

PROMOÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA DOS IDOSOS PORTUGUESES ATRAVÉS DA CONTINUIDADE DE TAREFAS PRODUTIVAS

Daniela Gonçalves*¹, Inácio Martín^{1,2}, Joana Guedes³,
Fernando Cabral-Pinto⁴, & António M. Fonseca^{1,5}

¹Unidade de Investigação e Formação em Adultos e Idosos

²Universidade de Aveiro

³Instituto Superior de Serviço Social do Porto

⁴Instituto Piaget

⁵Universidade Católica Portuguesa

RESUMO: O actual panorama demográfico e as suas consequências no sistema social, desde o âmbito das relações familiares até ao funcionamento das estruturas macro, como a prestação de cuidados de saúde, obrigam à reconsideração do papel atribuído aos idosos no contexto português. Promover a qualidade de vida numa etapa de vida em que o declínio físico é incontornável, implica considerar critérios multidimensionais, como a manutenção da rede social e de actividades significativas. A perspectiva do envelhecimento produtivo enfatiza em simultâneo os contributos prestados pelos idosos à sociedade, através dos bens que produzem, e o bem-estar e qualidade de vida derivados do processo (Kaye, Butter, & Webster, 2003). Contudo, verifica-se ainda em Portugal ausência de planificação no sentido de implementar estratégias que direccionem e promovam a utilização dos recursos aportados pelos idosos, panorama que urge alterar.

Palavras chave: Envelhecimento produtivo, Qualidade de vida.

PORTUGUESE ELDERS' LIFE QUALITY PROMOTION THROUGH PRODUCTIVE TASKS

ABSTRACT: The current demographic circumstances and its consequences in the social system, from family relationships to the functioning of the macro structures, as well as health care, makes it necessary to reconsider the elder's role in the Portuguese context. To promote life quality when physical decline is inevitable implies considering multidimensional criteria, such as maintaining the social network and significant activities. The productive aging theory emphasizes both the contributions that elders can give to society, through the goods they produce, as well as the well-being and life quality that come from this process (Kaye, Butter & Webster, 2003). However, in Portugal there is still no planning for the implementation of strategies that can direct and promote the use of the resources that elders can give, which is something that needs to be modified.

Key words: Life quality, Productive aging.

Recebido em 14 de Outubro / aceite em 5 de Janeiro

O modelo da psicologia do envelhecimento, caracterizado pelo estudo das mudanças ao longo do ciclo de vida em sujeitos e contextos representativos, através do recurso a estudos longitudinais (Paúl, 2005), localiza-se nas

* Contactar para E-mail: ?????@????????????

antípodas de outros modelos de investigação dos efeitos da passagem do tempo no ser humano, nomeadamente o modelo da psicologia dos idosos, baseado na perspectiva biomédica de estádios de vida e o modelo da psicologia da idade, que através de estudos transversais explora as diferenças entre grupos etários (Schroots, 1995). A afirmação do paralelismo continuado entre desenvolvimento e envelhecimento, negando a sucessão destes processos, permitiu encarar as etapas tardias de vida com optimismo, onde a deterioração já não era uma condição imperativa mas antes um acontecimento evitável.

No seguimento deste novo paradigma, surgido na década de 80, Baltes e Baltes (1990) definem sete proposições essenciais para o enquadramento do que denominam de envelhecimento bem sucedido (EBS). As premissas basilares desta teoria são a heterogeneidade do processo de envelhecimento e a existência de capacidades de reserva, que podem ser utilizadas perante o declínio de determinadas competências – na verdade, conquanto defendam a continuidade desenvolvimental dos ganhos e perdas ao longo do ciclo de vida, Baltes e Baltes (1990) consideram que existem limites impostos pela idade para a adaptação e plasticidade comportamental, resultando num aumento progressivos das perdas e uma conseqüente diminuição dos ganhos. Porém esta não é uma relação linear, pois a recuperação de conhecimentos prévios e a utilização de tecnologias e recursos externos podem minimizar o impacto do processo de envelhecimento sobre o sujeito.

Segundo o modelo de EBS, o envelhecimento pode ser compreendido através do modelo de selecção, optimização e compensação, mecanismos de adaptação interactivos que procuram sempre a maximização dos ganhos e a minimização das perdas (Baltes, Staundinger, & Lindenberger, 1999). Assim, tal como refere Fonseca (2005), podemos definir selecção como sendo a delineação de objectivos por parte dos idosos, face aos condicionamentos surgidos pelo envelhecimento; optimização descreve o processo de procura e maximização das condições necessárias; e por compensação entendemos a aquisição de meios, tangíveis ou simbólicos, para alcançar os objectivos.

Ao falarmos de EBS, é incontornável referirmos a qualidade de vida, conceito multidimensional que engloba critérios objectivos e mensuráveis, como funcionamento fisiológico ou a manutenção das actividades de vida diária (Paúl, Fonseca, Martin, & Amado, 2005), bem como componentes subjectivos, comumente designados por satisfação de vida, que traduzem o balanço entre as expectativas e os objectivos alcançados (Aberg, Sidenvall, Hepworth, O'Reilly, & Lithell, 2005).

Considerando as premissas sugeridas, concluímos que com o envelhecimento do organismo humano se verifica um desequilíbrio sucessivo entre ganhos e perdas, motivado essencialmente pelo declínio de recursos biológicos e cognitivos (Schroots, 1995). No entanto, não só o ritmo a que se sucede este declínio poderia ser evitado ou minimizado, caso os contextos sociais e culturais compensassem a perda de recursos biológicos, como também

é acelerado pelas expectativas subjectivas sobre o envelhecimento, a nível social económico e cultural (Baltes & Baltes, 1990), relegando os idosos para papéis secundários e discriminativos (Cutler & Hendricks, 2001).

Definição e análise do conceito de Envelhecimento produtivo

O conceito de envelhecimento produtivo (EP) surgiu na década de 70, entre profissionais de contextos políticos, sociais e académicos, com o objectivo de combater a imagem vigente dos idosos, que os apresentava como pessoas frágeis, dependentes e não produtivos, um fardo para a sociedade e para as gerações mais jovens (Caro, Bass, & Chen, 1993). Conquanto não exista uma definição consensual em torno do conceito, existem características subjacentes ao mesmo. Deste modo, considera-se a existência de uma actividade significativa e satisfatória, em que o idoso está envolvido de forma estruturada e continuada e que tem um impacto positivo na sua vida.

Existe então uma produção de bens ou serviços, voluntária, como por exemplo cuidar dos netos, ou remunerada, como o trabalho sénior (Rozario, Morrow-Howell, & Hinterlong, 2004). Contudo, importa salientar que mesmo as actividades voluntárias produzem bens, mesmo que de modo indirecto: ao cuidar dos netos, o idoso permite aos seus filhos o aumento do tempo dedicado à sua carreira, possibilitando então a optimização do seu desempenho. Encontramos então duas dimensões paralelas inerentes ao conceito de EP: uma objectiva, que enfatiza os contributos realizados pelo idoso para com os seus familiares, grupo social ou comunidade, e uma visão subjectiva, que privilegia a componente afectiva do processo, no sentido das suas consequências positivas em termo de bem-estar e qualidade de vida do idoso (Kaye, Butter, & Webster, 2003).

Deste modo, o paradigma subjacente ao EP conceptualiza o envelhecimento sob uma perspectiva positiva, refutando estereótipos e valorizando o papel desempenhado pelos idosos, bem como os contributos que prestam. À incapacidade e dependência, o EP opõe uma imagem de saúde e bem-estar, onde a autonomia não só é possível como também desejável; o idoso não é mais um personagem vulnerável e passivo, mas antes um agente activo no seu envelhecimento, podendo continuar a tomada de decisão de modo significativo (Rozario et al., 2004).

Na sociedade actual, os papéis desempenhados pelos idosos, sob a óptica do envelhecimento produtivo, ultrapassaram já as barreiras convencionais estabelecidas, revestindo-se de complexidade e destaque. Segundo Martín e colaboradores (2006), podemos estruturar as tarefas desempenhadas pelos idosos em torno de quatro eixos essenciais: (I) meio familiar, onde os papéis são desempenhados através da transferência de tempo (Cardia & Ng, 2003), da translação de dinheiro (Bromer & Henly, 2004) e da função educativa dos netos (Edwards, 1998); (II) promoção social, maioritariamente nos programas

de voluntariado sénior (Bullock & Osborne, 1999) e nos programas intergeracionais (Dorfman et al., 2004a); (III) trabalho sénior, no âmbito rural (Dorfman e tal, 2004b) e dos serviços (Yeatts, Folts, & Knapp, 2000); e (IV) meio político (Burr, Caro, & Moorhead, 2002).

Tendo apresentado os possíveis papéis por parte dos idosos, sob a óptica do envelhecimento produtivo, é necessário responder a outra questão: qual o impacto do desempenho de tarefas produtivas, quer a nível pessoal quer social? Para os idosos, os benefícios são condicionados pelas condições em que os papéis se desenvolvem, não sendo possível afirmar peremptoriamente que os resultados são sempre positivos. Assim, verificamos que (a) a prestação de cuidados aos descendentes, de primeira ou segunda geração, funciona como um factor promotor do bem-estar dos idosos, mas que a acumulação de tarefas pode conduzir ao declínio do mesmo (Bromer & Henly, 2004); (b) a integração numa estrutura de voluntariado formal permite ao idoso a manutenção de relações interpessoais, diminuindo o isolamento e o impacto negativo que este tem na sua saúde (Gonzalez, 2000); (c) o estabelecimento de novas relações e a aquisição de novos papéis tem um impacto positivo na sua saúde e no seu bem-estar, prevenindo a perda de identidade e a doença mental (Hertzog & Morgan, 1993); e (d) a continuidade no posto de trabalho é uma fonte de auto-realização e satisfação (Dorfman et al., 2004a), permitindo a manutenção do sentimento de utilidade social e familiar (Quinn & Burkhauser, 1993).

O envelhecimento produtivo em contexto português

Em Portugal, regista-se a ocorrência de um momento de transição, com características demográficas distintas. As alterações ocorridas nos últimos vinte anos, originadas pelo aumento da esperança média de vida e pela diminuição da taxa de natalidade, produziram mudanças significativas no contexto social. Os dados divulgados pelo INE (2002) indicam que a população idosa ultrapassa já em número a população jovem.

O novo panorama demográfico incita à criação, desenvolvimento e implementação de novos serviços, capazes de responder não só às necessidades como também aos recursos emergentes. Neste sentido, o aumento do segmento populacional com mais de 60 anos pode ser uma mais-valia, sob os âmbitos social, cultural e económica, desde que devidamente valorizado e direccionado. Encontramos um número progressivamente crescente de idosos, com capacidades intelectuais e físicas intactas, com maior formação e interesse em permanecer activos.

Apesar do momento demográfico actual, repleto de oportunidades para a transição necessária de paradigma sobre o envelhecimento, o EP é ainda incipiente, sendo a sua característica mais relevante a sua heterogeneidade, quer na formação verificada entre idosos, quer quanto às oportunidades concedidas aos idosos para o seu desenvolvimento, consoante transitamos de

contextos rurais para contextos urbanos. Adicionalmente, verificamos em Portugal falta de intencionalidade por parte dos agentes políticos e sociais, face ao EP, não existindo um plano estruturado para a sua promoção. Por fim, consideramos como obstáculos reais à implementação e disseminação de estratégias de EP, os índices de formação e escolaridade que caracterizam os idosos, habitualmente mais baixos do que os jovens, e os estereótipos sociais e os consequentes papéis associados, em que os idosos são descritos como frágeis, inábeis e resistentes à mudança, aptos para ocupações parciais e pouco exigentes, como o lazer e o turismo sénior.

Cabe pois aos profissionais, que trabalham de modo directo ou indirecto com idosos, em contextos sociais, de saúde ou políticos, garantir a implementação de estratégias continuadas de EP, como meio para garantir a manutenção dos papéis e, consequentemente, o seu bem-estar e qualidade de vida. O envelhecimento bem-sucedido só será alcançado através de um esforço intencional e concertado por parte dos profissionais. Promover o envelhecimento produtivo implica embargar os estereótipos vigentes, que apresentam os idosos como frágeis, incapazes, doentes e pouco produtivos, substituindo a imagem tradicional por outra mais actual, de recursos, capacidade e disponibilidade.

Neste sentido, Choi e Dinse (1998) postulam que a interposição da imagem de défice do envelhecimento passa por três eixos, que tentaremos ilustrar com exemplos. O primeiro consiste na intervenção com as gerações jovens, numa atitude preventiva, através da inclusão curricular de informação sobre o ciclo de vida e da educação de patrões e empregados, para adopção de uma perspectiva positiva face ao envelhecimento, ensaiando opções para a pós-reforma. Neste ponto, destacamos as estratégias implementadas pelo programa *Positively Aging* (UTHSCSA, 2006), desenvolvido pela Universidade do Texas, que presta formação directa aos professores de Ensino Básico, em que os conteúdos versam predominantemente sobre as mudanças físicas, sociais e familiares ocorridas no envelhecimento, para que os docentes possam transmitir aos seus alunos, desde os primeiros anos de formação, informação consistente e fundamentada.

O segundo eixo de intervenção relaciona-se com o desenvolvimento de programas intergeracionais, entre idosos e crianças ou jovens, combatendo as representações negativas e gerando informação sobre os recursos. Estes programas podem desenvolver-se em diferentes contextos, nomeadamente institucionais (e.g., Dorfman et al, 2004a) ou comunitários (e.g., Dorfman et al., 2004b) e com objectivos distintos, como a formação a futuros técnicos de áreas relacionadas com idosos (e.g., Weinreich, 2004) ou estabelecimento de relações de cariz informal e pedagógico ou lúdico, entre crianças e idosos (e.g., Gigliotti, Morris, Smock, Jarrott, & Graham, 2005).

No terceiro eixo de promoção do envelhecimento produtivo encontramos o trabalho directo com as gerações mais velhas, apoiando a participação no

mercado de trabalho, a formação contínua e o desenvolvimento de trabalho voluntário. As denominadas universidades ou academias sénior inserem-se na categoria de educação ao longo do ciclo de vida e podem ser apontadas como um veículo eficaz de manutenção de actividade e interacção para os idosos (Peterson & Tompkins, 2004).

Podemos concluir que os estereótipos de fragilidade, incapacidade e improdutividade embargam o acesso a novas oportunidades e formas de desenvolvimento, essenciais para a manutenção da qualidade de vida. O envelhecimento produtivo adopta uma perspectiva optimista sobre as capacidades dos idosos, promovendo o acesso a diferentes sectores e actividades, essenciais para o envelhecimento bem-sucedido.

REFERÊNCIAS

Aberg, A., Sidenvall, B., Hepworth, M., O'Reilly, K., & Lithell, H. (2005). On loss of activity and independence, adaptation improves life satisfaction in old age – A qualitative study of patients' perceptions. *Quality of Life Research*, 14, 1111-1125.

Baltes, P. B. & Baltes, M. M. (1990). Psychological perspectives on successful aging: The model of selective optimization with compensation. In P. Baltes & M. Baltes. *Successful aging: perspectives from the behavioural sciences* (pp. 1-34). Canada: Cambridge University Press.

Baltes, P.B., Staundinger, U.M., & Lindenberger, U. (1999). Lifespan psychology: Theory and application to intellectual functioning. *Annual Reviews*, 50, 471-507.

Bromer, J., & Henly, J.R. (2004). Child care as family support: Caregiving practices across child care providers. *Children and Youth Services Review*, 26, 941-964.

Bullock, J.R., & Osborne, S.S. (1999). Seniors'volunteers', and families's perspectives of an intergenerational program in a rural community. *Educational Gerontology*, 25, 237-251.

Burr, J.A., Caro, F.G., & Moorhead, J. (2002). Productive aging and civic participation. *Journal of Aging Studies*, 16, 87-105.

Cardia, E., & Ng, S. (2003). Intergenerational time tranfes and chidcare. *Review of Economic Dynamics*, 6, 431-454.

Caro, F.G., Bass, S.A., & Chen, Y.P. (1993). Achieving a Productive Aging Society. Em S.A. Bass; F.C. Caro, & Y.P. Chen (Eds.), *Achieving a Productive Aging Society* (Pp.4-25). London: Auburn House.

Choi, N., & Dinse, J. (1998). Challenges and Opportunities of the Aging Population: Social Work Education and Practices for Productive Aging. *Educational Gerontology*, 24(2), 159-173.

Cutler, S.J., & Hendricks, J. (2001). Emerging social trends. Em R.H. Brinstock & L.K. George (Eds.), *Handbook of aging and the social sciences* (pp. 462-480) California: Academic Press.

Dorfman, L.T., Murty, S.A., Evans, R.J., Ingram, J.G., & Power, J.R. (2004a). History and identity in the narratives of rural elders. *Journal of Aging Studies* 18, 187-203.

Dorfman, L.T., Murty, S.A., Ingram, J.G., Evans, R.J., & Power, J.R. (2004b). *Intergenerational Service-Learning in Five Cohorts of Students: Is Attitude Change Robust?* *Educational Gerontology*, 30(1), 39-55.

Edwards, O.W. (1998). Helping grandkid: Grandchildren raised by grandparents: Expanding psychology in the shoals. *Psychology in the shoals*, 35(2), 173-181.

Gigliotti, C., Morris, M., Smock, S., Jarrott, S., & Graham, B. (2005). An intergeracional summer program involving persons with dementia and preeschool children. *Educational Gerontology, 31*, 425-441.

Gonzalez, M.C. (2000). Voluntariado en el colectivo de personas mayores. *Documento de Ponencias da Jornada Regional de Voluntariado*. Valladolid: Junta de Castilla e León – Ministerio de Trabajo e Asuntos Sociales

Fonseca, A.M. (2005). *Desenvolvimento Humano e Envelhecimento*. Lisboa: Climepsi Editores.

Hetzog, A.R., & Morgan, J.M. (1993). Formal Volunteer Work Among Older Americans. In S.A. Bass; F.C. Caro, & Y.P. Chen (Eds.), *Achieving a Productive Aging Society* (pp. 119-142). London: Auburn House.

INE (2002). *O Envelhecimento em Portugal: Situação demográfica sócio-económica recente das pessoas idosas*. Documento preparado pelo Serviço de Estudos sobre a População do Departamento de Estatísticas Censitárias e da População.

Kaye, L.W., Butter, S.S., & Webster, N.M. (2003). Toward a productive ageing paradigm for geriatric practice. *Ageing International Spring, 28*(2), 200-213.

Martin, I., Gonçalves, D., Paúl, C., & Pinto, C. (2006). *Políticas Sociais para a Terceira Idade em Portugal*. Os novos papéis dos seniores na sociedade. Lisboa: Edições Piaget. No prelo.

Paúl, C. (2005). A construção de um modelo de envelhecimento humano. In C. Paúl & A.M. Fonseca (Coords.), *Envelhecer em Portugal: Psicologia, saúde e prestação de cuidados* (pp. 21-45). Lisboa: Climepsi Editores.

Paúl, C., Fonseca, A.M., Martin, I., & Amado, J. (2005). Satisfação e qualidade de vida em idosos portugueses. In C. Paúl & A.M. Fonseca (Coords.), *Envelhecer em Portugal: Psicologia, saúde e prestação de cuidados* (pp. 77-98). Lisboa: Climepsi Editores.

Peterson D., & Tompkins, C.J. (2004). Adult education. In M.D. Mezey (Ed.), *The encyclopedia of the elder care*. New York: Prometheus Books.

Quinn, J.F., & Burkhauser, R.V. (1993). Labor Market Obstacles to Aging Productively. In S.A. Bass, F.C. Caro, & Y.P. Chen (Eds.), *Achieving a Productive Aging Society* (pp. 43-59). London: Auburn House.

Rozario, P., Morrow-Howell, N., & Hinterlong, J. (2004). Role Enhancement or Role Strain: Assessing the Impact of the Multiple Productive Roles on Older Caregiver Wellbeing. *Research on Aging, 26*(4), 413-428.

Schroots, J.J. (1995). Psychological models of aging. *Canadian Journal on Aging, 14*(1), 44-66.

UTHSCSA Teacher Enrichment Initiatives. *Positively Aging*. The University of Texas Health Science Center at San Antonio. Retirado em Maio 2005 <http://teachhealthk-12.uthscsa.edu>

Weinreich, D.M. (2004). Interdisciplinary teams, mentorship and intergerational service-learning. *Educational Gerontology: An International Journal, 30*(2), 143-157.

Yeats, D., Folts, W., & Knapp, J. (2000). Older Workers Adaptation to a Changing Workplace: Employment Issues for the 21st Century. *Educational Gerontology, 6*, 565-582.