

**EXPERIÊNCIA DE ENVELHECIMENTO: UM ESTUDO PSICANALÍTICO
FUNDAMENTADO NO RELATO DE UMA IDOSA**
**Experience of aging: a Psychoanalytic study based in the story of an elderly
woman**

ALMEIDA, Michele Morais

Centro Universitário de Jaguariúna

FIERZ, Gicelda

Centro Universitário de Jaguariúna

OLIVEIRA, Florinda Trindade de

Centro Universitário de Jaguariúna

PEREIRA, Ana Claudia

Centro Universitário de Jaguariúna

CRUZ, Maria Beatriz Zanarella,

Orientadora, Centro Universitário de Jaguariúna

RESUMO: O presente estudo objetiva investigar a experiência emocional do idoso, durante o processo de envelhecimento, visando mostrar o mais próximo possível o drama vivenciado, e o sentido inferido ao processo de envelhecer, inevitável em todas as camadas sociais. Organiza-se metodologicamente ao redor do estudo de postagens de uma idosa em um blog, em que foram selecionados relatos que permitiram a produção interpretativa no sentido afetivo-emocional a partir do método psicanalítico. Evidenciando a relação desse processo de envelhecer no campo da ciência, levando em conta fatores socioeconômicos no contexto contemporâneo. Assim compreender as necessidades, novas atitudes, hábitos, crenças e valores que possam agregar e/ou melhorar esta fase do processo de envelhecimento que aflige a maioria dos seres humanos. As experiências emocionais postadas constituem-se como material privilegiado para a consideração da impressão do processo ao envelhecer, na medida que fornecem subsídios para a compreensão de vivências da idosa explanada com esse estudo, bem como os sentimentos envolvidos, o ambiente familiar e fatores que estão inseridos no processo do envelhecimento. Dessa forma, as postagens, quando consideradas à luz do método psicanalítico, permitiram a produção interpretativa do campo afetivo emocional, evidenciando-se postagens que expressam sentimentos ao redor da experiência do envelhecer. O resultado final evidencia que a experiência do envelhecimento é determinada por um processo contínuo de desconstrução, vivenciados no corpo, no social e no próprio self do idoso. Entretanto, é possível contemplar o envelhecimento como um episódio marcado por circunstâncias que se apresentam de forma a se encarregar de um destino habitual: o envelhecer, mas concomitantemente, acessível ao conhecimento de novas experiências.

Palavras-chaves: Envelhecimento; Idoso; Psicanálise.

ABSTRACT: The present study aims to investigate the emotional experience of the elderly during the aging process, aiming to show the drama experienced as closely as possible and the meaning inferred from the process of aging, inevitable in all social layers. It is organized methodologically around the study of postings of an elderly woman in a blog, in which were selected reports that allowed the interpretive production in the affective-emotional sense from the psychoanalytical method. Evidencing the relation of this process of aging in the field of science, taking into account socioeconomic factors in the contemporary context. So understand the needs, new attitudes, habits, beliefs and values that can add and / or improve this phase of the aging process that afflicts most human beings. The emotional experiences posted constitute a privileged material for the consideration of the impression of the aging process, as they provide support for the understanding of the elderly's experiences with this study, as well as the feelings involved, the family environment and factors that are insert in the aging process. In this way, the posts, when considered in the light of the psychoanalytic method, allowed the interpretive production of the emotional affective field, evidencing postings that express feelings around the experience of aging. The final result stand outs that the experience of aging is determined by a continuous process of deconstruction, experienced in the body, in the social and in the very self of the elderly. However, it is possible to see aging as an episode marked by circumstances that are presented in order to take care of a habitual destination: aging, but concomitantly, accessible to the knowledge of new experiences.

Key-words: Aging; Elderly, Psychoanalysis.

INTRODUÇÃO

De acordo com os dados divulgados pelo Portal Brasil, os resultados do estudo da Síntese de Indicadores Sociais (SIS), que utiliza bases do IBGE, Ministério da Educação, Saúde e Trabalho, aponta que entre 2005 e 2015 houve um aumento na proporção de idosos em relação à população do país, passando de 9,8% para 14,3%.

O envelhecimento é uma fase do ciclo da vida, sendo que para boa parte das pessoas esta experiência não é vivida com naturalidade e aceitação. É um processo inevitável e faz parte do tempo cronológico de existência, sendo uma sequência que se inicia com o nascimento, a infância, a adolescência, a maturidade culminando com a morte.

Nem todos passam por essas fases, pois ao longo deste processo ocorrem situações onde se é interrompido o ciclo natural do desenvolvimento humano. Portanto, chegar à fase do envelhecimento deveria ser vista como privilegio e nem

sempre é aceita com naturalidade, pensando neste sentido que procuramos embasar nossa pesquisa.

De acordo com Ávila (2007), esse processo biológico do envelhecimento tem a possibilidade de se retardar, devido aos avanços da ciência e tecnologia, porém, não consegue interferir em todo o processo biopsicossocial que envolve a velhice. Referindo-se a aceitação ou negação do envelhecer, ou seja, não ocasionaria uma mudança na percepção do que representa o envelhecimento.

Segundo Rebelatto e Morelli (2005), uma boa qualidade de vida na velhice está relacionada com a existência de condições ambientais que permitam que os idosos desempenhem comportamentos biológicos, sociais, e psicológicos adaptativos. Para os autores, as condições ambientais relacionam-se com a qualidade de vida percebida e também com o senso de auto eficácia, sendo um importante precursor do comportamento em todas as idades.

Altman (2011) enfatiza que ocorrem mudanças significativas na vida do idoso: físicas, intelectuais e inevitavelmente na personalidade. Envolvendo sentimentos de medo, tensão e insegurança, possibilitando a modificação de comportamentos e atitudes que ainda não foram vivenciados.

Goldfarb apud Altman (2011, p. 194) conceitua que:

A velhice é difícil de ser definida, pois é um processo que envolve a maneira como o idoso se vê e se percebe e a maneira como é visto e percebido pelos outros. Essa inter-relação de olhares e visões é que vai constituir para cada um o conceito de velhice. Dessa maneira, a velhice se apresenta de maneira múltipla e diversificada. Não existe "a velhice", mas velhices. Muitas vezes, a conotação sociocultural sobre envelhecimento contém preconceitos, à medida que é representada como um momento de decrepitude física, feiura e inutilidade.

Como Abrahão (2008) apresenta, a velhice é caracterizada como um processo de desgaste de energia vital, que percorre ao longo da vida do indivíduo. Sendo caracterizada por representações sociais, considerando os termos subjetivos, psicodinâmicos, sociais e físicos desse idoso.

Desta forma utiliza-se o que Winnicott (1983) nos mostra acerca do *Ambiente e os Processos de Maturação*, procurando apresentar e discutir

fundamentos sobre o envelhecimento, enfatizando a importância do ambiente ao longo da vida.

Winnicott apud Genaro Junior (2014, p.55) aborda que o ambiente tem grande importância no processo de desenvolvimento do indivíduo. Ressaltando que Winnicott não se dedicou ao estudo do *envelhecimento* em si, mas que através de sua teoria sobre a *Maturidade Emocional* reconhece que “*existe um processo contínuo de desenvolvimento emocional, que começa antes do nascimento, e prossegue ao longo da vida*”.

Aponta-se que o idoso poderá deparar-se com sonhos e frustrações que ocorreram ao longo de sua vida, possibilitando um momento propício para uma crise. Buscando a compreensão deste como um todo, o que inclui sua dinâmica intrapsíquica, interpessoal e sociocultural.

Sendo assim, entender o processo de envelhecimento é fundamental, logo como investigar as causas, tipos de intervenções que possam auxiliar no retardamento, na compreensão e aceitação subjetiva do processo de envelhecimento na contemporaneidade.

OBJETIVOS GERAIS

Objetiva-se com esse trabalho, estudar a experiência emocional de “ser idoso”, selecionando, metodologicamente, através da abordagem de comunicação disponível de um blog brasileiro assinado por uma pessoa que se identifica como idosa.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

O intento com este estudo é promover um campo de reflexão consistente sobre o envelhecimento e seus desdobramentos no processo de subjetivação do idoso. Assim, analisar o significado da velhice e da experiência ao envelhecer.

Têm como finalidade fomentar formas de intervenção que possam fornecer a propagação da subjetividade dos idosos, retratando a vivência que muitos estão designados e também de possibilitar ressignificações ao desenvolvimento de envelhecer, buscando assim contribuir para extensão do conhecimento sobre o tema da velhice.

Desta forma, produzir um estudo que enriqueça debates entre profissionais, militantes de movimentos sociais, pesquisadores, e a sociedade em si, em torno das circunstâncias sociais, saúde e bem-estar do idoso, e o acolhimento destes.

METODOLOGIA

No intuito de esclarecer a metodologia aqui utilizada, assim como os pressupostos teóricos adotados apontaremos a seguir a estrutura do trabalho.

Portanto, considera-se o intuito de elaborar conhecimento sobre a concepção do idoso acerca do seu processo do envelhecimento, identificando os processos de envelhecimento individual nos diferentes domínios, e conhecendo as vivências dos idosos, através das postagens selecionadas.

Deste modo, a Metodologia está composta em duas partes: Fundamentação Teórico-Conceitual e Procedimento Investigativo de Interpretação de Postagens.

Fundamentação Teórico-Conceitual

Trata-se do meio pelo qual apresentaremos a pesquisa qualitativa, com o intuito de compreender a experiência apresentada, através do método Psicanalítico.

Esta pesquisa qualitativa tem como principal fundamento, estar o mais próximo possível do drama vivenciado, e do sentido inferido ao processo de envelhecimento, inevitável em todas as camadas sociais. Bem como, a relação desse processo no campo da ciência, pois a chegada da velhice envolve, inevitavelmente, consciente ou inconscientemente, um “balanço existencial” na vida do indivíduo e dos que o cercam.

Pretende-se tratar aqui o que Iribarry (2003, p. 117), enfatiza sobre a pesquisa psicanalítica:

A pesquisa psicanalítica, justamente por trabalhar com a impossibilidade de previsão do inconsciente, não poderia jamais exigir uma sistematização completa e exclusiva. Sabemos que o trabalho de análise, em especial quando forma um analista, prioriza o estilo e a marca singular daquele que se coloca como analista para um outro. Assim é com a pesquisa psicanalítica. Ela é sempre uma apropriação do autor que depois de pesquisar o método freudiano descobre um método seu, filiado a essa vertente e o singulariza na realização de uma pesquisa.

Afirma-se que pesquisa psicanalítica, portanto, buscará apropriar-se da singularidade e da autenticidade, revelando ainda as imperfeições que poderão ser apresentadas. Marcada por sua particularidade, em relação às demais estratégias metodológicas, a pesquisa psicanalítica difere-se em dois pontos, segundo Iribarry (2003, p. 117): “... primeiro, porque ela não inclui em seus objetivos a necessidade de uma inferência generalizadora...”, “segundo, porque suas estratégias de análise de resultados não trabalham com o signo, mas sim com o significante”. Pretendendo assim, abordar o que encontramos de “significante” nas postagens do blog. A partir do método psicanalítico revela-se “impossibilidade de previsão do inconsciente”, cujo seguimento será uma apropriação, sendo que está “pode servir como operador de outras e novas apropriações”.

Através do método psicanalítico busca-se conforme enfatizado por Silva & Macedo (2016, p. 520) a justificativa para a utilização em pesquisas, que é “reforçada na afirmação de que [...] é evidenciada a vitalidade da escuta e da postura investigativa psicanalítica.”

Logo, a pesquisa psicanalítica, leva “...em consideração o inconsciente humano, propõe não a busca de uma verdade absoluta, mas a investigação de verdades contextuais, relativas e individualizadas.” (Silva, 2013, p. 38).

A partir das postagens de Helô podemos enunciar que ela “utiliza as narrativas constantemente para se autointerpretar.” As narrativas são produzidas e se consistem através de práticas sociais em que podemos citar: a “...família, escola, igreja, tribunais, relacionamentos amorosos, grupos terapêuticos [...] espaços de produções narrativas e de constituição de subjetividades.” (Silva, 2013, p.39).

Assim, utilizamos da atenção flutuante em que: ...as associações livres [...] contribuem para a produção de sentido, graças à concorrência de processos inconscientes. (p. 280). Confirmando assim “...sempre uma posição mais passiva de se deixar afetar pelo outro, numa forma de atenção não-seletiva: a atenção flutuante, sem memória e sem desejo.” (Naffah Neto, 2006, p. 281)

Silva (2013, p.40), ainda nos faz refletir sobre o estudo de caso em pesquisa psicanalítica em que:

...estudar as narrativas é olhar para as formas pelas quais os seres humanos experimentam o mundo. Portanto, se a narrativa é uma maneira de caracterizar os fenômenos da experiência humana, então

seu estudo vem a ser adequado em diversos campos das ciências sociais. A investigação narrativa dentro desses campos é uma forma de narrativa empírica onde os dados são fundamentais para o trabalho.

Retrata-se nessa pesquisa alguns pressupostos de Winnicott (1896/1971), para relacionarmos com o objeto de estudo da pesquisa: o envelhecimento.

Aborda-se, portanto, o envelhecimento, uma fase do desenvolvimento humano, parte de um processo que ocorre durante o curso de vida do ser humano, incluindo várias etapas do desenvolvimento que são reconhecidas pelo outro, pela sociedade, pelo espelho, que mostram as marcas que o tempo produz.

O envelhecimento acarreta modificações biológicas, psicológicas e sociais, processos que se evidenciam na velhice. Segundo Abrahão (2008), a velhice implica em uma diversidade de sentidos e significados culturais, decorrentes das particularidades dos contextos sociais em que os idosos estão inseridos. Quando essas alterações ocorridas se acentuam, sendo a velhice, o resultado e o prolongamento do envelhecimento.

Winnicott (1982/1990) nos assinala que o bebê, principalmente no período de dependência absoluta, precisa de um ambiente suficientemente bom, que se adapte e atenda às suas necessidades, não permitindo nenhuma ruptura na continuidade de ser.

Depende do cuidado que recebe da mãe para ter uma existência pessoal e assim construir o que se pode ser chamada de continuidade do ser. Se o cuidado materno não foi suficientemente bom, então o lactente realmente não vem a existir. Assim, a personalidade começa a se construir por intermediação do meio (Winnicott, 1982/1990, p.53).

Pensando nessa perspectiva, relaciona-se com o que Winnicott (1993), aborda sobre a Maturidade Emocional. Considerando que, a maturidade emocional está principalmente associada à saúde, e relativamente ao contexto familiar em que o idoso está inserido. Sendo assim, o cuidado materno inicial, ou seja, “a mãe suficientemente boa”, torna-se essencial para o desenvolvimento de um adulto saudável, contribuindo para a fase do envelhecimento.

Para Winnicott (1993), a maturidade não pode ser considerada como algo separado de uma fase de desenvolvimento anterior, identificando que cada indivíduo

nasce, desenvolve-se, torna-se maduro. Sendo um processo de desenvolvimento contínuo, complexo, ocorrendo desde o nascimento, ou anteriormente a este, passando pela vida adulta, e percorrendo até a velhice.

Sendo assim, Winnicott (1993, p. 27) refere que “... O desenvolvimento, em poucas palavras, é uma função da herança de um processo de maturação, e da acumulação de experiências de vida”, onde o ambiente deverá ser propiciador para que o indivíduo consiga adaptar suas necessidades, às condições ambientais que está inserido, em qualquer momento de sua vida.

Procedimento Investigativo de Interpretação de Postagens

A partir da proposta de investigar sobre o tema do envelhecimento, utiliza-se os seguintes procedimentos: 1) Levantamento e seleção de material através de artigos postados na internet; 2) Levantamento de postagens utilizadas pelo blog que se identifiquem com o tema; 3) Procedimento Investigativo de Registro do Material; 4) Procedimento Investigativo de Interpretação do material e 5) Procedimento de Interloquções reflexivas.

No primeiro passo, foi realizada a pesquisa pela internet, através do site Google, onde foram pesquisadas as seguintes palavras-chave: Blog e Vovó. Resultando em 10 páginas como respostas e 10 conteúdos entre sites e blogs por página.

Ao nos depararmos com um material bastante numeroso, em sua maioria referente a receitas culinárias, segue-se para a seleção e filtragem dos Blogs que permitissem a identificação de um *corpus* relevante acerca do envelhecer. Assim, foram excluídos Blogs patrocinados, de organizações não governamentais, de pessoas populares e/ou renomadas, pois, buscamos relatos de pessoas sobre sua experiência do envelhecimento.

Por fim, o resultado do procedimento de seleção do material nos fornece um Blog a ser aproveitado nesse trabalho.

Já no segundo passo, foi realizado o *Procedimento de Levantamento de Postagens utilizadas que se identifique* com o Envelhecimento, no sentido afetivo-emocional, um procedimento reflexivo a respeito do assunto e verbalizações

relacionadas, sob a luz do pensamento teórico, resumindo tal pesquisa a um trabalho intelectual e reflexivo.

O terceiro passo aborda o *Processo Investigativo de Registro do Material*, onde as publicações realizadas no blog, foram salvas em arquivo doc., organizando-se uma pré-seleção das postagens que evidenciem o tema trabalhado na pesquisa.

Para o *Procedimento Investigativo de Interpretação do Material*, emprega-se o método psicanalítico, utilizando premissas fundamentais da psicanálise, destacando-se o que Figueiredo (2006) aponta, em que utiliza-se de “uma escuta flutuante: um recorte do texto privilegiando temas, expressões, brechas, palavras, ou quaisquer elementos que sirvam como cunha para desconstruir o texto; uma reconstrução deste texto que permita ao analista criar ali um sentido novo, inesperado, produzindo uma outra verdade sobre o texto”. A fim de “sensibilizar” os relatos postados.

Visando desta maneira, o que Altman (2011, p. 196) ressalta a respeito da trajetória de vida de Freud:

Entretanto um fato que chama atenção e merece ser confrontado com as considerações de Freud, acerca da velhice é que foram justamente nos anos mais maduros de sua existência, que ele mais e melhor produziu. Apesar das perdas e dos lutos significativos que sofreu em sua vida pessoal, nada elaborou na velhice textos ricos e criativos. Isso demonstra que a mente humana é dinâmica quando saudável.

Por fim, referindo-se ao último passo, pretende-se levantar os dados apresentados no blog, que se referem a questões como a subjetividade, características psicológicas, experiências emocionais, desejos e afetos que se apresentam na vida psíquica dos idosos e que se revelam através de histórias de vida por eles relatadas, partindo para o *Procedimento de Interlocuções Reflexivas*, umas das etapas utilizadas em pesquisas quantitativas e qualitativas, onde se emprega o uso de outros referenciais teóricos, para a discussão dos resultados.

INTERPETAÇÕES E INTERLOCUÇÕES REFLEXIVAS

Explana-se aqui dois elementos, um acerca do campo de sentido afetivo-emocional, em que representa a efetivação do *Procedimento Investigativo de*

Interpretação do Material, e o segundo elemento, remete ao *Procedimento de Interloquções Reflexivas* em que através da análise dos campos afetivo-emocional fundamenta-se às contribuições de autores em relação ao processo do envelhecimento.

O primeiro elemento é apresentado através das impressões transferenciais que deparamos ao ler as postagens do Blog, objetivando uma produção interpretativa. Logo, assim como Schulte, Gallo-Belluzzo e Aiello-Vaisberg (2017, p. 239) abordam, através deste trabalho busca-se utilizar do conceito de experiência emocional, em que *“estamos interessados em conhecer a realidade pessoal de indivíduos e/ou coletivos acerca de questões humanas específicas.”* Desta forma, não procura-se compreender o “verdadeiro sentido” da experiência ao envelhecer, mas sim, através das postagens, contatar, impressionar-se com o que cada postagem expressa, possibilitando o fornecimento de conhecimento que instrua campos diversificados da psicoterapia, e a prática profissional do psicólogo, sendo congruentes com a realidade concreta dos indivíduos, ao mundo em que convivemos.

Através da busca realizada no Blog, consegue-se aferir alguns sentimentos/expressões relatados e de forma quantitativa relaciona-se, conforme a Tabela 1 informa:

Tabela 1 – Sentimentos e Emoções Relatados no Blog

Emoções/Sentimentos	Quantidade de Postagens Relacionadas (à palavras ou temas)
Abraço	06
Afeto	13
Alegria	7
Amizade	10
Amor	17
Dor	8
Família	05
Felicidade	07
Lágrimas	01
Medo	4
Morte	14
Perdão	02
Saudade	9
Sufrimento	04
Vida	10

Fonte: Dados retirados do Blog da Vovô Helô - <http://blogdavovohelo.blogspot.com.br/>

A respeito do campo de sentido afetivo-emocional, partindo para o *Procedimento de Interloquções Reflexivas*, destaca-se postagens que expressam sentimentos ao redor da experiência do envelhecer. Identificando o que a pesquisa de Ávila, Guerra e Meneses (2007, p. 10) constata que para alguns: “... a velhice é um processo psicossocial, que se origina a partir do envelhecimento, destino biológico inquestionável, que se dá a partir do corpo”, contrapondo-se a outros que “identificam a presença de marcadores biológicos do envelhecimento, dizendo que se sentem envelhecidos, mas não velhos.”

Algumas demonstrações desse campo de sentido afetivo-emocional podem ser encontradas nesses trechos do Blog da Vovó Helô:

“Não se pode viver num mundo de ilusão, mas é preciso que se descubra um antídoto que nos permita viver sem que as bizarrices, que por aqui estão, nos atinjam. Só assim será possível envelhecer em paz. ”

“Porém, para todos existe um ponto final. Aquele que nasce, morre. Nada, contudo, afasta a importância da busca por um envelhecimento bom. Viver próximo de quem se ama, fazer o que se gosta, procurar a alegria, a paz, manter bons pensamentos, exercitar-se. E, para quem gosta, ler bons livros e escutar muita música. Isso, somado a uma boa genética, parece garantir um bom envelhecimento. Bom envelhecimento, mas nunca uma vida sem fim. ”

. “Por dentro, contudo, eu também sentia esse pavor. Tinha uma preocupação enorme de partir cedo, sem que tivesse acabado de criar meus filhos, e sem que eles tivessem uma estrutura emocional e uma segurança econômica que lhes permitissem enfrentar a falta da mãe. E essa preocupação sempre aumentava, quando eu tinha que encarar alguma situação que me parecia ter algum risco”.

De acordo com a revisão de literatura realizada para este trabalho, prevalece a perspectiva na qual o envelhecimento não é determinado pela faixa etária do indivíduo, mas sim, pelas consequências que a idade possa ter causado à sua existência. Assim, não há como observar a idade, nem o envelhecimento, porque considera-se agrupamentos de consequências, que vão ocorrendo desde o nascimento, e que não se atribuem apenas aos limites biológicos, ou seja, não associa-se o envelhecimento a uma enfermidade ou déficit. Há uma diversificação

de indivíduo, para indivíduo, do momento em que a velhice acontece, pois, está associado ao momento de vida de cada um, e as situações vivenciadas. (Ávila, Guerra e Meneses, 2007).

Entretanto, através da Teoria do Amadurecimento busca-se compreender a *“conceituação das diferentes tarefas, conquistas e dificuldades que são inerentes ao crescimento em cada um dos estágios da vida, desde o momento em que um estado de ser tem início, ainda na vida intrauterina, desenvolvendo-se pelas fases da infância, adolescência, juventude, idade adulta e velhice até a morte.”* (Dias, 2008, p. 34).

Trata-se aqui, sobre a experiência do envelhecimento através do modo interpretativo de algumas postagens.

Pode-se observar a evidencia da dor na postagem em que Helô relata sobre a ocorrência da morte de um irmão. Atenta-se para o que através do relato, identifica-se a consciência da finitude existente, sendo um golpe duro, onde o sentimento de não aceitação e inconformismo se faz presente.

Identifica-se ainda, o processo de resiliência, ou seja, o desejo de prosseguir positivamente, independente dos acontecimentos inevitáveis ao processo de envelhecimento. Nota-se isto, quando Helô relata em suas postagens, novo planos e perspectivas positivas para o ano novo, no intuito de usufruir o melhor da vida, enquanto isto for possível.

Afirma-se aqui, o que Genaro Junior (2014, p. 55), afirma com base nos estudos de Winnicott:

O que estamos querendo dizer é que, ao longo da vida, temos que nos haver com determinadas tarefas em diferentes momentos. É nesse âmbito que, para Winnicott (1967/1996), pensar em saúde significa ter maturidade pessoal de acordo com idade cronológica, isto é, sentir-se com 60 anos aos 60 anos e não apenas ausência de sintomas ou doenças, mas se sentir existindo e real, em outros termos: vivo.

Na postagem “Envelhecimento Difícil” é exposto o que a contemporaneidade tem causado a Helô, e como a mudança do tempo e junto a ele, a mudança dos princípios e ideais sociais tem deixado sua mente inquieta. Assim, posta o que a define como resultado de um processo de vida, obviamente o processo de sua vida,

de experiências e traumas que constituem e definem a singularidade de cada pessoa. Processo vivido somente por ela e que torna extremamente pessoal, algo que ela tem para si como princípios gerais, como observamos em suas palavras: *“Mas eu sempre pensei que havia princípios eternos, e que esses se manteriam através dos tempos”*.

Observa-se que descreve como sua “verdade absoluta”, e relata pela sua camada social, interesses que não necessariamente afetariam outros idosos. Sua singularidade não é vista por ela mesma, e faz com que exponha suas questões de um modo geral, sendo que tais poderiam ser tratados como parte de um processo único: o seu próprio.

Genaro Junior (2014, p. 62) faz-nos refletir sobre o ambiente que a comunidade/sociedade nos remete sendo *“... sustentação, como favorecimento de entrada, hospedagem, como possibilidade de pertencer, a comunidade existia para o indivíduo como oferta de cultura, de perspectivas, de horizontes de vida”*, assim como exposto por Helô, para o idoso a comunidade faz parte do seu próprio self, não prevalecendo o eu, mas predominando o “nós”.

Baseando-se nos estudos de Winnicott (1982/1990) os autores sustentam que a *“maturidade no desenvolvimento emocional implicaria em socialização, em identificação com a sociedade, a qual se aceita e altera, sem que haja um grande prejuízo de sua espontaneidade.”* Sendo necessário que o idoso crie e recrie os objetos do seu mundo, assim, poderá *“usufruir desses pelo tempo necessário para depois poder repudiá-los.”* Consequentemente, irá encontrar na cultura um meio de realização do seu self, se inserir nela, sem impessoalidade e submissão. (Maluhy & Genaro Junior, 2013, p. 48-49).

Identifica-se na postagem “O tempo” um questionamento sobre o passar do tempo e a velocidade dos dias, balanço e revisão de todos os momentos importantes, uma recapitulação da vida retrograda, iniciando do ponto onde a mente foi capaz de recordar até a presente data.

Este questionamento do tempo relaciona-se com a percepção da rapidez com que a vida flui, consciência que o ciclo está a cada momento mais próximo de se fechar, visto que a vida é um ciclo.

Zaidan (2017, p. 1) aborda sobre a marca do tempo, com enfoque psicológico, em que observa esse discurso como uma *“forma masoquista”*. Pois, para alguns idosos, *“o tempo parece ser mais insuportável em virtude de quando surgem os momentos em que as horas se repetem sem perspectivas aparentes, permitindo, no entanto, que a meditação seja frequente. Desse modo, o tempo “faz da vida o que quiser. Raros são os sujeitos que o acolhem com serenidade, desapegados de todas as coisas contemplativas.”*

Na postagem “Viver e Morrer”, nota-se o fato de que ao lidar com a morte, fez com que Helô refletisse sobre o modo como está envelhecendo. Ao fazer um análogo com a atriz Marília Pêra, em que escreve: *“Ela que estava tão bem, e a quem a palavra velhice parecia tão inadequada, encerrou sua trajetória entre nós”*, constatando o quão importante é permanecer ativo e vivo enquanto os anos passam e as limitações físicas e mentais chegam. A aceitação da finitude é clara, e deriva de anos de experiências, perdas e traumas, o que também levam Helô a pensar sua velhice como tempo para qualidade de vida.

Deste modo, associa-se a postagem de Helô com o que Zaidan (2017, p. 1) aborda em seu estudo:

Alguns idosos passam por sofrimentos que não têm fim, muitos brincam com o tempo para tirar dele o máximo. Outros ainda, sofrem seus efeitos com uma passividade surpreendente. Na relação do idoso com o tempo ninguém pode descrever, aproximar-se das longas horas de insônia, tão próximas de uma lucidez extravagante que faz e refaz a cada noite um balanço, a aproximação da morte, horas, sobretudo, de verdadeira solidão em que nada pode ser compartilhado, em que não há nada além da memória, do medo de ficar louco, do sentimento de não existir.

Partindo disso, se o idoso se sente enriquecido pela superação das dificuldades, suas experiências de vida, e é fortalecido pelos anos vividos, não tem que estar à espera da morte. Poderá se deslocar para lugares e papéis disponíveis para que ele se mantenha ativo, que continue instigado a novos projetos e opções. Para tanto, o envelhecer não precisa ser visto apenas como um momento de perdas, mas pode ser um período de empregar potenciais adormecidos, realizar planos com maior liberdade, sem pensar no tempo, o ápice para incitar a criatividade. (Altman, 2011).

Helô expõe em seu texto “Missão de Mãe”, o modo como omitiu seus sentimentos para tranquilizar sua filha, e como teve que lidar com essa preocupação, de modo a não transparecer seu medo diante do mesmo fato que assustava a filha.

Já em outra postagem “Estar para Ser “, faz-se um questionamento relacionado ao uso de redes sociais, descrevendo sobre as relações humanas estarem frias e distantes, relacionando ao fato de que, ao mesmo tempo em que as redes sociais nos aproximam, elas também distanciam. Podemos contatar pessoas em lugares longínquos, e vivemos afastados dos que ocupam o mesmo espaço físico. Essa inversão de valores causa grande desconforto à Helô, em que os sentimentos parecem ser validados apenas quando expostos em público. Refletindo sobre essa postagem, não se relaciona apenas aos idosos, mas remete-se a uma demanda presente em nossa atualidade.

Pode-se aqui evidenciar o que Genaro Junior (2014, p. 61) explana a respeito da continuidade do *self*:

Desta forma, até à vida adulta, o *self* está relacionado ao ser em continuidade e ao estabelecimento da personalidade. Com isso, observamos que a personalidade implica também uma diferenciação cada vez maior em relação ao outro. A personalidade torna evidente aquilo que é próprio, o estilo de ser, um mundo pessoal.

Através das experiências postadas ao longo do tempo no Blog, pode-se reconhecer um reposicionamento do *self*, movimento de busca por sentido em tudo que lhe é imposto, adaptando-se a cada movimento próprio desse momento da vida, a velhice. Um reposicionamento além do processo natural da velhice, pode propiciar um balanço sobre a vida e a necessidade de contar com um ambiente com quem se possa sustentar e articular tais experiências.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Por fim, no decorrer deste trabalho conclui-se que envelhecer é um processo difícil, por ser tão rápido e gradativo que nos surpreende, e só percebemos, quando nas atividades rotineiras começam a ocorrer mudanças genuínas, mas perceptíveis, tais como lentidão ao levantar-se de uma cadeira, subir uma escada com menor agilidade, a visão já não é tão nítida, no entanto, esses são apenas alguns sinais que o corpo poderá emitir.

Genaro Junior (2014, p. 66) nos remete ao fato de que:

Logo, vemos que o ambiente fica posto como condição de existência continuamente. Do *holding* inicial à necessidade de alteridade ao longo da vida, observamos que o ser humano é um ser que, para nascer e findar-se, é profundamente afetado, positiva ou negativamente, por seu ambiente, pela sua cultura e pela própria humanidade. Em outros termos, para constituir-se do início (construção de um *self*) ao fim (desconstrução do *self*), depende de um outro.

Ao deparar-se com a evolução da escrita de Helô, dá-se a importância da reflexão, para a ativação sináptica dada a necessidade da continuidade do desenvolvimento psíquico em idade avançada. Ao postar, Helô revive momentos que foram importantes para seu desenvolvimento pessoal, social, e a constituição de seu *self*, além de aprimorar suas relações por consequência de sublimar através do blog suas dificuldades e preocupações diante do seu envelhecimento.

Conforme Ávila, Guerra e Meneses (2007, p. 17) apontam em sua pesquisa, a velhice é um percurso determinado pelas infinitas *“experiências que são norteadas por valores, metas, crenças e formas próprias que o idoso utiliza para interpretar o mundo.”* De acordo com os participantes da pesquisa, há diversas características individuais, que generalizam o termo do “sujeito velho”.

Portanto, em relação aos questionamentos e preocupações remetidos à velhice, o que prevalece é o de que o idoso acredita que certos princípios/valores deveriam ser eternos, o que podemos confirmar que não é real, prevalecendo a dificuldade em aceitar mudanças tão radicais no comportamento humano.

Não sendo o envelhecimento em si, a causa do desconforto e da desilusão, mas sim, o não encontrar espaço onde possa se encaixar

Pode-se observar essa realidade na pesquisa de Ávila, Guerra e Meneses (2007, p. 11):

E é precisamente desta tensão indivíduo x sociedade que se alimentam as representações sociais, o lugar da ambivalência, o lugar do oposto convivendo juntos. Portanto, entendemos que a idade e, principalmente, a velhice se reconhece no outro (fala da M.), mas não em si, se reconhece na função do corpo, mas não no percurso do tempo vivido.

Por fim, a velhice é determinada por um processo contínuo de *desconstrução*, vivenciados “no corpo, no social e no próprio *self*”. Assim, o papel a

ser desenvolvido no processo clínico do envelhecimento visa “oferecer e sustentar lugar e ambiência necessários para o encontro humano”, ou seja, favorecer o sonho do fim último, como também ser espaço de interlocução aos balanços existenciais, a atualização daquilo que não foi, para que se possa vir a ser” (Genaro Junior, 2014, p. 71).

Finaliza-se com a frase de Helô na postagem “Luz e Sombra”:

“Um dia é igual ao outro. Mas acordamos diferentes. Nosso olhar, e nossa percepção estão diferentes. Ainda bem que amanhã poderemos acordar com um dia radiante.”

Evidencia-se com este trabalho a importância do que Altman (2011) nos aponta que acerca dos estudos psicanalíticos sobre o envelhecimento. Os precursores elaboraram seus estudos com uma variável pequena, em relação à idade (idosos eram considerados a partir dos cinquenta anos), e eram minoria, pois muitos foram acometidos por doenças, guerras, e acabavam morrendo precocemente.

Desta forma, este trabalho propicia novas possibilidades e debates sobre a prática clínica do psicólogo e as consequências e efeitos presentes na experiência do envelhecimento.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ABRAHAO, Emily de Souza. **O desvelar da velhice: as contribuições da psicanálise na busca de sentidos para a experiência do envelhecer**. Rev. SPAGESP, Ribeirão Preto, v. 9, n. 1, p. 45-51, jun. 2008. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-29702008000100008&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 19 mar. 2017.

ALTMAN, Miriam. **O envelhecimento à luz da psicanálise**. J. psicanal., São Paulo, v. 44, n. 80, p. 193-206, jun. 2011. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-58352011000100016&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 19 mar. 2017.

ÁVILA, A. H., GUERRA M. & MENESES M. P. R. (2007). **Se o velho é o outro, quem sou eu? A construção da auto-imagem na velhice**. Pe7nsamento Psicológico, 3(8), 7-18. Disponível em: www.redalyc.org/articulo.oa?id=80130802. Acesso em: 20 de abril de 2017.

DIAS, Elsa Oliveira. **A teoria winnicottiana do amadurecimento como guia da prática clínica**. Nat. hum., São Paulo, v. 10, n. 1, p. 29-46, jun. 2008. Disponível

em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-24302008000100002&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 19 mar. 2017.

FIGUEIREDO, Luís Claudio; MINERBO, Marion. **Pesquisa em psicanálise: algumas ideias e um exemplo**. J. psicanal., São Paulo, v. 39, n. 70, p. 257-278, jun. 2006. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-58352006000100017&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 19 abr. 2017.

GENARO JUNIOR, Fernando. **Aspectos fundantes na clínica do envelhecimento: o ambiente, o cuidado e o Telos**. Psicologia Revista. Revista da Faculdade de Ciências Humanas e da Saúde. ISSN 1413-4063, [S.l.], v. 23, n. 1, p. 51-74, jul. 2014. ISSN 1413-4063. Disponível em: <<https://revistas.pucsp.br/index.php/psicorevista/article/view/20214/15035>>. Acessado em: 11 maio 2017.

HELOISA, **Blog da Vovó...Mas não só. (2008)**. Disponível em: <http://blogdavovohelo.blogspot.com.br/>.

IRIBARRY, Isac Nikos. **O que é pesquisa psicanalítica?**. Ágora (Rio J.), Rio de Janeiro, v. 6, n. 1, p. 115-138, 2003. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-14982003000100007&lng=en&nrm=iso>. Acessado em 19 mar. 2017. <http://dx.doi.org/10.1590/S1516-14982003000100007>.

MALUHY, Bruna Ballan; GENARO JUNIOR, Fernando. **Reflexões sobre velhice e o verdadeiro self: relato de experiência**. Rev. SBPH, Rio de Janeiro, v. 16, n. 2, p. 42-53, dez. 2013. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-08582013000200004&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 14 outubro de 2017.

NAFFAH NETO, Alfredo. **A pesquisa psicanalítica**. J. psicanal., São Paulo, v. 39, n. 70, p. 279-288, jun. 2006. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-58352006000100018&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 10 dez. 2017.

PORTAL BRASIL. **Em 10 anos, cresce número de idosos no Brasil**. Disponível em: <http://www.brasil.gov.br/economia-e-emprego/2016/12/em-10-anos-cresce-numero-de-idosos-no-brasil>. Acesso em 11 de maio de 2017.

REBELATTO, J. R.; MORELLI, J. G. S. (2005). **Fisioterapia geriátrica: a prática da assistência ao idoso**. São Paulo: Barueri, 2004.

SCHULTE, A. A.; GALLO-BELLUZZO, S.R.; AIELLO-VAISBERG, T. M. J. **Postagens em blogs pessoais: aproximação do acontecer humano em pesquisas psicanalíticas**. Psicologia Revista, v. 25, p. 227-241, 2017.

SILVA, Clarice Moreira da; MACEDO, Mônica Medeiros Kother. **O Método Psicanalítico de Pesquisa e a Potencialidade dos Fatos Clínicos**. Psicol. cienc.

prof., Brasília, v. 36, n. 3, p. 520-533, 2016. Disponível em:
<http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932016000300520&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 01 de dezembro 2017.
<http://dx.doi.org/10.1590/1982-3703001012014>.

SILVA, Denise Quaresma da. **A pesquisa em psicanálise: o método de construção do caso psicanalítico**. Estud. psicanal., Belo Horizonte, n. 39, p. 37-45, jul. 2013. Disponível em
<http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-34372013000100004&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 01 dez. 2017

WINNICOTT, D. W. **A Família e o Desenvolvimento Individual**. São Paulo: Martins Fontes. 1993.

WINNICOTT, D. W. (1979) **O Ambiente e os Processos de Maturação**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1983.

Z Aidan, G. M. C **Um envelhecer peculiar do idoso na perspectiva psicanalítica freudiana**. (2017) Disponível em
<http://www.unicamp.br/iel/site/alunos/publicacoes/textos/e00009.htm>. Acessado em: 14 de outubro de 2017.