

Velhice

Uma nova paisagem

Maria Celia de Abreu



EDITORA
ÁGORA

VELHICE

Uma nova paisagem

Copyright © 2017 by Maria Celia de Abreu
Direitos desta edição reservados por Summus Editorial

Editora executiva: **Soraia Bini Cury**
Assistente editorial: **Michelle Neris**
Projeto gráfico: **Crayon Editorial**
Capa e diagramação: **Santana**
Imagem de capa: **Maurício Moraes**
Impressão: **Sumago Gráfica Editorial**

Editora Ágora

Departamento editorial
Rua Itapicuru, 613 – 7^º andar
05006-000 – São Paulo – SP
Fone: (11) 3872-3322
Fax: (11) 3872-7476
<http://www.editoraagora.com.br>
e-mail: agora@editoraagora.com.br

Atendimento ao consumidor
Summus Editorial
Fone: (11) 3865-9890

Vendas por atacado
Fone: (11) 3873-8638
Fax: (11) 3872-7476
e-mail: vendas@summus.com.br

Impresso no Brasil

SUMÁRIO

PREFÁCIO

O FIM DO COMEÇO... .. 11

1. SENTIMENTOS, VALORES E DADOS

ESTATÍSTICOS

Por que escrever sobre velhos?

Por que começar este livro falando em
sentimentos e valores?

Sugestão

Por que reformular sentimentos e valores
em relação ao velho?

Sugestão

2. CONCEITUAÇÃO

Idade cronológica e envelhecimento

Sugestão

Uma imagem para ressignificar o envelhecimento . . .	44
Sugestão	51
3. A CONTRIBUIÇÃO DA PSICOLOGIA	
DO DESENVOLVIMENTO	53
Um pouco de história	53
A proposta de Erik Erikson	56
Sugestão	64
4. PERDAS E LUTO	65
Perdas: conceito e ressignificação	65
Acontecimentos percebidos como perda	72
Sugestão	80
O luto	89
Facilitadores para aceitar perdas	94
Duas sugestões	101
5. DEPRESSÃO	111
Incidência	112
O que é e o que a causa	115
Tipos	118
Sugestão	125
6. O CORPO VELHO	129
Considerações sobre o corpo envelhecido	129
Um exemplo eloquente: a moda	137

Medidas que favorecem o bom envelhecimento	
do corpo	140
Sugestões	145
7. A SEXUALIDADE NA VELHICE	149
O tabu	149
A falta de informação	150
Quantidade <i>versus</i> qualidade	152
Sem erotismo?	154
Velhinho fofinho	156
Sensualidade é mais que sexo	157
Sugestão	159
8. MEMÓRIA	163
Introdução	163
Como a memória funciona	168
Inter-relacionamentos	174
Diferenças individuais	179
Sugestões	180
9. FECHAMENTO	185
REFERÊNCIAS	191

PREFÁCIO

O FIM DO COMEÇO...

MARIO SERGIO CORTELLA

“Muitas vezes a juventude é repreendida por acreditar
que o mundo começa com ela. Mas a velhice
acredita ainda mais frequentemente que o mundo
termina com ela. O que é pior?”

FRIEDRICH HEBBEL, *Diários*



Quando criança, bem longe do começo da preocupação com a minha própria velhice, sempre ficava perturbado pelo refrão do nosso Hino à Bandeira, por nós na escola cantado em mal uníssono todas as sextas-feiras antes do início das aulas. Afinal, a letra de autoria do nosso especial Olavo Bilac trazia pelo menos duas ambiguidades se-

mânticas que poderiam, como toda verdadeira ambiguidade (tal qual o termo velhice!), ter dupla interpretação...

Lembra ainda? “Recebe o afeto que se encerra / em nosso peito juvenil”. Ficava eu agoniado com a possibilidade de o poeta usar o verbo encerrar como concluir ou finalizar, em vez de ser compreendido como recolher ou guardar; também achava meio estranho que o hino mencionasse somente o peito “juvenil,” no lugar de também incluir pessoas que não fossem somente da mocidade.

Claro que depois, ao estudar melhor, aprendi que a intenção de Bilac era um afeto que estava contido no peito de uma jovem república (o hino é de 1906), o que não me acalmou tanto assim, até ler, com gosto e alegria, este livro da Maria Celia!

Quando ela, logo no primeiro capítulo, nos explica por que é preciso “começar falando em sentimentos e valores em relação ao velho”, isto é, falando dos afetos (do que nos afeta, bem ou mal, nos toca, nos atinge, nos oferta sentidos), fiquei mais sereno.

Quando ela, a partir daí, vai escavando conosco as múltiplas camadas que precisam ser lapidadas e reformuladas sobre os muitos afetos que não se encerram (nossas perdas e lutos, nossas depressões e tristezas, nossos corpos e sensações, nossas sexualidades e erotismos, nossas memórias e histórias), vão ficando mais nítidas as paisagens que Maria Celia, com usual perícia, sugere que possamos procurar.

Quando ela, durante todo o livro, faz sugestões, sem nos impor receitas nem admoestações (dar um pito, dizemos os mais antigos), é a mesma (e renovada) Maria Celia que conheço faz mais de 40 anos, por termos partilhado docências e projetos acadêmicos nos quais ela, desde aquela época, sabia estimular a reflexão e instigar a ação, de modo manso e firme, sem nos deixar com um mau incômodo.

Mau incômodo? Ora, existe bom incômodo? Claro; é aquele que encontramos neste livro, ao nos desacomodar, nos tirar um pouco do aposento, nos “desaposentar”, fazer sair de possíveis enclausuramentos em busca de nova paisagem!

É por isso que o ensinamento central de Maria Celia serve bastante para quem pela Vida não quer “encerrar o afeto” e, menos ainda, desprezar o afeto que por nós a Vida tem.

O melhor, depois de lê-lo, é retomar a sabedoria contida na frase que mais admiro de Winston Churchill, que morreu com 90 anos (Nobel de Literatura em 1953, quando beirava os 80), incansável no afeto pela Vida.

Ao referir-se aos primeiros sucessos britânicos contra os inimigos que os fustigavam de forma inclemente na Segunda Grande Guerra, esforço de resistência por ele conduzido como primeiro-ministro (com a idade de 70 anos!), advertiu e estimulou: “Isso não é o fim. Isso não é nem o começo do fim. Mas talvez seja o fim do começo”.

Querer, com longa idade e com esperança ativa, vislumbrar uma nova paisagem já é o fim do começo...

1. SENTIMENTOS, VALORES E DADOS ESTATÍSTICOS



POR QUE ESCREVER SOBRE VELHOS?

Atualmente, há uma vasta literatura para quem deseja entender as várias fases de desenvolvimento da criança e do adolescente. A todo momento surgem cursos para que as futuras mães aprendam a lidar com recém-nascidos. Em escolas, igrejas e clínicas formam-se grupos para receber informações de profissionais especializados e para compartilhar experiências e apoio – grupos esses frequentados por pais ou pelos próprios interessados, em geral da pré-adolescência em diante. Em tempos de progressos cibernéticos, há mães que não se co-

nhecem pessoalmente, mas, por meio de aplicativos como o WhatsApp, formam comunidades para trocar experiências sobre a educação dos filhos. E assim por diante.

Porém, o que existe em relação ao velho? Minhas informações se circunscrevem ao território onde vivo e trabalho, ou seja, a cidade de São Paulo e proximidades; por aqui, já entrei em contato com diversas escolas de aprendizagem continuada, anexas a universidades, públicas e privadas, que favorecem o participante idoso. Cursos de informática desenvolvem metodologia especial para “alfabetizar” o velho no intrincado mundo virtual. Iniciativas privadas dedicam-se a portadores de determinadas patologias, como a Associação Brasil Parkinson – que oferece interessantes atividades para o portador do mal de Parkinson – e a Associação Brasileira de Alzheimer – que apoia o familiar e o cuidador (ambas com sede em São Paulo). Centros-dia, mantidos pelo poder público e por empresas privadas, estão se multiplicando; a maioria deles oferece ocupações lúdicas que estimulam a