

## REFLETINDO SOBRE O CORPO NA VELHICE

Fernanda Silva d'Alencar<sup>1</sup>

**Resumo.** O texto é uma reflexão sobre o corpo social e individual na velhice, na medida em que espelha a subjetividade humana, e essa subjetividade é construída em contextos específicos e sob condições específicas.

**Palavras-chave:** corporalidade, auto-aceitação, velhice, subjetividade.

**Abstract.** The text is a reflection about the social body and individual in elderness, as reflects the human subjectivity, and this subjectivity is constructed in specific contexts and under specific conditions.

**Keywords:** science of body, self-acceptable, elderness, subjectivity.

### 1. INTRODUÇÃO

O corpo, tanto na perspectiva interna quanto externa ao indivíduo, pode ser tomado como um indicativo de que a velhice está chegando, ainda que não se tenha um ritmo único para esta ocorrência, podendo-se inclusive retardá-la com apoio tecnológico. O pró-

---

<sup>1</sup>Enfermeira, Especialista em Gerontologia Social. UESC, 2007.

“  
Ao longo do  
amadurecimento,  
o ser humano  
se transforma  
qualitativamente,  
vence conflitos  
evolutivos e  
cumpre objetivos,  
tanto na vida  
individual quanto  
na da espécie

”

prio espelho reflete a imagem envelhecida, modificada pelo passar dos anos, marcada pelas experiências acumuladas, pelas situações vivenciadas, pelos trabalhos realizados.

É de Erikson (apud NERI; FREIRE, 2000, p. 9) a afirmação de que ao longo do amadurecimento, o ser humano se transforma qualitativamente, vence conflitos evolutivos e cumpre objetivos, tanto na vida individual quanto na da espécie.

Embora o envelhecimento não seja apenas um processo biológico, a velhice ainda é socialmente construída com base na decadência, no desprestígio, na fragilidade e na incapacidade para aprender. Apesar de marcada por um certo número de processos involutivos e degenerativos que tendem a modificar o comportamento das pessoas e excluí-las, muitas vezes, de atividades sociais produtivas, isto não significa que todas as pessoas envelhecem da mesma maneira e no mesmo ritmo, ou que todas encaram a velhice com a mesma lente.

## 2. ENFRENTANDO A VELHICE, NO CORPO

Para uma sociedade pautada na valorização do novo, da juventude, da beleza e da estética, o indivíduo já transformado pelas naturais alterações do processo de envelhecimento, que apresenta alterações de pele evidenciadas pelas rugas e manchas, deambulação, mobilidade e outras funções diminuídas, não tem respeitado o seu espaço social e é visto como um pacote de atributos estigmatizantes, que acaba interferindo diretamente na forma como ele próprio se vê<sup>2</sup>.

Considerando que o ser humano é um conjunto formado por uma estrutura física, psíquica e social, as suas percepções acerca das coisas interferem no cotidiano, nas relações que estabelecem no ambiente em que vivem, nas ações e intervenções que fazem cotidianamente; em outros termos, na sua própria qualidade de vida.

Da mesma forma, as coisas e os acontecimentos do cotidiano, ações, reações e relações, também interferem no nosso corpo. Isto

---

2 O velho é considerado (e até se considera) tal qual se apresenta na conceituação de Ferreira, Aurélio B. de Holanda. *Dicionário da Língua Portuguesa*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1988: *que tem muito tempo de existência, gasto pelo uso, que há muito não possui certa qualidade ou exerce certa profissão, desusado, antiquado, mal desenvolvido, atrofiado, rudimentar.*

significa dizer que o ser humano, no seu processo de desenvolvimento, não só participa de uma dinâmica criativa de si mesmo – sua subjetividade com seu corpo –, mas também do mundo, com o qual, sistemática e continuamente, interage e se relaciona.

Passível de mudanças, os aspectos relacionados ao seu corpo não fogem disso. As transformações inerentes a cada etapa da vida demonstram e refletem as modificações estruturais e funcionais no organismo decorrentes da idade. Entretanto, o estereótipo de beleza como sinônimo de saudável, a prevalência da estética, a supervalorização do novo em detrimento do velho, a busca desenfreada por um corpo “perfeito”, de um biótipo escultural, contrapõe-se ao processo natural do envelhecimento humano. Se, como diz Mary del Priore (2000, p. 96, apud NECKEL, 2003, p. 55), “a construção de uma identidade feminina está calcada, nos dias atuais, quase que exclusivamente na montagem e escultura desse novo corpo”, a construção da identidade do velho estaria vinculada ao permanente cuidado com esse corpo que, não mais escultural, precisa manter-se saudável, ativo.

### **3. A CONSTRUÇÃO DA IMAGEM CORPORAL E A AUTO-ACEITAÇÃO**

A imagem corporal de determinados ido-

sos, vista pela sociedade, ainda é carregada de negatividade e pessimismo. Embora com certas limitações, bem verdade, não se pode reduzi-la, principalmente por outras possibilidades de leitura que esse corpo envelhecido sugere, a exemplo da capacidade de aprendizado, de convivência e aceitação às novas estruturas físicas que o decorrer da idade impõe às pessoas.

As perdas sucessivas – físicas, emocionais, situacionais etc – que podem acompanhar o processo de envelhecimento, forçam a pessoa idosa a adaptar-se a essa nova realidade, especialmente no sentido de aumentar as condições para uma velhice equilibrada, num enfrentamento para o qual, na maioria das vezes, não se preparou em fases pretéritas da vida. De outro lado, esse corpo, que hoje apresenta limitações, já foi jovem, e reflete as múltiplas experiências adquiridas no percurso da vida.

A partir da forma como as pessoas se vêem e enxergam o mundo que as cerca, suas relações sociais e comportamentos frente às situações serão reflexo disso. É comum encontrar pessoas que se olham no espelho e não aceitam as marcas que o tempo já definiu. Por conta disso, ora se entregam à corrida desenfreada pelos recursos externos (cosméticos, plásticas), ora se isolam, afastando-se de qualquer atividade que implique interação e convivência com outras pessoas.

“  
Através do  
corpo, o ser  
humano interage  
com o mundo  
que o cerca  
”

Diante disso, a necessidade de auto-conhecimento e compreensão acerca do processo de envelhecimento faz-se necessário, para uma melhor aceitação de limitações ou restrições, mas também para o desenvolvimento de capacidades para novos aprendizados, de adaptações ao ambiente, de novas habilidades para a realização de tarefas, até mesmo aquelas da rotina diária.

Através do corpo, o ser humano interage com o mundo que o cerca, expressa seus sentimentos, desenvolve suas ações. Mas é também através do corpo, que se pode ter uma imagem do que vai além dele. O corpo reflete as emoções; o senso comum já afirma que "o corpo fala". As emoções de tristeza, ou de alegria, por exemplo, podem se exteriorizar para o ambiente através do corpo, da aparência; mas é verdade, também, que podem ser escondidas pelo próprio corpo. Estar sorrindo, por exemplo, nem sempre traduz um estar feliz.

O desejo de uma vida longa também convive com o temor de viver em meio à incapacidade, dependência e à impossibilidade de realização de sua autonomia corporal para exercitar suas atividades diárias. É comum encontrarmos pessoas que, embora vivam de modo saudável, ativamente, tenham preocupação com uma possível dependência futura,

em etapas mais avançadas da vida.

É preciso entender que, no idoso, “a dinâmica do aparelho locomotor sofre importantes modificações, reduzindo a amplitude de movimentos, modificando a marcha caracterizada, então, por passos curtos e, não raro, pelo arrastar dos pés” (FREITAS; MIRANDA; NERY, 2002 ).

A velhice, vivida de maneira variável pelas pessoas, depende, inclusive, do contexto social. Trata-se de um momento da vida em que os indivíduos desenvolvem propensão para diversos agravos à saúde. Os idosos geralmente consideram que as doenças acompanham inevitavelmente o envelhecimento, sendo condição que não implica prevenção e tratamento até pela associação da velhice à “última etapa da vida”. Ferrari (1999), entretanto, afirma que a comprovação da prevenção no atendimento integral à saúde não começa aos 60 anos, e sim ao longo da vida, existindo a necessidade de um modelo que concentre atenção nas incapacidades e nas múltiplas causas dessas incapacidades. A atenção à saúde do idoso, principalmente daquele com algum agravo, é muito mais no sentido de orientá-lo a aprender e a adaptar-se à doença, do que propriamente curá-la.

O envelhecimento bem sucedido depende, certamente, da prevenção de doenças e de deficiências, da manutenção de funções físicas e cognitivas, mas depende, também, da

participação constante em atividades sociais e produtivas.

A aceitação e a convivência otimista com a atual imagem corporal também são de extrema relevância, em especial porque "perceber-se como alguém que está envelhecendo sofre bastante influência do modo como a sociedade vê a velhice" (ERBOLATO, 2000, p. 46).

Finalmente, e concordando com Lepargneur (1999), "nada mais totalmente previsível, e nada mais surpreendente, de fato, do que a velhice quando a constatamos no próprio espelho".

#### REFERÊNCIAS

ERBOLATO, Regina, M. P. L. Gostando de si mesmo: a auto-estima. In: NERI, A. L.; FREIRE, S. A. (Org.). **E Por Falar em Boa Velhice**. Campinas, SP: Papirus, 2000.

FREITAS, Elizabete; MIRANDA, Roberto; NERY, Mônica. Parâmetros clínicos do envelhecimento e avaliação geriátrica global. In: FREITAS, Elizabete (Org.). **Tratado de Geriatria e Gerontologia**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2002.

FERRARI, Maria Auxiliadora Cursino. **O envelhecer no Brasil. O Mundo da Saúde**. São Paulo. Ano 23. v. 23. n. 4. Jul./ago., 1999.

LEPARGNEUR, Hubert. Os desafios do envelhecimento. *O Mundo da saúde*. São Paulo. Ano 23. v. 23. n. 4. Jul./ago., 1999.

NERI, A. L.; FREIRE, S. A. (Org.). **E Por Falar em Boa Velhice**. Campinas, SP: Papyrus, 2000, p. 9.

ERICKSON, Erik H. **O ciclo de vida completo**. Trad. Maria Adriana Verissimo Veronese. Porto Alegre: Artes Médicas, 1998.

Recebido em julho de 2007  
Aprovado em setembro de 2007