

O TEMPO NÃO PARA: ESPIRITUALIDADE COMO FORMA DE RESILIÊNCIA NA VELHICE

Belinda Silva Pereira¹

Michele Berleze²

Resumo. O envelhecimento populacional vem crescendo a cada ano e tem merecido atenção de diferentes olhares. Diante dessa constatação, este estudo discute a espiritualidade como forma de resiliência na velhice. O artigo foi elaborado a partir de uma investigação bibliográfica, selecionando-se autores que apresentassem pontos comuns ou contrastantes sobre o tema. Concluiu-se que a sociedade deve se preocupar em oferecer, a esse segmento etário, meios para que possa estar a cada dia mais atuante e produtivo, tendo em vista que o velho permanece mais tempo em cena.

Palavras-chave: Velhice. Espiritualidade. Resiliência.

TIME DOES NOT STOP: SPIRITUALITY AS A FORM OF RESILIENCE IN OLD AGE

Abstract. Population aging is growing every year and has received attention from different perspectives. Given this finding, this study discusses spirituality as a form of resilience

1 Psicóloga Clínica, Mestranda em Gerontologia (UFSM), Pós-graduada em Psicologia do Trabalho e das Organizações, Pós-graduada em Gestão da Organização Pública de Saúde. *E-mail:* <bellindasp@gmail.com>

2 Bacharel em Direito. Pós-Graduada em Direito de Família e Mediação.
E-mail: <mberleze@bol.com.br>

in old age. The article was prepared from a bibliographical research, selecting authors who presented common or contrasting points on the theme. It was concluded that society should be concerned with offering to this age segment means for it to be more active and productive every day, since the old man stays longer on the scene

Keywords: Old age. Spirituality. Resilience.

EL TIEMPO NO PARA: ESPIRITUALIDAD COMO FORMA DE RESILIENCIA EN LA VEJEZ

Resumen. El envejecimiento poblacional viene creciendo cada año y ha merecido atención de diferentes miradas. Ante esta constatación, este estudio discute la espiritualidad como forma de resiliencia en la vejez. El artículo fue elaborado a partir de una investigación bibliográfica, seleccionándose autores que presentaran puntos comunes o contrastantes sobre el tema. Se concluyó que la sociedad debe preocuparse en ofrecer, a ese segmento etario, medios para que pueda estar cada día más actuante y productivo, teniendo en vista que el viejo permanece más tiempo en escena.

Palabras-clave. La vejez. Espiritualidad. La resiliencia.

TEMPS D'ÉCHEC POUR: LA SPIRITUALITÉ COMME UN MOYEN RÉSILIENCE DANS LA VIEILLESSE

Résumé. Le vieillissement de la population augmente chaque année et a reçu l'attention de différentes perspectives. Compte tenu de cette constatation, cette étude traite de la spiritualité

comme une forme de résilience chez les personnes âgées. L'article a été préparé à partir d'une recherche bibliographique, en sélectionnant des auteurs qui ont présenté des points communs ou contrastés sur le thème. Il a été conclu que la société devrait se préoccuper d'offrir à ce segment d'âge des moyens pour qu'il soit plus actif et productif chaque jour, puisque le vieil homme reste plus longtemps sur la scène.

Mots-clés: Vieillesse. Spiritualité. Résilience.

O TEMPO

Mario Quintana

A vida é o dever que nós trouxemos para fazer em casa.
Quando se vê, já são seis horas!
Quando se vê, já é sexta-feira!
Quando se vê, já é natal...
Quando se vê, já terminou o ano...
Quando se vê, perdemos o amor da nossa vida.
Quando se vê, passaram 50 anos!
Agora é tarde demais para ser reprovado...
Se me fosse dado um dia, outra oportunidade,
eu nem olhava o relógio.
Seguiria sempre em frente e iria jogando pelo
caminho a casca dourada e inútil das horas...
Seguraria o amor que está a minha frente e
diria que eu o amo...
E tem mais: não deixe de fazer algo de que
gosta devido à falta de tempo.
Não deixe de ter pessoas ao seu lado por
puro medo de ser feliz.
A única falta que terá será a desse tempo que, infelizmente,
nunca mais voltará (Poema, Mario Quintana)..

INTRODUÇÃO

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), idoso é todo o indivíduo com sessenta anos (60) ou mais. Dentro do desenvolvimento humano, a fase do envelhecimento é considerada uma das etapas mais difíceis do ser humano experienciar. É nesta fase que muitos estão se aposentando e outros estão se defrontando com perdas oriundas de doenças e de mortes. Os filhos já se foram e quase não aparecem, pois estão envolvidos em seus projetos, as amizades estão escassas, o telefone já não toca mais como antes e assim a casa e a vida a cada dia vão ficando mais vazias. Diante disso, a única companheira é a solidão, que não deixa esquecer o quanto somos sozinhos. A cada dia que passa, nos conscientizamos de que o tempo está encurtando e que não podemos mais desperdiçá-lo. É a hora de fazer um “balanço” da vida e refletir sobre a oportunidade de romper com o *establishment* para que a vida possa ser ressignificada, o que, por sua vez, poderá propiciar transformações no cotidiano dos atores envolvidos no processo do envelhecimento.

O envelhecimento populacional vem crescendo a cada ano e tem merecido atenção por diferentes olhares do saber. Diante desta reflexão é que este estudo busca discorrer sobre envelhecimento versus espiritualidade, enfatizando a importância da espiritualidade como forma de resiliência neste momento tão delicado da vida.

Além disso, procura revelar a relevância que possui o trabalho psíquico como tentativa de elaborar os

eventos considerados marcantes e assim, de algum modo, fazer as pazes com os que mais o fragilizaram no decorrer de sua existência para, quem sabe, poder encarar os seus momentos derradeiros sem muito martírio (BRASIL *et al.*, 2013).

Esse tema crucial está sendo debatido em vários âmbitos da sociedade, tendo em vista que há um crescimento contínuo da população idosa e que ainda não há respostas para os dilemas que esta nova realidade apresenta. O artigo foi elaborado através de uma investigação bibliográfica, buscando autores que apresentassem pontos comuns ou contrastantes sobre o tema.

2 A VELHICE

O *boom* do envelhecimento da população no século XX, em diversos países, incluindo o Brasil, se deve ao progresso social que deu origem ao aumento da expectativa de vida. O desenvolvimento dos índices de qualidade de vida gerou o “novo velho”, que é aquele mais saudável, independente e autônomo, capaz de estar envolvido socialmente, quebrando com os modelos impostos pela sociedade que ainda insiste em dizer que o velho é sinônimo de doença que não tem valor social.

Schneider e Irigaray (2008, p. 01) assinalaram que

as concepções de velhice nada mais são do que resultado de uma construção social e temporal feita no seio de uma sociedade, com valores e

princípios próprios, que são atravessados por questões multifacetadas, multidirecionadas e contraditórias.

Esses autores afirmam ainda que na vida contemporânea, no florescer do século XXI,

ao mesmo tempo em que a sociedade potencializa a longevidade, ela nega aos velhos o seu valor e sua importância social. Vive-se em uma sociedade de consumo na qual apenas o novo pode ser valorizado, caso contrário, não existe produção e acumulação de capital. Nesta dura realidade, o velho passa a ser ultrapassado, descartado, ou já está fora de moda (2008, p. 587).

A velhice depõe contra o idoso em virtude de uma maior fragilidade decorrente de condições adversas do meio físico, social ou de questões afetivas. Porém, isso não é motivo para se negar o desejo e o direito do velho permanecer ativo e independente pelo tempo que desejar e que lhe for possível (VERAS; CALDAS, 2004).

Esta produção do "novo velho", sujeito autônomo e capaz, necessita encontrar condições favoráveis para alcançar tal façanha, como possuir uma boa renda para morar bem, alimentar-se, ter acesso à educação, estar integrado em uma rede de apoio que favoreça as relações interpessoais, entre outros fatores que contribuirão para que alcance uma velhice em condições dignas e favoráveis de saúde física e

mental. Assim, fica claro que a saúde está para além da ausência de doenças (idem, 2004). Vale sublinhar que se torna inviável realizar mudanças quando os sujeitos envolvidos não estão determinados a se responsabilizar por suas vidas.

Para que o indivíduo possa envelhecer de maneira positiva, faz-se importante considerar as categorias de idade indicadas por Valada (2011, p. 15), tais como a idade biológica, que se refere ao funcionamento dos sistemas vitais do organismo humano, aos problemas de saúde que o afetam, já que a capacidade de autorregulação do funcionamento dos sistemas diminui com o tempo; a idade psicológica, que diz respeito à aptidão que os sujeitos utilizam para se adaptar às mudanças ambientais, incluindo sentimentos, cognições, motivações, memória, inteligência, assim como competências que estão subjacentes ao controle pessoal e à autoestima; a idade socio-cultural, referindo-se ao conjunto específico de papéis sociais que as pessoas desempenham dentro da sociedade e da cultura onde se encontram; a idade funcional, que defende o envelhecimento psicológico como resultado de um equilíbrio entre estabilidade e mudança, entre crescimento e declínio, havendo algumas funções que diminuem quanto à eficácia, outras que estabilizam e outras que experimentam um crescimento ao longo de todo o ciclo de vida.

Apesar do discurso quase hegemônico de que o velho é incapaz, as coisas começam a mudar e esse olhar negativo sobre a velhice passa a perder força diante da maior participação do velho em diferentes esferas da sociedade (SCORTEGAGNA, OLIVEIRA,

2012). Essa mudança de comportamento acontece devido ao seu desejo de viver plenamente e continuar fazendo parte da sociedade “como um ator social, o qual se dispõe a lutar por direitos básicos, os quais por vezes não são respeitados”, muito embora essa luta não deva ser feita de forma solitária e sim coletiva, através de políticas públicas, das relações interpessoais, das iniciativas sociais e de saúde durante todas as etapas da vida (LIMA; SILVA; GALHARDONI, 2008, p. 11).

Sendo a velhice a última etapa da vida, não é estranho desejar que possa ser quase pleno. Para que isso possa ocorrer, o indivíduo necessitará gozar de uma boa saúde física e mental, que irá lhe proporcionar independência para que possa continuar a ser sujeito de sua história (LIMA; SILVA; GALHARDONI, 2008).

É o que mostra uma pesquisa na qual foram entrevistadas mulheres católicas, pertencentes à classe média e com idade acima de (60) sessenta anos, cujo resultado apontou que a velhice não foi impedimento para a elaboração de projetos de vida; ao contrário, foi a própria percepção da velhice como “final de linha” que fez com que essas mulheres ressignificassem suas vidas e, com isso, decidissem colocar em prática seus sonhos e desejos, dando um sentido positivo e satisfatório a este momento crucial da existência (BARROS, 2006).

É certo esclarecer que envelhecer é processo individual, pois enquanto uns se encontram cheios de vida e com planos para o futuro, outros já os abandonaram (FONSECA, 2010). Dessa forma, esta etapa do desenvolvimento humano deve ser compreendida

como um fenômeno biológico, psicológico, social, cultural e econômico, entre outros, o que exige uma compreensão holística.

Se seguirmos os escritos de Silva, Finocchio (2011), veremos que a velhice é um destino singular, em que cada um envelhece a seu próprio modo, pois cada um inscreverá algo que lhe é próprio, ou seja, o escrito será reinscrito e reatualizado a partir dos traços de cada um. Os traços não são, pois, perdidos, são reinscritos.

Compreendida a situação do "novo velho" na contemporaneidade, olha-se, a seguir, como este ser humano utiliza-se da espiritualidade como forma de compreensão do mundo.

3 A ESPIRITUALIDADE

Falar em velhice implica em falar da morte. Temos pouca consciência de que cada dia de vida é um dia a mais, e ao mesmo tempo um dia a menos. Diante disso, falar dela, por mais difícil que seja, é de fundamental importância para se viver intensamente. A iminência da morte e da finitude pode servir para que o ser humano avance na compreensão do sentido de sua existência (KOVÁCS, 2007, p. 250).

É o que mostra Tolstói em seu livro *A morte de Ivàn Ilitch* (2008), que conta a história de um juiz bem sucedido que vive na Rússia czarista do século XIX, o qual leva uma vida normal até o dia em que adoece gravemente. A partir daí, somos convidados, pelo autor, a “experienciar”, juntamente com Ivàn, o sofrimento do seu adoecer, a iminência de sua morte e o

“balanço” que faz sobre sua vida. Para seu desespero, percebe que viveu uma vida de aparências, de faz de conta e que tudo não passou de um grande engano. Infelizmente, era tarde para voltar atrás, pois o tempo não para.

A busca pela espiritualidade, aliada à superação dos próprios limites, é muito importante em situações extremas da vida, pois ajuda a compreender o significado do sofrimento, das doenças e a iminência da morte; enfim, para as perdas sobre as quais o ser humano não possui nenhum poder de mudança (KOVÁCS, 2007).

Muito embora causem horror, os infortúnios da vida podem ser vistos e entendidos como um caminho, mesmo que cheio de espinhos, para a busca do sentido da vida (KOVÁCS, 2007). Vale sublinhar que as situações limites da vida podem não mudar, porém a forma de encará-las, sim (FRANKL, 1973).

Guimarães e Avezum (2007, p. 89), ao falarem em espiritualidade, afirmam que ela

poderia ser definida como uma propensão humana a buscar significado para a vida por meio de conceitos que transcendem o tangível: um sentido de conexão com algo maior que si próprio, que pode ou não incluir uma participação religiosa formal .

Na mesma direção, Lima, Silva e Galhardoni (2008, p. 780), apontam que à medida que os indivíduos vão envelhecendo e percebendo a proximida-

de da morte, é comum se voltarem para a espiritualidade e religiosidade como aliadas, pois “a crença de transcendência permitiria bem-estar psicológico, sensação de geratividade, dimensões que aparecem como positivas na vida adulta madura e na velhice”.

É pertinente dizer que religiosidade e espiritualidade não são sinônimos. Enquanto aquela envolve sistematização de culto e doutrina, esta encontra-se ligada a questões sobre o significado e o propósito da vida, muito embora a influência de ambas tenha demonstrado “potencial impacto sobre a saúde física, definindo-se como possível fator de prevenção ao desenvolvimento de doenças, na população previamente sadia, e eventual redução de óbito ou impacto de diversas doenças” (GUIMARÃES; AVEZUM, 2007, p. 89).

Dos 60 anos até a morte os velhos estão no último estágio do ciclo de vida, conhecido como Integridade *versus* Desespero. A integridade ocorre quando há aceitação da própria vida como algo que tinha que ser e não permitia alternativas. O desespero ocorre quando a busca pela integridade fracassa, trazendo a sensação de que o tempo é curto para experimentar novos caminhos a fim de alcançar a integridade. O indivíduo se torna aborrecido com o mundo externo e desdenhoso com outras pessoas e instituições. A resolução bem sucedida dessa crise levaria à sensação de ter vivido bem, caso contrário, o sujeito sente por não ter outra chance de viver novamente (SILVA; FINOCCHIO, 2011).

Assim, fica claro que a espiritualidade pode contribuir, de modo significativo, para que o indivíduo receba de boa vontade a velhice, bem como

os momentos que antecedem a sua própria morte, funcionando como uma espécie de resiliência diante dos temores que a idade gera.

4 RESILIÊNCIA

A resiliência, como habilidade, não é um fenômeno novo, pois acompanha o indivíduo na luta pela sobrevivência em diversas épocas da humanidade. Uma das histórias que se tornou emblemática foi a da menina *Anne Frank* que, aos doze anos de idade, se viu, juntamente com sua família, escondida para tentar escapar dos horrores do nazismo e relatou os momentos de sofrimento em um diário. Através de seus relatos, Anne encontrou forças para continuar vivendo, mesmo diante de uma situação extrema. Isto é resiliência, é triunfar diante dos infortúnios da vida. É poder responder de forma positiva diante das adversidades, como fez a menina Anne (SIMÃO, SALDANHA).

A resiliência caracteriza-se pela capacidade do ser humano em responder às situações da vida diária de forma positiva, apesar dos infortúnios que venha a enfrentar ao longo de sua existência, resultando na combinação entre a capacidade do indivíduo e do seu ambiente familiar, social e cultural (VALADA, 2011).

A mesma autora ainda pontua que o modelo de envelhecimento bem-sucedido é o baseado na pró-atividade, que visa aumentar a qualidade de vida dos velhos, os quais devem fazer uso de seus recursos internos e externos para que possam desenvolver sua capacidade resiliente. Tal modelo destaca os cui-

dados com a saúde, os quais estão inter-relacionados com a família, com os amigos, vida social, exercício físico, tecnologia, educação, espiritualidade, desafiando, assim, tudo aquilo que foi e ainda lhe é imposto, e a ideia de que, ao velho, resta apenas o “quartinho dos fundos”.

A velhice é a etapa do desenvolvimento humano na qual apresentam-se muitos eventos estressores, tais como a morte de pessoas queridas, acidentes que podem levar à incapacidade e conflitos familiares, muitas vezes acompanhados de violência doméstica, abandono, pobreza, perda de papéis sociais, entre outros. Diante disso, Fontes e Neri (2014) apontam a resiliência como um padrão de funcionamento adaptativo diante das fragilidades às quais muitos velhos estão sujeitos. Os velhos que são considerados psicologicamente resilientes são os que não sucumbem diante das adversidades da vida, mas, ao contrário, se adaptam positivamente e depois recuperam os seus níveis de bem estar.

Nas adversidades o idoso tem a possibilidade de alterar o significado a elas atribuído, reduzir cognitivamente o nível de perigo dos eventos estressores, reduzir sua exposição a eles, diminuir as próprias reações negativas, manter a autoestima e a autoeficácia e criar oportunidades para reverter os efeitos do estresse (FONTES, NERI, p. 1477, 2014).

Deve-se entender que a capacidade de ser resiliente não é algo que possa ser acionado pelo indivíduo cada vez que se depara frente a episódios desafiadores, pois o mesmo é atravessado por aspectos dinâmicos, multifatoriais e multidimensionais (VALADA, 2011).

Estudos apontam que a autoestima positiva aparece como um importante fator de proteção diante dos infortúnios da vida. Além disso, pode influenciar no surgimento de outros fatores protetores. Os indivíduos que têm autoestima positiva possuem um excelente julgamento sobre si mesmo, o que ajuda para que tenham uma boa saúde mental e bem-estar psicológico (SANTOS *et al.*, 2016).

CONCLUSÃO

As considerações e reflexões acerca do envelhecer e da espiritualidade até agora feitas, vêm sendo estudadas por diferentes áreas do saber e apontadas como necessárias para se entender as causas da longevidade, assim como para tomar medidas necessárias para que essa faixa possa encontrar condições adequadas para um bem viver.

O envelhecimento populacional apresenta inúmeros aspectos, como cuidados com a saúde, através de uma alimentação equilibrada, aliada a exercícios físicos, o menor consumo de tabaco e álcool, a busca pela espiritualidade e religiosidade, ou seja, mudança de estilo de vida, como também maior poder aquisitivo, saneamento, maior controle sobre determinadas doenças, acesso à informação, entre outras causas.

Na direção em que se anda, há a estimativa de que a população mundial de idosos dobre seu contingente nas próximas décadas. Diante disso, necessita-se avançar ainda mais com políticas que tragam benefícios para esta camada da população. A tecnologia é uma das aliadas, pelo fato de poder desenvol-

ver meios, assim como produtos que facilitem a vida dessa parcela da população, mas têm mostrado na espiritualidade é que onde o velho vem encontrando argumentos resilientes para viver com qualidade sua longevidade.

A bem da verdade, a sociedade deve se preocupar em oferecer a este público meios para que possa estar a cada dia mais atuante e produtivo na sociedade, tendo em vista que o velho já demora mais para sair de cena. Afinal de contas, como vai viver esta parcela da população? Fica aqui a questão.

REFERÊNCIAS

BARROS, Myriam Moraes Lins de. Trajetória dos estudos de velhice no Brasil. *Sociologia, Problemas e Práticas*, n. 52, pp. 109-132, 2006.

BRASIL, Katia Tarouquella Rodrigues; BARCELOS, Maria Angélica Rodrigues de; ARRAIS, Alessandra da Rocha; CÁRDENAS, Carmen Jansen de. *A clínica do envelhecimento: desafios e reflexões para prática psicológica com idosos*, 2013. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?Script=sci_arttext&pid=S1413-03942013000100011>. Acesso: 20 mai.2016.

FONSECA, A. M. Promoção do desenvolvimento psicológico no envelhecimento. *Contextos Clínicos*, v. 3, n. 2, pp. 124-131. 2010.

FONTES, Arlete Portella, NERI, Anita Liberalesso. Resiliência e velhice: revisão de literatura. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 20, n. 5, pp. 1475-1495, 2015.

FRANKL, V. *Psicoterapia e sentido da vida*. São Paulo: Quadrante; 1973.

GUIMARÃES, Hélio Penna; AVEZUM, Álvaro. O impacto da espiritualidade na saúde física. *Revista de Psiquiatria Clínica*, n, 34, supl. 1, pp. 88-94, 2007.

LIMA, Ângela Maria Machado de; SILVA, Henrique Salmazo da; GALHARDONI, Ricardo. *Envelhecimento bem sucedido: trajetórias de um constructo e novas fronteiras*. Interface – Comunicação, Saúde, Educação. v.12, n.27, p.795-807, out./dez. 2008.

KOVÁCS, Maria Júlia. Espiritualidade e psicologia: cuidados compartilhados. **●** *Mundo da Saúde*, São Paulo, v. 31, n. 2, pp. 246-255, abr./jun. 2007

QUINTANA, Mário. *O tempo*. Disponível em: <<http://contobrasileiro.com.br/o-tempo-poema-de-mario-quintana>>. Acesso em: 22 mai.2016.

SCORTEGAGNA, Paola Andressa; OLIVEIRA, Rita de Cássia da Silva. Idoso: um novo ator social. *IX ANPED SUL - Seminário de Pesquisa em Educação da Região Sul*, 2012.

SCHNEIDER, Rodolfo Herberto; IRIGARAY, Tatiana Quarti. O envelhecimento na atualidade: aspectos cronológicos, biológicos, psicológicos e sociais. *Estudos de Psicologia*, Campinas, v. 25, n. 4, 585-593 out./dez. 2008.

SILVA, Bruna Rodrigues da; FINOCCHIO, Ana Lúcia. A velhice como marca da atualidade: uma visão psicanalítica. *Vínculo*, São Paulo, vl. 8, n. 2, dez. 2011. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-24902011000200004>. Acesso: 01 jul.2016.

SIMÃO, Manoel José Pereira; SALDANHA, Vera. *Resiliência e Psicologia Transpessoal: fortalecimento de valores, ações e espiritualidade*. *O Mundo da Saúde*, São Paulo - 2012;36(2):291-302.

TOLSTÓI, L. *A morte de Ivan Ilitch*. Porto Alegre: L&PM Pockt, 2008.

VALADA, Maria José dos Santos. A arte da vida: caminhar pelo envelhecimento com resiliência e com qualidade de vida. Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, Faculdade de Psicologia. Lisboa, 2011.

VERAS, Renato Peixoto; CALDAS, Célia Pereira. Promovendo a saúde e a cidadania do idoso: o movimento das universidades da terceira idade. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 9, n. 2, p. 423-432, 2004. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/%0D/csc/v9n2/20396.pdf>>. Acesso em: 30 jun.2016.

LONGEVIDADE E ESPIRITUALIDADE: O ENVELHECER COMO UMA DÁDIVA DE DEUS¹

Maykon dos Santos Marinho²

Luciana Araújo do Reis³

Resumo. O envelhecer é percebido por algumas pessoas como uma graça divina, um encontro espiritual e reverência a Deus. Assim, este estudo tem por objetivo analisar as percepções sobre o envelhecer dos idosos longevos. Trata-se de uma pesquisa qualitativa exploratório-descritiva, com a utilização da técnica da história oral temática e do software NVivo para análise dos dados. O envelhecer para os idosos longevos está associado à espiritualidade e à crença de que a velhice é uma dádiva de Deus. Este estudo, reafirma a importância de estudos com idosos longevos

1 Agradecimentos à Capes, pela bolsa, crucial para o desenvolvimento desta pesquisa. Um agradecimento mais do que especial aos participantes da mesma, os idosos longevos que nos acolheram em suas casas, permitindo o desenvolvimento e o aprendizado dos pesquisadores, que não foram apenas acadêmicos mas, também, pessoais e que serão levados para toda a vida, como experiência única.

2 Enfermeiro. Doutorando do Programa de Pós-Graduação em Memória: Linguagem e Sociedade (PPGMLS) da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB); Bolsista de Doutorado da CAPES. Membro do Núcleo Interdisciplinar de Estudos e Pesquisa sobre Envelhecimento Humano (UESB). *E-mail:* mayckon_ufba@hotmail.com.

3 Fisioterapeuta. Doutora em Ciências da Saúde (UFRN). Professora dos Programas de Pós-Graduação Stricto Sensu em Memória: Linguagem e Sociedade e do curso de Fisioterapia, ambos da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (PPGM/UESB). Departamento de Saúde 1, Grupo de Pesquisa: Núcleo de Estudos e Pesquisa sobre o Envelhecimento e Obesidade (UESB – CNPq). *E-mail:* lucianauesb@yahoo.com.br.

e a inclusão do tema espiritualidade nos estudos de envelhecimento.

Palavras-chaves: Velhice. Envelhecimento. Espiritualidade.

LONGEVITY AND SPIRITUALITY: AS A GIFT FROM GOD AGING

Abstract: The aging is perceived by the elderly as a divine grace, a spiritual encounter and reverence for God. This study aims to analyze the perceptions about the aging of the oldest old. This is an exploratory-descriptive qualitative research, using the technique of oral history and NVivo software for data analysis. The age for the oldest old is associated with spirituality, and the belief that old age is a godsend. This study reaffirms the importance of studies on the oldest old and the inclusion of the topic spirituality in aging studies.

Keywords: Old age. Aging. Spirituality.

LONGEVIDAD Y ESPIRITUALIDAD: EL ENVEJECER COMO UN REGALO DE DIOS

Resumen: El envejecimiento es percibido por los ancianos como una gracia divina, un encuentro espiritual y el temor de Dios. Este estudio tiene como objetivo analizar las percepciones sobre el envejecimiento de las personas más ancianas. Se trata de una investigación cualitativa exploratoria-descriptiva, utilizando la técnica de la historia oral y el software NVivo para el análisis de datos. La edad de los más ancianos se asocia con la espiritualidad, y la creencia de que la vejez es un regalo del cielo. Este estudio reafirma la importancia de los estudios sobre la edad más avanzada y la inclusión del tema