mudanças e vivências trazidas com o passar dos anos.

Como sugestão de pesquisas futuras, consideramos que é importante determinar quais ações podem ser desenvolvidas a fim de garantir a qualidade de vida do idoso, buscando saber mais sobre de que forma a espiritualidade - que pode ser manifestada através da religião ou religiosidade - pode melhorar ou facilitar a adaptação do indivíduo às mudanças intrínsecas ao envelhecimento, bem como o seu impacto no funcionamento mental de cada indivíduo.

Acredita-se que o objetivo do trabalho foi alcançado, pois foi possível compreender e analisar o idoso como sujeito social, levando em consideração o seu papel na sociedade em vista do seu passado. Além de abranger a relação destes idosos com a espiritualidade, validando as suas vivências da espiritualidade, bem como a compreensão dos entrevistados sobre a espiritualidade e religiosidade.

Por fim, reconhece-se que todos somos responsáveis pela construção de uma velhice real, livre de estereótipos negativos ou de otimismo excessivo. Espero que esta leitura inspire outras pessoas a continuar esclarecendo, ampliando e até mesmo apresentando os conceitos e ideias aqui apresentados.

REFERÊNCIAS

- Alves, R. (1984). *O enigma da religião*. (6ª ed.) Papirus.
- Araújo, L. F., & Carvalho, V. A. M de L. (2005). Aspectos sócio-históricos e psicológicos da velhice. *Revista de Humanidades*, 6 (13), 1-9.
- Balbinotti, H. F. (2017). A importância da espiritualidade no envelhecimento. *Memorialidades*, 14(27,28), 13-44.
<https://periodicos.uesc.br/index.php/memorialidades/article/view/1741>
- Barros, M. M. (2004). Envelhecimento, cultura e transformações sociais. In: L. Py, *Tempo de envelhecer: percursos e dimensões psicossociais*. Nau.
- Bassit, A. (2002). Histórias de mulheres: reflexões sobre a maturidade e a velhice. In: M. C. Minayo, & C. E. Jr, *Antropologia, saúde e envelhecimento* (pp. 51-72). Fiocruz.
- Beauvoir, S de. (1970). *A velhice*. Nova Fronteira.
- Becker, E. (2007). *A negação da morte: uma abordagem psicológica sobre a finitude humana*. (3ª ed.). Record.
- Birman, J. (1994). A ética da psicanálise e a moral das instituições psicanalíticas. In: J. Birman, *Psicanálise, ciência e cultura* (pp. 145-160). Zahar.
- Boff, L. (2001). Saber cuidar: ética do humano-compaixão pela Terra. Vozes.
- Brandão, Z. (2000). Entre questionários e entrevistas. In: M. A. Nogueira, G. Romanelli, & N. Zago, *Família e escola* (pp. 171-183). Vozes.
- Buriti, M. A. & Witter C. (2011) Lazer e envelhecimento in *Envelhecimento e Contingências de Vida*. (pp. 155-176). Alínea.

Camarano, A. A. Organizado por. (2004). *Os novos idosos brasileiros: muito além dos 60?*. Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada IPEA.

Cesar, K. M. L. (1999). *Fui moço, agora sou velho... E daí?* (1ª ed.). Ultimato.

Cortella, M. S., & Rios T. A. (2013). *Vivemos mais! Vivemos bem? Por uma vida plena.* (1ª ed.). Papirus.

Cupertino, A. P., & Novaes, C. (2004). Espiritualidade e envelhecimento saudável. In A. L. Saldanha & C. P. Caldas (Eds.), *Saúde e idoso: A arte de cuidar* (pp. 358 -368). Interciência.

Cury, A. (2014). *Ansiedade: como enfrentar o mal do século?* Saraiva.

Doll, J., & Py, L. (2005). Espiritualidade e finitude. In: J. L. Pacheco, *Tempo: rio que arrebatava* (pp. 277-290). Setembro.

Fortin, M. F. (1999). *O Processo de Investigação: Da Concepção à Realização.* (5ª ed.) Loures: Lusociência.

Folstein M, Folstein S, McHugh P. “Mini-mental state”. A practical method for grading the cognitive state of patients for the clinician. *J Psychiatr Res* 1975; 12(3):189-19

Frankl, V. E. (1989). *Psicoterapia e sentido da vida.* (3ª ed.). Quadrante.

Frankl, V. E. (1973). *Um sentido para a Vida.* Tradução Victor Hugo Lapenta. (4ª ed). Santuário.

Freire, S. A., Sommerhalder, C., & Silveira, R. A. (2003). Contribuições da Psicologia para o estudo do envelhecimento: teoria e intervenção. *Arq. Ciênc. Saúde Unipar*, 7(2), 191-194.

Grangeiro, A. F. B.; Gomes, L. de O.; Alves, V. P. & Faleiros, V. de P. (2017). Impacto da religiosidade e espiritualidade em pessoas idosas centenárias: revisão sistemática. *Ciências Sociais e Religião*, 19(27), 173-182.

Groisman, D. (1999). *A infância do asilo: a institucionalização da velhice no Rio de Janeiro da virada do século*. Instituto de Medicina Social da UERJ. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-254511>

Groisman, D. (2002). A velhice, entre o normal e o patológico. *História, Ciências, Saúde*, 9(1), 61-78. <https://doi.org/10.1590/S0104-59702002000100004>

Hay, L. L. (1984). *Você pode curar sua vida*. (8ª ed.). Best Seller.

Horn, V. Q. (2013). *A Imagem da velhice na contemporaneidade*. Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul. <https://bibliodigital.unijui.edu.br:8443/xmlui/handle/123456789/2381>

Instituto Nacional de Estatística. (2012). Resultados Definitivos - Censos 2011. *Anuais INE*. <http://www.ine.pt>

Kaplan, H., Sadock B. J., & Grebb, J. A. (1997). *Compêndio de Psiquiatria: ciências do comportamento e psiquiatria clínica*. Trad. Dayse Batista. (7ª ed.). Editora Artmed.

Koenig, H. G. (2005). *Medicina, religião e saúde: o encontro da ciência e da espiritualidade*. (1ª ed.). L&PM.

Kovács, M. J. (2007). Espiritualidade e psicologia - cuidados compartilhados. *O Mundo da Saúde*, 31(2), 246-255.

Lange, C. (2005). *Acidentes domésticos em idosos com diagnóstico de demência atendidos em um ambulatório de Ribeirão Preto, SP*. Universidade de São Paulo. Catálogo USP. <https://teses.usp.br/teses/disponiveis/22/22132/tde-23062005-113139/pt-br.php>

Lemos, D.; Palhares, F.; Pinheiro, J. E.; & Landenberger, T. (2015) *Velhice*. <http://www.ufrgs.br/epsico/subjetivacao/tempo/velhice-texto.html>

Lipp, M. N., & Rocha, J. C. (1996). *Stress, Hipertensão Arterial e Qualidade De Vida*. Papyrus.

Masi, D de. (2003). *Criatividade e grupos criativos*. (1ª ed.). Sextante.

Marinho, M. dos S., Chaves, R. N., Gomes, J. B., & Reis, L. A. (2017). Longevidade e espiritualidade: o envelhecer como uma dádiva de Deus. *Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano*, 14(2). <https://doi.org/10.5335/rbceh.v14i2.6702>

Messy, J. (1999). *A pessoa idosa não existe: uma abordagem psicanalítica da velhice*. Traduzido por J. de Souza e M. Werneck, (2ª ed.). Aleph.

Minayo, M. C. de S., & Coimbra Junior, C. E. A. (2002). *Antropologia, saúde e envelhecimento*. (1ª ed.). Editora Fiocruz. <https://static.scielo.org/scielobooks/d2frp/pdf/minayo-9788575413043.pdf>

Minayo, M. C. (2004). *O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde*. Hucitec.

Mucida, A. (2006). *O sujeito não envelhece – Psicanálise e velhice*. (2ª ed.). Autêntica.

Negreiros, T. C. de G. M. (2003). Espiritualidade: desejo de eternidade ou sinal de maturidade?. *Revista Mal-estar e Subjetividade*, 3(2), 275-291. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1518-61482003000200003

Neri, A. L. (2004). Contribuições da psicologia ao estudo do envelhecimento e à intervenção no campo da velhice. *Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano*, 69-80. <http://seer.upf.br/index.php/rbceh/article/view/46/55>

Neri, A. L. (Org.). (2007). *Idosos no Brasil: vivências, desafios e expectativas na terceira idade*. Fundação Perseu Abramo.

Netto, M. P. (2013). O Estudo da Velhice: Histórico, Definição do Campo e Termos Básicos. *Tratado de Geriatria e Gerontologia*. (3ª ed.). Guanabara Koogan.

Nunes, M. G. S., Leal, M. C. C., Marques, A. P. de O., & Mendonça, S. de S. (2017). Idosos longevos: avaliação da qualidade de vida no domínio da espiritualidade, da religiosidade e de crenças pessoais. *Saúde em Debate*, 41(115).
<https://www.scielo.br/j/sdeb/a/tnJvCQZWHxBQkj4zmYrf3cf/?lang=pt>

Organização Mundial da Saúde. (1974). *Planejamento e organização de serviços geriátricos: Relatório de um Comitê de Especialistas da OMS*. (Volume 548 de Relatórios Técnicos). Organização Mundial da Saúde.

Organização Mundial de Saúde. (1998).

Organização Mundial da Saúde. (2005). *Envelhecimento ativo: uma política de saúde*. (1ª edição). Organização Pan-Americana de Saúde – OPAS.

Osório, A. R., (2007). Os idosos na sociedade actual. In A. R. Osório, & F.C. Pinto (Coord.), *As pessoas idosas: contexto social e intervenção educativa* (pp.11- 45). Instituto Piaget.

Pais-Ribeiro, J. L. (2006). As variáveis psicológicas positivas como amortecedores entre situações de doença grave traumática e stress. In: P.Costa, C. L. Pires, J. Veloso & C. L. Pires (org.). *Stresse Pós-Traumático - Modelos, Abordagens & Práticas* (pp.13-19). Editorial Diferença. <https://hdl.handle.net/10216/13837>

Panzini, R.G., Rocha, N. S. da., Bandeira, D. R., & Fleck, M. P. de A. (2007). Qualidade de vida e espiritualidade. *Arquivos de Psiquiatria Clínica*, 34(1).
<https://doi.org/10.1590/S0101-60832007000700014>

Pinto, C., & Pais-Ribeiro, J. L. (2007). Construção de uma escala de avaliação da espiritualidade em contextos de saúde. *Arquivos de Medicina*, (21), 47-53.
https://www.researchgate.net/publication/37652518_Construcao_de_uma_escala_de_aval_iacao_da_espiritualidade_em_contextos_de_saude

Pinto, C. A. S. (2007). *Jovens e adultos sobreviventes de cancro: Variáveis psicossociais associadas à otimização da saúde e qualidade de vida após o cancro*. Faculdade de

Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto.
[https://www.researchgate.net/publication/235937200_JOVENS_E_ADULTOS_SOBRE_VIVENTES_DE_CANCRO Variaveis psicossociais associadas a otimizacao da saud e e qualidade de vida apos o cancro](https://www.researchgate.net/publication/235937200_JOVENS_E_ADULTOS_SOBRE_VIVENTES_DE_CANCRO_Variaveis_psicossociais_associadas_a_otimizacao_da_saude_e_qualidade_de_vida_apos_o_cancro)

Py, L. (1999) *Finitude: uma proposta para reflexão e prática em Gerontologia*. (1ª ed). Nau.

Rodrigues, L. (2001) – *Psicologia - 1º Volume*. (2ª ed.).Plátano Editora.

Rosa, M. J. V., & Chitas, P. (2010). *Portugal: os números*. Fundação Francisco Manuel dos Santos.

Rosenberg, R. L. (1992). Envelhecimento e morte. In: M. J. Kovács, *Morte e desenvolvimento humano* (pp. 69-90). Casa do Psicólogo.

Silva, L. R. F. (2008) Da velhice à terceira idade: o percurso histórico das identidades atreladas ao processo de envelhecimento. *História, Ciências, Saúde*, 15(1), 155-168.
<http://www.scielo.br/pdf/hcsm/v15n1/09.pdf>

Silva, M. L. F. de S., Bezerra, E. N., Silva, E. A., Queiroz, E. P., Ribeiro, D. F., & Monteiro, E. M. L. M. (2017). Fatores predisponentes para a institucionalização do idoso no Brasil: uma revisão da literatura. *Revista Saúde*, 11(1).
<http://revistas.ung.br/index.php/saude/article/view/3150>

Smeltzer S. C., & Bare B.G. (2011). *Brunner & Suddarth: Tratado de Enfermagem Médico- Cirúrgica*. (12ª ed.). Guanabara.

Socci, V. (2006) Religiosidade e o adulto idoso. In: G. P. Witter, G. P. (org.). *Envelhecimento – referenciais teóricos e pesquisas* (pp.87-101). Alínea.

Sommerhalder, C. & Goldstein, L. L. (2011). *O papel da espiritualidade e da religiosidade na vida adulta e na velhice*. In: Freitas EV, Py L. *Tratado de geriatria e gerontologia*. (3ª ed.) Guanabara Koogan.

Tecchio, E. L. (2015). *A influência da espiritualidade no processo de Gestão do Conhecimento em empresas de base tecnológica*. Universidade Federal de Santa Catarina, Centro Tecnológico. Banco de Teses e Dissertações do EGC. <http://btd.egc.ufsc.br/?p=1872>

Teixeira, F. (2005). O potencial libertador da espiritualidade e da experiência religiosa. In M. M. Amatuizzi, (Org), *Psicologia e Espiritualidade*. (pp. 13-30). Editora Paulus.

Veras, R. P., & Caldas, C. P. Promovendo a saúde e a cidadania do idoso: o movimento das universidades da terceira idade. *Ciências e saúde coletiva*, 9(2), p. 423-432. 2004. <https://www.scielo.br/j/csc/a/tJz7rRmdQSWVbQCJLH5ZM6g/abstract/?lang=pt>

World Health Organization (WHO). (2004). *The World Health Report 2000. Health systems: improving performance*. WHO.

Zimmerman, G. I. (2010). *Velhice: aspectos biopsicossociais*. Porto Alegre: Artes Médicas Sul.

ANEXOS

ANEXO I – Termo de Consentimento Informado



TERMO DE CONSENTIMENTO INFORMADO

Declaro, por meio deste termo, que concordei em ser entrevistado(a) a participar na pesquisa de campo referente a pesquisa intitulada A Espiritualidade como Fator Facilitador da Adaptação (diante das transformações) desenvolvida por Cibeles Brito Lima, a quem poderei contatar / consultar se julgar necessário através do telefone nº 936 681 875 ou e-mail 200121009@sssp.pt. Fui informado(a), ainda, de que a pesquisa é [coordenada / orientada] pela professora Mônica Alexandra Vidal. Afirmando que aceitei participar por minha própria vontade colaborar para o sucesso da pesquisa. Minha colaboração se fará de forma anônima,

por meio de entrevista semi-estruturada a ser gravada a partir da assinatura desta autorização. Atesto recebimento de uma cópia assinada deste Termo de Consentimento Informado.

Entrevistado

Cibele Brito Lima

Pesquisadora/Mestranda

Mônica Alexandra Vidal

Professora /Orientadora

ANEXO II – Cronograma

	Agosto	Setembro	Outubro	Novembro	Dezembro
Primeiros contatos e confirmações dos participantes.	X				
Elaboração/construção do roteiro da entrevista.	X				
Apresentação formal do trabalho.	X				
Realização das entrevistas		X			
Coleta do material na íntegra.		X			
Análise da temática do conteúdo coletado.		X			
Divisão do material coletado em categorias.			X		
Trabalhar teoricamente o material coletado.				X	
Composição final do trabalho.					X

Anexo III – Formulário com Informações Básicas e Entrevista**FORMULÁRIO COM INFORMAÇÕES BÁSICAS**

Nome:	
Profissão:	
Escolaridade:	
Número de filhos:	
Com quem vive:	

ENTREVISTA

1. Na sua família qual é a vossa religião?
2. Durante a sua vida teve algum acontecimento de vivência de fé?
3. O que a fé tem feito de bom em sua vida?
4. O que faz todos os dias para manter a sua fé viva?
5. Nos momentos difíceis pelo qual passamos nos últimos tempos, a fé o/a ajudou?

ANEXO IV – Mini Mental State Examination (MMSE)

Mini Mental State Examination (MMSE)

1. Orientação (1 ponto por cada resposta correcta)

Em que ano estamos? _____
 Em que mês estamos? _____
 Em que dia do mês estamos? _____
 Em que dia da semana estamos? _____
 Em que estação do ano estamos? _____

Nota: _____

Em que país estamos? _____
 Em que distrito vive? _____
 Em que terra vive? _____
 Em que casa estamos? _____
 Em que andar estamos? _____

Nota: _____

2. Retenção (contar 1 ponto por cada palavra correctamente repetida)

"Vou dizer três palavras; queria que as repetisse, mas só depois de eu as dizer todas; procure ficar a sabê-las de cor".

Pêra _____
 Gato _____
 Bola _____

Nota: _____

3. Atenção e Cálculo (1 ponto por cada resposta correcta. Se der uma errada mas depois continuar a subtrair bem, consideram-se as seguintes como correctas. Parar ao fim de 5 respostas)

"Agora peço-lhe que me diga quantos são 30 menos 3 e depois ao número encontrado volta a tirar 3 e repete assim até eu lhe dizer para parar".

27_ 24_ 21_ 18_ 15_

Nota: _____

4. Evocação (1 ponto por cada resposta correcta.)

"Veja se consegue dizer as três palavras que pedi há pouco para decorar".

Pêra _____
 Gato _____
 Bola _____

Nota: _____

5. Linguagem (1 ponto por cada resposta correcta)

a. "Como se chama isto? Mostrar os objectos:

Relógio _____
 Lápis _____

Nota: _____

b. "Repita a frase que eu vou dizer: O RATO ROEU A ROLHA"

Nota: _____

c. "Quando eu lhe der esta folha de papel, pegue nela com a mão direita, dobre-a ao meio e ponha sobre a mesa"; dar a folha segurando com as duas mãos.

Pega com a mão direita _____

Dobra ao meio _____

Coloca onde deve _____

Nota: _____

d. "Leia o que está neste cartão e faça o que lá diz". Mostrar um cartão com a frase bem legível, "FECHE OS OLHOS"; sendo analfabeto lê-se a frase.

Fechou os olhos _____

Nota: _____

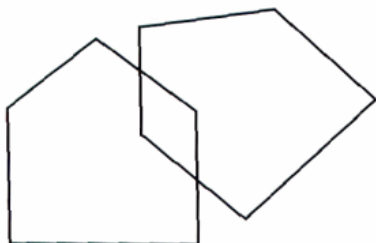
e. "Escreva uma frase inteira aqui". Deve ter sujeito e verbo e fazer sentido; os erros gramaticais não prejudicam a pontuação.

Frase:

Nota: _____

6. Habilidade Construtiva (1 ponto pela cópia correcta.)

Deve copiar um desenho. Dois pentágonos parcialmente sobrepostos; cada um deve ficar com 5 lados, dois dos quais intersectados. Não valorizar tremor ou rotação.



Cópia:

Nota: _____

TOTAL(Máximo 30 pontos): _____

Considera-se com defeito cognitivo:

- analfabetos ≤ 15 pontos
- 1 a 11 anos de escolaridade ≤ 22
- com escolaridade superior a 11 anos ≤ 27