

EXPERIÊNCIAS DE ENVELHECIMENTO MASCULINO

Roana de Jesus Braga

Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho" (UNESP)

Mariele Rodrigues Correa

Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho" (UNESP)

Recebido em: 07/04/2020

1ª revisão em: 02/07/2020

2ª revisão em: 03/11/2020

Aceito em: 12/05/2021

RESUMO

O presente estudo analisou os sentidos que homens participantes do programa Universidade Aberta à Terceira Idade (UNATI) da Universidade Estadual Paulista (UNESP), campus de Assis-SP, atribuem ao envelhecimento. O objetivo principal foi compreender as transformações vividas no processo de envelhecer e as contribuições da UNATI em possíveis mudanças e ressignificações da velhice. Para tanto, foram realizadas 11 entrevistas individuais e semiestruturadas com participantes entre 59 e 79 anos. Através da Análise de Conteúdo foi possível compreender a importância que esses homens despendem ao cuidado com a saúde do corpo, da mente e em se manterem inseridos socialmente. Além disso, aspectos da masculinidade e da aposentadoria apareceram como influenciadores nas vivências da velhice.

Palavras-chave: envelhecimento; masculinidade; universidade aberta à terceira idade.

MALE AGING EXPERIENCES

ABSTRACT

The present study details the meanings that seniors' men, which participate of "Open University to Third Age" (UNATI), promoted by Universidade Estadual Paulista (UNESP), located at Assis, state of São Paulo, give to the aging process. The main objective was to understand the experiences of aging transformations and the contributions of UNATI at the possible changings and reframing the meanings caused by aging. For this purpose, were made eleven individual interviews, semi-structured, with 59 to 79 old men. From the Content Analysis, it is possible to understand the importance that such kind of men gives to the care of the body and the mind, to be recognized and valuable by society, as well keeping their masculinity behavior and retirement, which influences their seniority life's experiences.

Keywords: aging process; masculinity; university open to third age.

EXPERIENCIAS DE ENVEJECIMIENTO MASCULINO

RESUMEN

El presente estudio analizó los significados que los hombres participantes del proyecto Universidad Abierta de la Tercera Edad (UNATI), de la Universidad Estadual Paulista (UNESP), campus de Assis-SP, atribuyen al envejecimiento. El objetivo principal fue comprender las transformaciones vividas. En el proceso de envejecer y las contribuciones del proyecto UNATI en posibles cambios y reinterpretaciones de la vejez. Para eso, fueron realizadas 11 entrevistas individuales y semi-estructuradas con participantes del proyecto entre 59 y 79 años. Por medio del análisis de contenido fue posible comprender la importancia que estos hombres dan al cuidado con la salud del cuerpo de la mente y del permanecerse socialmente insertado, bien como aspectos de masculinidad y de la jubilación que influyen en las experiencias de la vejez.

Palabras clave: envejecimiento; masculinidad; universidad abierta a la tercera edad.

INTRODUÇÃO

A temática do processo de envelhecimento populacional no Brasil vem sendo amplamente divulgada nos últimos anos (Fonseca, 2016; Fragoso & Mayor, 2017; Pinto & Neri, 2017). Os dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2018) apontam que entre 2012 e 2017 ocorreu um crescimento de 18% no número de idosos no país. Em 2012 havia 25,4 milhões de pessoas acima de 60 anos e em apenas cinco anos esse índice aumentou para 30,2 milhões. A Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS, 2018) estima que a população brasileira com mais de 60 anos aumentará 22% no período entre 2015 e 2050.

Os dados demográficos sinalizam a necessidade de refletir sobre as condições de vida das pessoas idosas no Brasil. Também alertam para a importância de se implementar, de forma efetiva, ações intersetoriais para proporcionar um envelhecimento digno. E para pensar em iniciativas de intervenção junto aos mais velhos, é necessário atentar para as potencialidades da idade avançada. A OPAS (2018) salienta a importância de ações que promovam um envelhecimento digno, com autonomia, com acesso a iniciativas de promoção em saúde e novos aprendizados, combatendo o preconceito e a discriminação etária.

Uma das iniciativas que visam à promoção desse ideário de envelhecer são as Universidades Abertas à Terceira Idade. Em 1960, a França foi pioneira ao instituir as “Universidades de Tempo Livre” com o objetivo inicial de criar um espaço de ocupação do tempo livre dos idosos e aposentados com atividades educativas e de lazer. Nesta época, meados do século XX, a imagem da velhice era associada ao fim da vida laboral e ao consequente isolamento social do idoso. Assim, a proposta dessas universidades também tinha como objetivo ampliar a rede afetiva dos mais velhos (Navarro & Cilleros, 2017; Oliveira, 2012).

Tal iniciativa se mostrou exitosa e o modelo de Universidade Aberta para a Terceira Idade se expandiu para outros países. No Brasil, foi criado em 1982 o primeiro grupo universitário de convivência para idosos na Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC) chamado de Núcleo de Estudos da Terceira Idade (NETI). Posteriormente, surgiram outros programas voltados à população idosa pelo território brasileiro. Atualmente, estima-se que existam mais de 200 programas em nosso país e em sua maioria estão ligados à extensão universitária. Cada programa possui especificidades, pois as instituições de ensino superior têm autonomia para decidir seus objetivos, estruturas e conteúdos disponibilizados. E são diversificadas também devido a suas visões a respeito do processo de envelhecimento e da educação voltada para a velhice (Cachioni & Ordóñez, 2017).

Na Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho” (UNESP), campus Assis, local em que essa pesquisa foi desenvolvida, há uma Universidade Aberta à Terceira Idade (UNATI), que foi fundada em 1994 e atualmente está vinculada à Pró-Reitoria de Extensão da UNESP. A programação de atividades da UNATI-Assis

conta com uma variedade de cursos de línguas estrangeiras e oficinas, tais como, esporte (oficina a qual são realizados diversos exercícios e jogos, não sendo dividido por modalidade esportiva), yoga, informática, alimentação saudável, teatro, artesanato, rodas de conversa, dentre outras, para pessoas com mais de 60 anos. Todas as atividades são gratuitas e ministradas por estudantes universitários, professores do ensino superior, servidores técnicos-administrativo ou pessoas da comunidade local.

Os cursos e oficinas oferecidos pela UNATI-Assis procuram fomentar a promoção do envelhecimento ativo, tal como preconizam importantes legislações como o Estatuto do Idoso (2003) e a Política Nacional do Idoso (1994), a nível nacional, e em organizações internacionais como as Assembleias Mundiais do Envelhecimento da ONU (Organização das Nações Unidas) de Viena (1982) e Madri (2002) (Camarano & Pasinato, 2004). De acordo com Cachioni e Ordonez (2017), as Universidades Abertas à Terceira idade promovem o envelhecimento ativo pois estimulam os idosos a realizarem antigos projetos de vida, explorando novas possibilidades de aprendizagens e vínculos. Também contribuem para que os mais velhos reflitam sobre aspectos de suas subjetividades e fomentem a participação social, produzindo protagonismos e exercício de cidadania (Correa & Justo, 2017).

Um ponto importante acerca da promoção do envelhecimento ativo é a necessidade de reconhecer a velhice como sendo heterogênea, por mais que haja semelhanças. As iniciativas voltadas para a velhice precisam levar em consideração essa heterogeneidade, dando voz para o idoso opinar sobre as diretrizes e ações implementadas nos programas voltados para a terceira idade. Entre a pluralidade dos indivíduos é fundamental garantir que os idosos tenham apoio e recursos para tomarem suas próprias decisões e explorar suas potencialidades. Os programas ofertam suporte, mas cabe a cada pessoa definir sua trajetória, seja ela atrelada ao engajamento ou não a iniciativas voltadas à terceira idade (Pinto & Neri, 2017). Nesse percurso plural, é significativo ter apoio diante de tantos caminhos e problemáticas, os quais Erikson (1998) aponta como emergentes do ciclo da vida.

Para Erikson (1998), a velhice pode ser uma época de possibilidades de novas realizações. O autor apresenta o conceito de ciclo da vida que instiga a pensar o desenvolvimento humano como um processo contínuo, não havendo uma fase mais importante. Ele dá relevância para como as pessoas vivenciam as problemáticas e desafios que costumam fazer parte de todas as fases da vida, valoriza a vivência qualitativa do tempo e não estabelece uma duração cronológica para cada fase. Essa visão do autor rompe com estigmas que apresentam a idade mais avançada como uma época de decadência e impotência (Castro & Camargo, 2017).

Erikson (1998) afirma, ainda, que as problemáticas características da velhice podem aparecer em qualquer época da vida, contudo, nessa fase se revelam mais

intensas. Trata-se de um período em que a pessoa faz um balanço, uma reflexão sobre as conquistas e desilusões vivenciadas ao longo da vida, devido às mudanças que são apresentadas com o tempo, por exemplo: o término da vida profissional, a saída dos filhos de casa e as mudanças físicas da idade.

A crise psicossocial ou o conflito do ego que Erikson (1998) afirma caracterizar a velhice é a "integridade" versus o "desespero". A "integridade" se desenvolve como uma defesa perante o "desespero" diante das perdas e mudanças que a idade avançada proporciona. Para tanto, ele considera como base para refletir sobre esse conflito a soma (parte biológica da constituição do corpo), a psique (sistema psíquico) e o etos (interação das pessoas com a organização cultural). Por isso, destacamos a importância de programas voltados à terceira idade, pois eles podem fortalecer a "integridade" do sujeito para lidar com as vicissitudes da velhice por meio de vivências reflexivas, intelectuais, sociais, culturais e artísticas.

O envelhecimento é um processo no qual ocorre uma série de transformações no corpo e na rotina do idoso que produzem um impacto na subjetividade, nos relacionamentos sociais, dentre outros (Góis, Santos, & Araújo, 2020). Essas mudanças afetam questões edificantes da masculinidade, interferindo no modo como os homens lidam com a "integridade versus o desespero" apresentado pela teoria de Erikson (1998). Diante dessas questões, o objetivo deste estudo foi analisar os sentidos e significados que os homens atribuem ao processo de envelhecimento e compreender quais são as contribuições do programa Universidade Aberta à Terceira Idade (UNATI) da Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho" (UNESP), campus Assis, no envelhecer de cada um.

METODOLOGIA

PARTICIPANTES

A pesquisa contou com 11 (onze) homens participantes do projeto de extensão da UNATI da UNESP de Assis, selecionados pelo critério de conveniência. No período em que a pesquisa foi desenvolvida, havia um total de 55 homens formalmente matriculados, dado que variou de acordo com a realização de novas matrículas e com a desistência de alguns participantes em frequentar a UNATI no decorrer do ano.

Entre os participantes deste estudo havia, entre eles, diferentes escolaridades, porém, todos eram alfabetizados e apenas um possuía ensino superior completo. A faixa etária compreendia idades entre 59 e 79 anos e todos estavam aposentados. Entre os entrevistados, dez eram casados, um era viúvo e apenas um não possuía filhos ou enteados.

INSTRUMENTOS

O instrumento de coleta de dados consistiu em um roteiro de entrevista semiestruturada com 16 perguntas abertas e um questionário fechado, sendo esse último elaborado com o objetivo de realizar um levantamento do perfil dos participantes, tais como, idade, estado civil, número de filhos, graus de escolaridade etc. Já as questões abertas abrangiam perguntas relativas aos sentidos atribuídos ao processo de envelhecimento; a expectativas e desejos com relação a essa época da vida; às dificuldades no envelhecimento; às diferenças entre o envelhecimento feminino e masculino; à experiência da aposentadoria e às influências da UNATI em suas vidas.

PROCEDIMENTOS DE COLETA

A pesquisa foi amplamente divulgada durante as aulas oferecidas pela UNATI. Os interessados em participar foram orientados sobre os objetivos do estudo e o sigilo das informações fornecidas por eles. As entrevistas ocorreram nas dependências da Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho” (UNESP), campus Assis, em local seguro e reservado para garantir a privacidade dos participantes. As respostas foram gravadas em áudio e posteriormente transcritas na íntegra, substituindo-se os nomes por números. As entrevistas tiveram duração entre 15 e 40 minutos, a depender de cada colaborador do estudo. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa, com o parecer número 2.928.838, de 01 de outubro de 2018.

ANÁLISE DOS DADOS

Para a análise dos dados, foi utilizada a Análise de Conteúdo (Bardin, 2009). Essa ferramenta metodológica contribuiu para compreender e entender significações e produções de sentidos nas falas dos participantes. Ademais, auxiliou na organização dos conteúdos emergentes no discurso, por meio da estruturação de um grupo de elementos do mesmo tema. Os dados foram discutidos à luz de autores da Gerontologia e da Psicologia do Desenvolvimento Humano (Côrte, Goldfarb, & Lopes, 2009; Erikson, 1998; Fonseca, 2016; Rodrigues, Rauth & Terra, 2016).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados, à luz da análise de Conteúdo de Bardin (2009), foram agrupados a partir de quatro categorias dominantes, levando-se em conta os sentidos do envelhecimento para os entrevistados e as possíveis contribuições da UNATI no envelhecer. As categorias são: a) a interação geracional e intergeracional que a UNATI proporciona, b) envelhecimento e cuidados que os homens mantêm com a saúde, c) masculinidades e a prática de esportes na velhice e d) experiências de aposentadoria e novos projetos de vida.

As categorias apresentadas, que foram elaboradas a partir da análise de conteúdo das respostas dos entrevistados, confirmam a hipótese inicial de que a

UNATI não seria apenas um espaço de ensino, pois o programa detém um distinto potencial de socialização e construção de vínculos. A interação geracional e intergeracional vivenciada pelos participantes proporciona uma rede de apoio constante contra as angústias da solidão, que por vezes estão presentes, além de ser suporte para um amparo afetivo frente aos desafios da aposentadoria e da estagnação e desânimo frente aos cuidados com o corpo e a saúde. Tais achados estão em consonância com pesquisas semelhantes, como a realizada por Góis et al. (2020) junto a homens idosos participantes de um grupo de convivência e de Santos e Souza (2015) também com um grupo de homens com idade entre 61 e 81 anos.

É possível inferir que as várias mudanças que acontecem na velhice produzem no sujeito a demanda por buscar novas iniciativas para manter a “integridade”, no sentido eriksoniano. Logo, a UNATI pode ser um espaço para o idoso lidar com algumas de suas angústias, geralmente ocasionadas por perdas, mudanças e incertezas em relação ao futuro (Kreuz & Franco, 2017).

A partir desse estudo qualitativo, foi possível elencar temas e reflexões relevantes para o campo da Psicologia. A seguir, as categorias serão analisadas e discutidas de forma mais detalhada.

RELAÇÕES INTERGERACIONAIS

Para Bosi (2007), uma das principais funções da pessoa idosa é ser a memória do grupo familiar e social. A velhice seria uma época da vida privilegiada para compartilhar e transmitir conhecimentos para as gerações mais jovens, além de ser uma fase propícia para transitar entre o tempo da memória e a atualidade. A autora afirma que essa memória, “para quem sabe ouvi-la, é desalienadora, pois contrasta a riqueza e a potencialidade do homem criador de cultura com a mísera figura do consumidor atual” (Bosi, 2007, p. 82).

No caso da UNATI, a escuta da memória por meio do contato intergeracional pode ser um dispositivo potente para o desenvolvimento dos idosos e dos jovens universitários que ministram as aulas e oficinas do programa de Assis. Porém, para isso, é necessário haver disponibilidade de ambas as partes para se estabelecer uma relação dialógica entre gerações. O entrevistado 1, por exemplo, afirma que sente liberdade para expor suas experiências e opiniões na UNATI e valoriza esses momentos de interação. Para ele, algumas pessoas são mais inflexíveis no contato com o outro, não abrindo possibilidade para debates ou diálogos, e essa postura pode gerar entraves no relacionamento intergeracional.

O entrevistado 2 fala sobre como é agradável e importante a troca de histórias e de experiências proporcionadas pelosicineiros de uma das atividades da qual participa. Essa troca ocorre devido ao fato de que esses jovens se dispõem a ouvir os mais velhos de uma forma respeitosa e com uma proximidade afetiva. Algo importante a se mencionar é que nenhum entrevistado apontou dificuldades em dialogar com os mais jovens universitários que ministram

atividades na UNATI. Esse fato acaba por constituir um espaço significativo, no qual ambas as partes usufruem de benefícios. Nas palavras do entrevistado 2:

É uma) turminha que parece que eles têm a nossa idade. Eles convivem com nós (sic), então, eles se põem lá na nossa idade. Eles querem saber como nós éramos, como começamos, contar as histórias de quando nós fomos jovens, de criança. Como é que eram os brinquedos. Então, por isso que eu gostei dessa aula. Eu fui a primeira vez pra ver como é que era. Eu não perdi nenhuma aula, porque quando eu gosto, eu continuo sabe, coisa boa, né? Então, eu fico muito bem.

Manter a interação social foi o principal motivo para o entrevistado 7 procurar a UNATI, uma vez que, com a aposentadoria, o falecimento da esposa e a saída dos filhos de casa para construir suas famílias, ele acabou sofrendo um certo isolamento social. O entrevistado 7 disse, ainda, na entrevista, que não foi muito participativo na criação dos filhos. Na velhice, refletiu melhor sobre seu posicionamento enquanto pai e tentou se aproximar mais da família. No entanto, de acordo com ele, não foi possível estreitar os vínculos familiares devido à nova rotina de trabalho dos filhos. Uma possível saída foi procurar a UNATI para expandir seu círculo social, mesmo possuindo dificuldades de saúde e locomoção:

Eu era muito sedentário, eu procuro me entrosar com o pessoal, porque as amizades que eu tenho aqui são muito importantes para mim. Meus filhos, uma é casada e tem um menino, o outro é casado e tem dois garotos. Então, eles têm a vida deles e durante o dia, eles trabalham, vão para o serviço deles, quando voltam para casa, tem que cuidar da esposa, do filho, e cuidar de alguma coisa. O que acontece? Praticamente, eu fico isolado. Eu precisava, eu preciso de mais amizade, ter mais contato, que nem eu falei, eu estou com isso daqui e participo do GEMA (Ginásio Municipal de Esportes de Assis), no vôlei adaptado lá no centro (da cidade). Eu preciso ter mais, ocupar mais meu dia. Fazer isso aqui, graças a Deus que tem isso daqui, se eu pudesse me encaixar em mais atividades para mim seria melhor.

De acordo com esse entrevistado, a interação do idoso com a comunidade proporciona sensação de bem-estar. Para ele, a postura e o modo de comportamento da pessoa idosa interferem muito na possibilidade de construir novos vínculos sociais:

Porque, vamos supor, se pegar um velho chato, ele vai ser atendido, mas com uma 'ressalvazinha'. Vamos supor, estou fazendo a entrevista e começo carrancudo, a te tratar mal, você vai conversar do mesmo jeito que tá conversando, agora normalmente? Você pode conversar, mas não vai aceitar, entendeu? Então, não concordo com isso não. Eu tento tratar

bem todo mundo sempre. Existe um chato? Existe, mas vamos supor, chega num posto de atendimento e tratar mal os enfermeiros, eles vão te atender, mas vão dar um chega pra lá em você. Trata bem, conversa normal, que você vai ser atendido como os outros que estão esperando.

Construir laços intergeracionais, conforme destacado em algumas falas dos entrevistados, demanda uma disponibilidade para estar com o outro. Nem sempre esse contato entre gerações é pacífico e sem conflitos porque muitas vezes o imaginário social é permeado de preconceitos e estereótipos relacionados às idades, o que é chamado na literatura científica de ageísmo. O ageísmo refere-se à intolerância relacionada à idade, em que qualquer faixa etária pode ser discriminada, podendo acompanhar as mudanças das representações sociais das fases da vida (Couto, Koller, Novo, & Soares, 2009; Fernandes-Eloi, Silva, & Silva, 2020).

Para Ferrigno (2013) há uma série de fatores contribuindo para o distanciamento entre as gerações, em que ambos ocupam espaços reservados para sua idade, por exemplo: as creches, escolas, escritórios e asilos. Um dos fatores favorecendo esse distanciamento é o crescimento das cidades juntamente com o desenvolvimento tecnológico que proporcionam entretenimentos voltados para nichos de pessoal.

Nessa conjectura ocorreu a nuclearização familiar, proporcionando o distanciamento dos avós e mais velhos das novas gerações. A consolidação de novos valores que preconizam a juventude em detrimento dos mais velhos instiga o jovem a investir na auto referência (Peralva, 1997). Esses fatores dificultam o estabelecimento de relações intergeracionais e distanciam cada vez mais os jovens e os idosos. Para o desenvolvimento de uma relação intergeracional seria necessário promover espaços que propiciassem esse encontro e a alteridade (Santos, 2019). Para Tarallo, Neri e Cachioni (2017), o desenvolvimento de atividades e projetos entre gerações seria fundamental para a diminuição de atitudes negativas entre diferentes segmentos etários.

Para Goldani (2010), uma das formas de se combater o ageísmo no Brasil seria por meio do fomento de programas educacionais, como por exemplo, os programas das Universidades Abertas à Terceira Idade, que contribuem para desconstruir estereótipos e preconceitos entre gerações e auxiliam no fortalecimento de vínculos sociais mais solidários.

A socialização, seja ela geracional ou intergeracional, é um aspecto relevante nesses programas voltados para a terceira idade, permitindo a edificação da sensação de pertencimento à comunidade (Correa & Justo, 2017; Pereira, Santos, Moura, Pereira, & Landim, 2016). Para o entrevistado 3, a interação social é ponto fundamental na velhice. Ele afirma que existem poucas possibilidades de socialização para o idoso, sendo a UNATI um espaço privilegiado:

(Para mim, é importante) manter a comunidade, a interação. Interação com o povo. Aqui a gente grita, brinca, né? E sempre está em comunidade, porque se tem alguma coisa, algum programa para fazer, você descobre. Se tem um passeio, você descobre. Se tem um churrasco, você descobre. E aí está junto. Se não, fica "isoladinho".

Já para o entrevistado 10, participar da UNATI é ter a possibilidade de entrar no ambiente universitário, o que para ele era difícil e impensável de realizar, ainda mais na velhice. Em suas palavras:

Ah, eu acho muito importante, porque a gente tem a universidade. Antigamente eu tinha como um tabu. Pensava: nossa, só tem gente culta, vou chegar lá, eu vou me sentir meio fora, mas não, aqui eu me sinto muito bem. Eu me sinto um de vocês, então, a gente se integrou tão bem (...). Eu sinto que fiz boas amizades. Tá ótimo, acho que isso aqui foi um projeto que foi criando pra dar certo, entendeu? Eu espero que nunca acabe. Eu posso até acabar, mas o projeto deve continuar sempre né? Eu já estou no terceiro ano participando.

Para além do ensino e aprendizagem a UNATI auxilia no empoderamento do idoso, ou seja, incentiva o desenvolvimento de suas potencialidades e cultiva sua geratividade, conceito formulado por Erikson (1998). Para o autor, na velhice é importante que a pessoa idosa tenha espaço para contribuir e expressar sua preocupação não somente com a família, mas "com o futuro da humanidade, do mundo e com a vida, de modo geral" (Lima, Coelho, & Günther, 2011, p. 263), deixando um legado simbólico que possa ser apropriado pelas outras gerações.

De acordo com Oliveira, Scortegagna e Oliveira (2015), o conhecimento é utilizado como forma de empoderamento, em especial aos idosos, para alcançar o equilíbrio social. No exemplo dessa pesquisa percebe-se que a sabedoria e as memórias são fontes de ensinamento para os professores e oficinairos da UNATI de Assis e há uma valorização do vínculo intergeracional. O programa promove encontros que são importantes para manter os mais velhos integrados socialmente, sendo essas relações valorosas para auxiliar a lidar com várias dificuldades na velhice, como o isolamento. Para os participantes do estudo, o programa é significativo na promoção de aprendizagens e na construção de vínculos sociais.

ENVELHECIMENTO, MASCULINIDADE E CUIDADOS COM A SAÚDE

A sociedade ocidental, historicamente, cria padrões e definições sobre o que é ser homem e muitos desses atributos veiculam uma imagem permeada de privilégios, em que ele possui mais poderes em relação às mulheres (Badinter, 1993). O homem julga-se capaz de ser a figura dominante por ter algo a mais que é exemplificado por Badinter (1993) da seguinte forma: "ele se julga mais

forte, mais inteligente, mais corajoso, mas responsável, mais criativo ou mais radical” (Badinter, 1993, p. 6). A tentativa de se encaixar nesses ideais e atributos de masculinidade pode gerar diversas consequências, como sofrimento psíquico, sentimento de inadequação e, dentre outros, comportamentos de negligência com a saúde, no intuito de se apresentar como forte e viril (Vinuto, Abreo, & Gonçalves, 2017).

Na tentativa de seguir ideais de masculinidade, muitas vezes, os homens sentem dificuldades em expressar suas próprias necessidades. Por isso, no entender de Figueiredo (2005), eles acabam por não participar dos cuidados primários de saúde para evitar demonstrar fraquezas e prejudicar sua imagem social de virilidade ao demonstrar sentir dores. Burille, Gerhardt, Lopes, & Dantas (2018), em pesquisa com homens idosos portadores de doenças cardiovasculares, constatou que o ideário de masculinidade pode acarretar prejuízos à saúde física, mental e social, especialmente no processo de envelhecimento. De acordo com os pesquisadores, os cuidados em saúde do homem são prejudicados por estereótipos de gênero, pois o sentido de cuidar estaria mais relacionado ao feminino.

Uma das possíveis consequências de atitudes como as descritas anteriormente pode estar no fato de que o homem possui menor expectativa de vida do que as mulheres. De acordo com dados apresentados por Neri (2008), as mulheres possuem uma esperança de vida ao nascer de nove anos a mais do que os homens e “aos 60 anos, é cerca de quatro anos maior do que a masculina” (Neri, 2008, p. 87). A menor expectativa de vida do homem em relação à mulher está atrelada, dentre outros motivos, ao fato de que eles se colocam mais em situações de risco e apresentam hábitos nocivos, como o consumo de álcool e tabaco (Paschoal, 2006).

Outro ponto se refere ao fato de que os homens não costumam aderir a medidas de atenção à saúde física e psicológica. Para Figueiredo (2005) há vários fatores que contribuem para essa realidade. Por um lado, há interferência de características ligadas à identidade masculina e, por outro, eles preferem utilizar serviços de atendimento mais rápidos, como as farmácias ou pronto-socorro. Assim, a baixa adesão à medicina preventiva e ao atendimento primário de saúde não depende totalmente da irresponsabilidade dos homens ou dos modelos que disponibilizam esse cuidado, pois, essa temática é uma complexa teia de relações que envolve três dimensões: os homens perante as problemáticas da vida, a organização dos serviços de saúde e a vincularidade entre homens e o serviço (Figueiredo, 2005).

Para Rangel, Monteiro, e Moraes (2017), apesar de haver uma Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem, lançada em 2009 pelo Ministério da Saúde, ainda há uma forte barreira cultural que faz com que os homens negligenciem os cuidados preventivos em saúde. Tal aspecto pode estar relacionado a uma reafirmação de um ideário de masculinidade, como também

pela pressão social que sentem em terem que dedicar a maior parte de seu tempo ao trabalho.

No caso de nossa pesquisa, apenas um entre 11 participantes afirmou não se preocupar em cuidar da saúde, mas, por outro lado, relata algumas práticas realizadas por ele, que são formas de cuidado com a saúde. Disse que ingere todos os alimentos de que sente vontade e não faz exames preventivos. Porém, ele frequenta a oficina de esportes, o que pode ser entendido como uma forma de se atentar ao corpo. Pode-se inferir que cuidar da saúde não seja sua prioridade, contudo ele cuida indiretamente em suas práticas do cotidiano. Quando perguntado sobre os cuidados com a saúde, ele respondeu da seguinte forma:

(risos) Isso é o pior. Ah, eu praticamente não cuido. Carne, por exemplo, tem as carnes gordas. Magra eu não gosto de nenhuma. Gosto de Gordura mesmo. E comida normal, o que tiver: arroz, feijão e fruta, então, eu como de tudo e graças a Deus nunca me fez mal.

Para o entrevistado 6, a UNATI seria um espaço privilegiado para cuidar da saúde física e mental. Ele reconhece as mudanças decorrentes do processo de envelhecer como a diminuição da mobilidade física e dos vínculos sociais:

Porque quando pessoas idosas ficam paradas, trava tudo, né? Fica uma pessoa inútil. A gente não pode ficar parado assim, tem que fazer alguma coisa. Exercício para não ficar bloqueado, para não parar a mente e a cabeça, por isso nós começamos a fazer essa atividade aqui. É muito bom isso daqui.

De acordo com esse colaborador da pesquisa é necessário tomar alguns cuidados ao adentrar a velhice para que ela continue potente de novas realizações. Esse foi um dos poucos entrevistados que mencionou o cuidado com a saúde mental. Para ele, é importante não se estagnar na velhice, mas sim buscar estimular o corpo e a mente. Na velhice, há uma série de perdas a serem enfrentadas, que podem gerar sentimento de desespero (Erikson, 1998) perante essa fase da vida. Contudo, lidar com as mudanças é edificante para a constituição do sujeito, sendo problemática a estagnação e o retrocesso perante essas vicissitudes (Erikson, 1998).

O entrevistado 8 diz ser natural ter alguns problemas de saúde durante a velhice, mas a diferença estaria no modo como cada pessoa lida com esse processo. Para ele é importante se cuidar e manter-se integrado perante os problemas que aparecem. Quando questionado sobre seus projetos de vida, ele respondeu da seguinte forma:

Envelhecer com saúde é meio difícil, mas meu projeto de vida é sempre me manter em atividade e colocar o cérebro para funcionar. Procuo dizer: a mente sempre tem que estar em

atividade, porque quanto mais você se prostra, pior. Então, eu quero envelhecer com dignidade, não como essas pessoas encostadas, que ficam encostadas na cadeira, sem fazer nada. Meu projeto é envelhecer e até o último dia ser ativo.

Alguns homens possuem medos, vergonhas e receios de que sua masculinidade seja afetada, construindo uma barreira intrapessoal que dificulta os cuidados com a saúde. Exames e procedimentos que envolvam o toque ou expor o corpo podem intensificar seus receios em prejudicar a sua imagem enquanto homem heterossexual (Borges, & Seidl, 2012; Rangel, Moraes, & Castro, 2017). Mas para o entrevistado 3 isso não seria um problema, pois considera importante cuidar de sua saúde:

Entrevistadora: Quais são os cuidados que você mantém com a saúde?

Eu faço exame periódico, tomo medicamento, eu me cuido tudinho. Se eu sinto alguma coisa, já vou no médico, não deixo pra depois.

Entrevistadora: Você tem algum problema em ir no médico?

Não. Eu pra mim. Faço o exame de próstata todo ano. Não tô nem aí. Não tenho medo não.

Os participantes da pesquisa, com exceção de um, demonstram se importar em fazer exames periodicamente como uma forma de autocuidado, não se deixando influenciar pelo que outras pessoas falam sobre os cuidados com a saúde. Para o entrevistado 11:

Ah, eu estou me cuidando, passo no médico. Estou sempre cuidando da saúde. Estou correndo atrás, sabe? Não deixo me atingir quando falam, "ah, você vai lá no médico e vai achar uma coisinha a mais que você precisa cuidar". Todo ano eu vou, e tem exame que eu faço duas vezes no ano, sabe? Tem que cuidar né? Tem que cuidar.

O entrevistado 11 apresenta em sua fala alguns estigmas relacionados ao autocuidado, especialmente com relação ao fato de ser homem. Para ele, procurar um médico estaria associado a buscar doença, mas na realidade a prevenção é uma forma de autocuidado que promove qualidade de vida. A imagem do autocuidado associada ao feminino também dificulta com que os homens realizem exames de rotina (Burille et al., 2018). Ainda que os participantes desse estudo cuidem da saúde e façam exames preventivos nota-se que eles sentem o impacto do olhar e da fala de outras pessoas que propagam um modelo de masculinidade viril e até tóxica. Sobre o assunto, Moura (2019, p. 127) afirma que:

Geralmente o termo "masculinidade tóxica" é usado para se referir a uma coleção vagamente interligados de normas,

crenças e comportamentos associados com a masculinidade, que são prejudiciais para as mulheres, homens, crianças e sociedade em geral, ao qual a própria defesa da masculinidade é ligada à virilidade tóxica.

Outro exemplo que reflete padrões de masculinidade aparece na fala do entrevistado 10, segundo o qual os homens teriam maior dificuldade em assumir suas fraquezas e erros. Para ele, essa seria uma das diferenças entre os homens e as mulheres, porque elas se preocupariam mais com o próprio bem-estar e em fortalecer vínculos. Em suas palavras:

Elas parecem que pensam mais na convivência. Eu não sei, o homem é uma pessoa que tem medo de 'pagar mico', passar vergonha. Eu não penso assim (...). E o homem é orgulhoso, porque fala "ah, eu vou lá (na UNATI), eu não vou saber fazer uma coisa e todo mundo vai dar risada". Mas eu não, não estou nem aí. Eu vou. A gente tem que pecar por, como é que fala? Por excesso, nunca por negligência.

Foi possível notar que sair de casa, participar de um projeto como a UNATI e cuidar da saúde para esses homens é algo bastante significativo e importante. Em suas falas, sinalizam que tais gestos parecem ir na contramão de uma masculinidade vigente e hegemônica, construída pelos padrões de virilidade mencionados anteriormente.

MASCULINIDADE, ENVELHECIMENTO E O ESPORTE

No programa da UNATI em que essa pesquisa foi realizada, de acordo com os dados das pessoas idosas inscritas, a grande maioria dos homens está matriculada em atividades esportivas. Talvez essa escolha esteja atrelada aos ideais de masculinidades propagados socialmente de corpo forte e vigoroso, além de ser uma estratégia de cuidado com a saúde, como mencionado no item anterior.

Desde sua origem o esporte é um ambiente de prevalência masculina, auxiliando a reforçar valores sociais sobre o corpo do homem e da mulher, no auto rendimento ou apenas para lazer. No campo do esporte os homens seguem as marcações sociais simbólicas ou físicas presentes no cotidiano. Essas marcas são históricas, mutantes e provisórias, manifestadas nos gestos, vestuários, musculatura do corpo e acessórios. (Silva, Botelho-Gomes, & Goellner, 2008). Não se pretende negar os benefícios da prática de esporte para a saúde, mas apresentar como essa prática abrange outras áreas da vida e é passível de interpretações voltadas para o discurso de gênero.

O entrevistado 1, por exemplo, afirma que praticou esportes ao longo da vida e vê a UNATI como uma oportunidade de dar continuidade a esse hábito. Para ele, essa prática é uma possibilidade de manter cuidados com a saúde, para ele:

Esportes. Gosto de continuar na atividade, de oficinas que mexam com o corpo por isso escolhi oficinas ligadas ao esporte.

Já para o entrevistado 2, participar da UNATI e de atividades esportivas é uma forma de não se render ao ostracismo. No geral, os participantes comentam sobre a necessidade de evitar ficar em casa sem ocupação, pois o isolamento pode gerar o adoecimento psíquico e corporal. Se isolar seria ocupar o lugar estigmatizado de falta de potência para novas realizações que o velho geralmente carrega na sociedade. Em suas palavras:

Então, geralmente a gente pensa assim. Eu nunca gostei de pescar, de ser jogador de truco, aí eu falo assim: pra mim ficar 'zanzando', andando à toa, ou eu ficar sentado em casa na frente duma televisão, então, eu prefiro vir fazer exercício. À tarde a gente vem na aula de canto nas quintas-feiras, né, que nem eu disse para você, a gente vai exercitando a memória, isso é muito importante.

A prática de esporte é uma forma de controlar algumas limitações corporais que podem aparecer na velhice, de acordo com o entrevistado 6. Ele usa a palavra "bloqueado" para designar certa atrofia do corpo devido à falta de estímulo e cuidado não somente com o corpo físico, mas também com a cognição:

Entrevistadora: O senhor disse que não pode ficar parado, por quê?

Porque pessoas idosas ficam paradas 'trava' tudo né. Fica uma pessoa inútil. A gente não pode ficar parada assim, tem que fazer alguma coisa. Exercício pra não ficar bloqueado. A gente fica bloqueado se parar a mente, por isso nós começamos a fazer essa atividade aqui. É muito bom isso daqui.

Entrevistadora: Trava tudo? O corpo?

É, o corpo fica travado né, não consegue caminhar mais, se ficar só em casa. Tem que ter alguma atividade exercício.

O entrevistado 1 ressalta a importância da prática de esporte para a saúde ao longo da entrevista, entretanto, usa uma palavra interessante para se referir a importância da UNATI em sua vida que é 'desovar'. No contexto de sua fala entendemos que tal palavra pode estar relacionada ao sentido de destravar e/ou transformar. De acordo com ele:

Olha, não só pra mim, mas acredito que para todo mundo, é excelente (estar na UNATI). É excelente. Desova a pessoa. O esporte faz bem para a saúde. O cara que não fizer esporte hoje, amanhã ou depois está atrofiado, né? Então, eu acho que só traz saúde pro cara, só benefício. Comecei esse ano.

A fase da vida dos entrevistados é um momento de lidar com algumas perdas biológicas do processo de envelhecimento (Neri, 2008). Caso não seja possível encontrar um espaço para desenvolvimento de novas aquisições e aprendizagens, pode haver um desequilíbrio entre o desespero e a integridade do ego, conforme apontados por Erikson (1998).

Outro aspecto que foi pontuado por um dos entrevistados envolve o ideário de masculinidade. Ele menciona que pode haver um certo receio dos homens idosos em praticar esportes na frente de outras pessoas, pois isso poderia mostrar as fraquezas físicas proporcionadas pela idade avançada perante o grupo. Para o homem, esse é um fator importante devido a uma construção social que o representa como sendo forte, viril e heroico, mas essas marcas podem ser contrastadas pelas mudanças físicas do processo de envelhecimento.

O corpo masculino é apontado como mais forte e potente na prática de esporte em referência às mulheres, logo, a expectativa em cima deles é maior (Silva et al., 2008). Nesse sentido, quando perguntado por que a UNATI seria mais frequentada por mulheres o entrevistado 5 atribui a seguinte explicação:

Ah, eu acho que é preconceito, certo? Acho que os homens têm preconceito de participar, de se expor (...). Então, não sei, acho que é preguiça do homem, também. Os homens são mais acomodados que as mulheres. Eu, quando comecei (na oficina de esportes), tinha coisa que eu não conseguia fazer, mas que as mulheres faziam, entendeu? Então, parece que você fica meio amarrado, só que com o tempo você vai pegando o jeito e fazendo. Eu mesmo, quando comecei, eu estava travado, porque eu não fazia exercício físico. Acho que é preconceito do homem, nessa parte, porque tem vergonha de se expor.

A preferência pela oficina de esportes da UNATI pode ser reflexo do advento da preocupação desses idosos em cuidar da saúde na velhice, contrariando estudos como os de Figueiredo (2005) que indicam a negligência dos mais velhos nessa área. Outra possibilidade de leitura complementar a esses dados seria o fato de que os entrevistados da pesquisa apresentam um certo temor com a possibilidade de envelhecerem com doenças ou com algum tipo de dependência física, por isso buscam atividades preventivas.

Para Nóbrega et. al. (1999), a prática de esportes na velhice seria importante para a melhoria das condições de saúde e manutenção da autonomia nas atividades do cotidiano. Além disso, o que também se destacou na fala de muitos entrevistados foi a associação entre a prática de esportes e a participação na UNATI com o sentido de “destravar” o corpo e a mente. Percebe-se também que o isolamento social, o medo, a vergonha de se expor podem ser empecilhos no desenvolvimento humano na velhice, fazendo com que o corpo “trave”, se enrijeça, conforme as falas dos colaboradores. Portanto, superar tais desafios

auxilia na mobilidade, destreza e leveza do corpo e da mente que ficam “destravados” para outras experiências.

APOSENTADORIA

A aposentadoria representa o fim da vida laboral com o direito a uma renda vitalícia. Trata-se de uma ruptura expressiva nessa fase da vida, pois junto com ela há uma grande mudança na rotina, com a perda do convívio diário com os colegas de trabalho e do status alcançado com a vida profissional (Cocentino & Viana, 2011).

Na lógica capitalista, o pertencimento a um posto de trabalho é algo bastante valorizado socialmente (Rodrigues, Ayabe, Lunardelli, & Canêo, 2005), além de trazer uma identidade pessoal. Com a aposentadoria e a retirada do mundo do trabalho as pessoas perdem esse agregador de valor social podendo gerar entraves para lidar com essa fase da vida. Atrelada a isso, ocorre também uma mudança brusca no cotidiano devido à aposentadoria e essa situação faz com que muitos tenham dificuldades em manter o que Erikson (1998) apresenta como sendo a “integridade” na velhice.

Dessa forma, como boa parte das pessoas se aposentam após um longo período da vida dedicado às atividades laborativas, a vida pós-trabalho demanda que o sujeito ressignifique sua identidade e pense em novas possibilidades de vivências para além do ambiente de trabalho (Fonseca, 2016). Por isso, a aposentadoria se torna uma mudança significativa no processo de envelhecimento do homem.

Para Silva (2019), ainda que a velhice apresente uma nova configuração subjetiva na atualidade como portadora de direitos e que se tenha novas possibilidades de realização pessoal, o idoso ainda vivencia muitos temores quando o assunto é a aposentadoria. Para a autora, isso pode acontecer devido ao fato de que o sujeito, ao se aposentar, sente uma perda da identidade profissional que estruturou sua subjetividade, seus hábitos e relações sociais por um longo período de tempo.

Os aspectos culturais e históricos que perpassam a prática laboral impactam na forma como o sujeito lida com a aposentadoria, levando-o a não enxergar esse processo como uma oportunidade para o ócio, o descanso, para realizar antigos desejos, adquirir novas habilidades, dentre outros. Nossa sociedade tende a valorizar as pessoas a partir de sua capacidade de produção e a aposentadoria representaria uma quebra dessa capacidade. Contudo, é contraditório ao passo que a sociedade também valoriza a aposentadoria como uma conquista e direito do trabalhador (Bulla & Kaefer, 2003).

O entrevistado 2, por exemplo, relatou dificuldades e anseios em lidar com as pessoas ao seu redor depois da aposentadoria. Por um lado, ele se incomodava com perguntas que o interpelavam os motivos pelos quais não estaria mais trabalhando e muitos tentavam convencê-lo a retomar a vida laboral. Por outro,

sua fala expressa um sentimento de vergonha por ter se aposentado com 46 anos, mesmo tendo uma vida longa atrelada ao trabalho. Em suas palavras:

Eu comecei com 13 anos a trabalhar registrado. E trabalhei, comecei com uns 8 anos mais ou menos. Mas trabalhei em dois lugares sem registro, porque na minha época podia registrar a partir de 13 anos, entendeu? Então, depois com 46 eu aposentei. Eu aposentei novo, comparando com as idades hoje, né, então, a gente fica meio depressivo. A gente sai pra rua e o pessoal pergunta "o que você tá fazendo. Tá de férias, né?". Porque pensou que eu estava de férias. No começo é difícil, depois vai se acostumando. Eu ficava até sem jeito de sair de casa. Até pra ir no Banco. Ficava meio chateado, não por causa de mim, mas das pessoas perguntarem o que eu estava fazendo, porque eu estava lá (no banco) naquele horário. Aí depois foi habituando, acostumando, né. Passando o tempo, também.

A idade da aposentadoria, seja ela aos 46 anos, como no caso do entrevistado, seja aos 65 anos, não pode ser associada à inutilidade ou àquilo que é ultrapassado e um peso para a sociedade. A população idosa ainda carrega o estereótipo de ser obsoleta, intelectualmente prejudicada, improdutiva, resistente à mudança e desmotivada (Neri, 2002).

Esse estereótipo está ligado à ideia de que os jovens devem adentrar o mercado de trabalho, porque possuem um treinamento mais atualizado e um custo menor para a empresa. Diferente a essa constatação, há profissões valorizando a experiência e a sabedoria adquirida ao longo dos anos pelos mais velhos, como por exemplo, a área de recursos humanos (Neri, 2002).

Perguntado como se sentiu ao se aposentar, o entrevistado 11 demonstrou estar se adaptando a essa nova fase da vida. Ele acredita que é importante que os mais velhos cedam o ambiente de trabalho para os mais novos, mesmo tendo continuado a trabalhar na mesma empresa depois da aposentadoria. O entrevistado saiu definitivamente quando houve um corte do pessoal que atingiu, especialmente, os mais velhos:

Ah, a gente chega uma hora da vida que tem que né parar, né. Tem que aposentar. Em 2010 eu aposentei, mas a firma pediu para eu continuar. Aí eu continuei trabalhando até 2017, quando teve um corte do pessoal mais velho. Então, a gente sai, né? Em abril de 2017 eu aposentei, fui cortado. Depois viajei pra casa do meu filho, andei por aí estou tentando achar alguma coisa para preencher o tempo. Para não ficar sem fazer nada. Fazer alguma coisa, porque você tem mais tempo pra isso, mas chega um tempo que a gente tem que aposentar, que tem que dar lugar pros mais novos. A gente chega uma época da vida

que tem que fazer isso aqui, computação, trabalho voluntário. Alguma coisa...

A aposentadoria é uma ruptura brusca na vida das pessoas, sendo um fator estressante na velhice. De acordo com França e Soares (2009) há um estresse antecipado ao momento da ruptura entre a vida como trabalhador e a vida de aposentado. Silva (2019) também constata, em seus estudos, que há riscos de implicações psicossociais para o idoso no processo de aposentadoria. É difícil prever ou ter dimensão do futuro, o que gera ansiedade e estresse perante o desconhecido. Normalmente é necessário um período de adaptação frente à nova realidade da vida sem trabalho, que dura em torno de 2 anos (França & Soares, 2009). Foi possível constatar isso por meio de algumas entrevistas em que os homens falaram sobre suas dificuldades em se adaptar à nova rotina e construir uma vida para além do ambiente de trabalho.

O entrevistado 5 reflete que o primeiro mês de aposentado foi mais difícil, pois sentia falta de trabalhar, mas depois se acostumou com a vida de aposentado e foi aproveitar o tempo livre. Ele apresenta como gratificante a liberdade adquirida com o fim da vida laboral, que dá a oportunidade de viajar para outros lugares. Quando perguntado como foi o fim da aposentadoria, ele disse:

Eu trabalhei 38 anos na mesma firma, comecei com 19 anos e aposentei com 56. No primeiro mês, eu senti falta, mas depois do segundo mês eu já achei que eu demorei muito para aposentar. É muito boa a vida de aposentado né.

Entrevistadora: Como é a vida de aposentado?

Você não tem hora, não tem compromisso com metas, com atividades em relação a firma, a empresa. Você pode acordar a hora que você quer. Viajar pra onde você quiser, sem horário, sem tempo, sem nada e tal. Então, está sendo muito boa a vida de aposentado.

Já o entrevistado 9 trabalhou como caminhoneiro viajando por todo o Brasil. Com a aposentadoria, percebeu que houve um corte nessa rotina e que atualmente não possui condições financeiras para conhecer outros lugares. Quando perguntado sobre as viagens e o término do trabalho ele disse:

Ah se tiver, se tiver oportunidade eu viajo. E outra, eu viajei muito também, mas aí era serviço né. Serviço que eu trabalhei de caminhoneiro por muito tempo. Fiquei conhecendo quase que o Brasil todo. Viajando dentro de um caminhão, transporte. Então, acostumei viajar. Para mim, parar em casa foi difícil, porque era acostumado a viajar. Foi difícil, mas me acostumei. Tudo a gente se acostuma, né?

Sua identidade ainda permanece bastante atrelada ao trabalho e sente que, com a aposentadoria, não há mais nada para fazer. As dificuldades financeiras em

manter uma vida de viajante o desanima, mas ele demonstra ao longo da entrevista que está buscando novas oportunidades. Em suas palavras:

Entrevistadora: Quais são os seus projetos de vida?

Projeto de vida agora só morrer.

Entrevistadora: Como assim?

Não tem mais nada que fazer da vida.

Entrevistadora: Nada?

Viajar que eu gosto muito, mas não tem condições. Eu só fiz umas três viagens boas. Teve inclusive, um cruzeiro. Eu acho que foi em 2010. Foi num navio. Inventaram um concurso de dança e eu entrei lá. Em tudo que puder entrar eu entro. Entrei e ganhei não sei por quê.

O trabalho se constituiu como uma atividade importante e constante na vida desses sujeitos que começaram essa prática desde muito cedo. Muitos entrevistados disseram ter continuado trabalhando por um tempo depois da aposentadoria. Essa fala está de acordo com os dados do IBGE (2016), que analisou toda a população de aposentados trabalhando no Brasil. Aparentemente há uma dificuldade entre eles em lidar com o fim da vida laboral. Contudo, por mais que haja adversidades e angústias, eles demonstram um ímpeto de buscar novos caminhos para suas vidas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo possibilitou analisar sentidos atribuídos ao envelhecimento por participantes homens do Projeto Universidade Aberta a Terceira Idade (UNATI) da Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho" (UNESP), campus Assis. Além disso, buscou-se compreender as ressonâncias desse projeto na vida desses idosos. De modo geral, os colaboradores entrevistados possuíam escolaridades e condições socioeconômicas diversas, mas tais diferenças parecem não produzir distanciamentos afetivos entre eles. Avalia-se que os resultados desse estudo podem contribuir para outros trabalhos no campo da Psicologia e áreas afins, pois o universo masculino no envelhecimento ainda permanece relativamente pouco explorado na literatura científica.

Apesar de a pesquisa apresentar uma variedade de temáticas, um aspecto não contemplado no estudo foi a respeito das vivências dos idosos com as sexualidades no envelhecer. Quiçá, em breve, possamos desenvolver um estudo específico sobre a temática. Outro ponto a ser salientado é que os dados aqui apresentados refletem o universo circunscrito em que a pesquisa foi realizada, sob a influência do imaginário masculino.

As entrevistas realizadas nessa pesquisa possibilitaram realizar uma escuta das vozes desses homens, suas angústias, memórias, realizações e desejos no envelhecimento. Ademais, possibilitou relacionar a importância da UNATI em suas vidas como um espaço de promoção da saúde e encontro sociais potentes para manter a “integridade”. Destaca-se que, nesse sentido, o estudo contribui para alertar sobre a importância de que sejam fomentadas mais ações voltadas para a população idosa, pois atividades grupais de saúde e educação auxiliam na promoção do envelhecimento ativo.

Destacou-se, na fala dos participantes da pesquisa, temáticas relacionadas à intergeracionalidade, valores de masculinidade, aposentadoria, saúde e esporte. Com relação ao contato com diferentes gerações, os entrevistados afirmam que se sentem acolhidos pelos oficinairos da UNATI, pelos demais estudantes universitários e que há uma boa relação de trocas e aprendizagens. Participar do projeto da Universidade Aberta à Terceira Idade para os colaboradores foi uma forma de evitar o isolamento social, exercitar-se e construir novos vínculos.

Uma especificidade do programa em que esse estudo foi feito é o fato de que ele é composto majoritariamente por mulheres (algo em torno de 85% de público feminino). Quando perguntados sobre os motivos da maior participação feminina na UNATI, os homens disseram que as mulheres teriam maior vitalidade do que os homens, menos receio de se lançar a aprender algo novo e maior disposição para enfrentar o temor da solidão na velhice. Além disso, há também o fato de que elas estariam mais preocupadas com os cuidados do corpo e da saúde mental. Assim, tais falas chamam atenção para o fato de que valores de masculinidade, tais como vigor físico, virilidade, imperativo de não expressar sentimentos ou fracassar, atingem muitos homens, especialmente, na velhice e produzem um impacto na produção de subjetividade.

As limitações do corpo que vão aparecendo durante o processo de envelhecimento é um fator que pode desencadear a sensação de “desespero”, no sentido eriksoniano, sobretudo num corpo altamente associado a imagens de virilidade, força e poder. As perdas sociais e corporais afetam a construção social do masculino idealizado.

Assim, destacou-se a importância de iniciativas como as da UNATI e de demais programas voltados para a terceira idade que podem auxiliar na reflexão dessas construções sociais e proporcionar um ambiente de igualdade e segurança. Nesses contextos, os homens idosos podem perceber suas limitações, compartilhá-las com outros participantes e buscar formas de enfrentá-las. A Psicologia tem muito a contribuir para isso, tanto na formação de grupos em que essas temáticas estejam inseridas, como também na formação de agentes que atuem junto à população envelhecida.

A maioria dos entrevistados deste estudo eram casados e frequentavam o programa com a esposa. O cônjuge é apresentado como uma figura importante que auxilia e incentiva o homem a não se isolar durante o envelhecimento, porém

durante as entrevistas, não se mostraram receptivos para falar sobre o grupo familiar. Quando perguntados sobre suas famílias, as respostas eram sucintas e não havia demonstração de interesse para desenvolver o assunto. Avaliou-se que tal fato pode estar relacionado a uma dificuldade dos homens em falar sobre aspectos pessoais e íntimos, como também estar relacionado à falta de clareza das perguntas no questionário sobre a temática familiar.

De acordo com os dados do IBGE e de outras pesquisas consultadas sobre saúde do homem, normalmente referenciam que eles não costumam aderir a programas de cuidados preventivos de saúde. Contudo, a maioria dos entrevistados do presente estudo demonstrou disponibilidade e interesse em cuidar da saúde física e mental durante a velhice. Talvez a presença de poucos homens no programa da UNATI seja um sinal da baixa adesão aos cuidados preventivos. Percebeu-se, ao longo da pesquisa, que a esposa tem um papel importante de incentivo à participação dos maridos na UNATI e em outras atividades, tais como o cuidado com a saúde.

Os cuidados com o corpo e a mente se apresentam bastante conectados com as expectativas em relação ao futuro, pois boa parte dos colaboradores disseram ter como projeto de vida uma boa velhice e alcançar novas realizações. As angústias provenientes da aposentadoria dão lugar a um desejo de vivenciar projetos que não puderam se concretizar por conta da rotina profissional.

Diante das problemáticas apresentadas pelos participantes, pode-se inferir que os entrevistados buscam recursos internos e externos para continuar se desenvolvendo enquanto pessoas capazes de novas realizações. Esse é um período da vida no qual pode acontecer uma crise psicossocial diante das problemáticas dessa fase. Durante a pesquisa foi relevante retomar o conceito eriksoniano de desespero para pensar as problemáticas apresentadas pelos homens que geram incômodos durante essa fase da vida. Com perguntas abrangentes que visavam compreender os significados e sentidos atribuídos ao processo de envelhecimento, os homens elencaram mais as dificuldades com essa fase.

A pessoa idosa, conforme foi possível observar nas falas de alguns participantes, pode sentir-se temerosa, desamparada, insegura, dentre outros sentimentos e não vislumbrar saídas possíveis. Lançar-se a atividades que promovem grupalidade, novos vínculos e aprendizagens produz a sensação de um corpo “destravado”, como relatado por muitos entrevistados, um corpo em movimento, integrado com a mente e capaz de ampliar relacionamentos e a própria vida. Esses idosos buscam um envelhecer que contemple a integridade humana, rompendo, inclusive, com medos e sentimentos de vergonha ao se lançarem a novos horizontes.

Por fim, esse estudo colaborou para refletir sobre os homens que são minoria entre a população idosa do Brasil e a entender algumas de suas angústias durante a velhice, auxiliando a pensar em iniciativas de atenção a essa população.

A pesquisa também contribui para refletir sobre ações mais assertivas promovidas pela psicologia em espaços de universidade aberta à terceira idade.

REFERÊNCIAS

- Badinter, E. (1993). *XY: Sobre a identidade masculina*. (1a ed.) Rio de Janeiro, RJ: Nova Fronteira.
- Bardin, L. (2009). *Análise de conteúdo*. Coimbra, Portugal: Edições 70.
- Borges, I., & Seidl, E. (2012). Percepções e comportamentos de cuidados com a saúde entre homens idosos. *Psicologia, Ciência e Profissão*, 32(1), 66-81. doi:10.1590/S1414-98932012000100006
- Bosi, E. (2007). *Memória e sociedade: Lembranças de velhos*. São Paulo, SP: Companhia das letras.
- Bulla, L., & Kaefer, C. (2003). Trabalho e aposentadoria: As repercussões sociais na vida do idoso aposentado. *Revista Virtual Textos & Contextos*, 2(2), 1-8.
- Burille, A., Gerhardt, T. E., Lopes, M. J. M., & Dantas, G. C. (2018). Subjetividades de homens rurais com problemas cardiovasculares: Cuidado, ameaças e afirmações da masculinidade. *Saúde e Sociedade*, 27(2), 435-447. <https://doi.org/10.1590/s0104-12902018162943>
- Cachioni, M., & Ordonez, T. N. (2017). Universidade da Terceira Idade. In E. V. Freitas & L. Py (Orgs), *Tratado de geriatria e gerontologia* (4ª ed.). (pp. 3567- 3584) Rio de Janeiro, RJ: Editora Guanabara Koogan LTDA.
- Camarano, A. A., & Pasinato, M. T. (2004). O envelhecimento populacional na agenda das políticas públicas. In A. A. Camarano (Org.), *Os novos idosos brasileiros: muito além dos 60?* (pp. 253-292) Rio de Janeiro, RJ: IPEA.
- Castro, A., & Camargo, B. V. (2017). Representações sociais da velhice e do envelhecimento na era digital: revisão da literatura. *Psicologia em Revista*, 23(3), 882-900. doi: 10.5752/P.1678-9563.2017v23n3p882-900
- Cocentino, J. M. B., & Viana, T. C. (2011). A velhice e a morte: Reflexões sobre o processo de luto. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, 14(3), 591-599. doi: 10.1590/S1809-98232011000300018
- Correa, M. R., & Justo, J. S. (2017). Envelhecimento, grupalidades e subjetivação. In M. Y. Okamoto, & T. S. Emidio (Orgs.), *Perspectivas psicanalíticas atuais para o trabalho com grupos e famílias na Universidade* (pp. 68-86). São Paulo, SP: Cultura Acadêmica.
- Côrte, B., Goldfarb, D. C., & Lopes, R. G. C. (Orgs.), (2009), *Psicogerontologia: fundamentos e práticas*. Curitiba, PR: Juruá.
- Couto, M. C., Koller, S. H., Novo, R., & Soares, P. S. (2009). Avaliação de discriminação contra idosos em contexto brasileiro: Ageísmo. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*. 25(4), 509-518. doi: 10.1590/S0102-37722009000400006.
- Erikson, E. (1998). *O ciclo de vida completo*. Porto Alegre: Artmed.
- Fernandes-Eloi, J., Silva, A. M. S., & Silva, J. (2020). Ageísmo: Percepção de pessoas idosas usuárias do CRAS. *Revista Subjetividades*, 20(Especial 1), 1-11. doi: <http://dx.doi.org/10.5020/23590777.rs.v20iEsp1.e8945>
- Ferrigno, J. C. (2013). *Conflitos e cooperação entre gerações*. São Paulo, SP: Sesc.
- Figueiredo, W. (2005). Assistência à saúde dos homens: Um desafio para os serviços de atenção primária. *Ciência e Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, 10(1), 105-109. doi: 10.1590/S1413-81232005000100017
- Fonseca, S. C. (Org.), (2016). *O envelhecimento ativo e seus fundamentos*. São Paulo, SP: Portal Edições.
- França, L. H. P., & Soares, D. H. P. (2009). Preparação para a aposentadoria como parte da educação ao longo da vida. *Psicologia Ciência e Profissão*, 29(4), 738-751. doi: 10.1590/S1414-98932009000400007
- Fragoso, V.; & Mayor, M. (Orgs), (2017). *Gerontologia e transdisciplinaridade*. São Paulo, SP: Portal Edições.
- Góis, E. C. P.; Santos, J. V. O.; Araújo, L. F. (2020). Representações sociais sobre a velhice masculina: Abordagens de homens idosos participantes de grupo de convivência. *Revista Subjetividades*, 20(Especial 1), 1-9. doi: 10.5020/23590777.rs.v20iEsp1.e9140
- Goldani, A. M. (2010). Desafios do "preconceito etário" no Brasil. *Educação e Sociedade*, 31(111), 411-434. doi: 10.1590/S0101-73302010000200007

- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. (2016). *Síntese de indicadores sociais: Uma análise das condições de vida da população brasileira*. Rio de Janeiro, RJ: IBGE.
- Kreuz, G., & Franco, M. h. P. (2017). O luto do idoso diante das perdas da doença e do envelhecimento. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 69(2), 168-186.
- Lima, P. M. R., Coelho, V. L. D., & Günther, I. A. (2011). Envolvimento vital: Um desafio da velhice. *Geriatrics & Gerontologia*, 5(4), 261-268.
- Moura, R. G. A. (2019). Masculinidade tóxica e seus impactos na vida dos gays dentro das organizações. *Revista Ciências do Trabalho*, São Paulo, (13), 125-139.
- Navarro, A. B., Cilleiros, & V. M. (2017). Universidad como puente entre generaciones: Una experiencia internacional de coaprendizaje. In: Frago, V., & Mayor, M. S. (Orgs.) *Gerontologia e Transdisciplinaridade* (pp. 107-120). São Paulo, SP: Portal do Envelhecimento.
- Neri, A. L. (2002). Envelhecer bem no trabalho: Possibilidades individuais, organizacionais e sociais. *A Terceira Idade*, 13(24), 7- 27.
- Neri, A. L. (Org.) (2008). *Palavras-chave em gerontologia*. Campinas, SP: Alínea.
- Nóbrega, A. C. L., Freitas, E. V., Oliveira, M. A. B., Leitão, M. B., Lazzoli, J. K., Nahas, R. M., ... Rose. E. H. (1999). Posicionamento oficial da Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte e da Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia: Atividade física e saúde no idoso. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, 5(6), 201-211. <https://doi.org/10.1590/S1517-86921999000600002>
- Oliveira, R. C. S., Scortegagna, P. A., & Oliveira, F. S. (2015). Extensão universitária: Perspectivas e ações para a terceira idade. In: Oliveira, R. C. S., & Scortegagna, P. A. (Orgs.), *Universidade Aberta para a Terceira Idade: O idoso como protagonista da extensão universitária* (pp. 21-38). Ponta Grossa, PR: Editora UEPG.
- Oliveira, R. C. S. (2012). Reconstrução histórica da universidade aberta para a terceira idade na Universidade Estadual de Ponta Grossa. *Revista HISTEDBR On-line*, 12(45), 142-161. doi: 10.20396/rho.v12i45e.8640114.
- Organização Pan-Americana de Saúde. (2018, fevereiro). *Folha Informativa: Envelhecimento e saúde*. Recuperado de https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5661:folha-informativa-envelhecimento-e-saude&Itemid=820
- Paschoal, S. M. P. (2006). Envelhecimento na perspectiva de gênero. In: Corte, B., Mercadante, E. F., & Arcuri, I. G. (Orgs.) *Masculin(idade) e velhice: Entre um bom e mau envelhecer* (pp. 81-89). São Paulo, SP: Vetor.
- Peralva, A. (1997). O jovem como modelo cultural. *Revista Brasileira de educação*, 5(6), 15-25.
- Pereira, M. C. A., Santos, L. F. S., Moura, T. N. B., Pereira, L. C. A., & Landim, M. B. P. (2016). Contribuição da socialização e das políticas públicas para a promoção do envelhecimento saudável: Uma revisão de literatura. *Revista Brasileira em Promoção da Saúde*, 29(1), 124-131. doi:10.5020/18061230.2016.p124
- Pinto, J. M., & Neri, A. L. (2017). Participação social e envelhecimento. In: Freitas, E. V., & Py, L. (Org.) *Tratado de geriatria e gerontologia* (4ª ed.). Rio de Janeiro, RJ: Editora Guanabara Koogan LTDA.
- Rangel, E. M., Monteiro, B. G. D. S., & Moraes, L. P. (2017). "Porque eu sou é home!": Uma análise dos impactos da construção social da masculinidade no cuidado com a saúde. *Interfaces Científicas-Humanas e Sociais*, 6(2), 243-252. doi: 10.17564/2316-3801.2017v6n2p243-252
- Rodrigues, M., Ayabe, N. H., Lunardelli, M. C. F., & Canêo, L. C. (2005). A preparação para a aposentadoria: O papel do psicólogo frente a essa questão. São Paulo: *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 6(1), 53-62.
- Rodrigues, J. R., Rauth, J., & Terra, N. L. (2016). *Gerontologia social*. Porto Alegre, RS: EDIPUCRS.
- Santos, S. T., Souza, L. V. (2015). Envelhecimento positivo como construção social: Práticas discursivas de homens com mais de 60 anos. *Revista da SPAGESP – Sociedade de psicoterapias analíticas grupais do estado de São Paulo*, 16(2), 46-58.
- Santos, D. F. (2019). *Intergeracionalidade: Cartas na mesa*. São Paulo, SP: Portal Edições.
- Silva, L. C. A. (2019). As implicações da aposentadoria na construção da identidade do idoso. *Pretextos – Revista da Graduação em Psicologia da PUC-Minas*, 4(8), 145-163.
- Silva, P., Botelho-Gomes, P., & Goellner, S. V. (2008). Educação física no sistema educativo português: um espaço de reafirmação da masculinidade hegemônica. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, 22(3), 219-233. doi: 10.1590/S1807-55092008000300006

Tarallo, R. S., Neri, A. L., & Cachioni, M. (2017). Atitudes de idosos e de profissionais em relação a trocas intergeracionais. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, 20(03), 423-431. doi: 10.1590/1981-22562017020.160194

Vinuto, J., Abreo, L. O., & Gonçalves, H. S. (2017) No fio da navalha: Efeitos da masculinidade e virilidade no trabalho de agentes socioeducativos. *Plural*, 24(1), 54-77. doi: 10.11606/issn.2176-8099.pcs0.2017.126635

CONFLITOS DE INTERESSES

Não há conflitos de interesses.


FINANCIAMENTO

Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo (FAPESP). Processo número 2018/00386-0.

SOBRE OS AUTORES

Roana de Jesus Braga. Psicóloga e Mestranda em Psicologia pela Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho" (UNESP), campus de Assis.

E-mail: roana.braga@unesp.br

 <https://orcid.org/0000-0002-9610-9953>

Mariele Rodrigues Correa. Doutora em Psicologia pela Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho" (UNESP). Professora dos cursos de Graduação e Pós-Graduação em Psicologia da UNESP, campus de Assis.

E-mail: mariele.correa@unesp.br

 <https://orcid.org/0000-0002-7050-4971>