

# Panorâmica sobre a velhice.

## Uma introdução

*Este número da revista PSICOLOGIA procura dar uma contribuição para um melhor conhecimento dos problemas relacionados com o envelhecimento. De facto, nas últimas duas décadas desenvolveu-se uma grande preocupação por tudo o que diz respeito aos idosos. Esta preocupação, que envolve não só políticos mas gente das mais diversas áreas do conhecimento — demógrafos, sociólogos, psicólogos, médicos, assistentes sociais — resulta, por um lado, do enorme e rápido aumento do número de idosos e, por outro lado, do sentido de obrigação que a sociedade sente de cuidar desses idosos. Seja como for, o interesse recente pelo envelhecimento resulta fundamentalmente do problema demográfico. Já que a ciência tem proporcionado um aumento da longevidade, o número de idosos tem aumentado acentuadamente e dá indícios de continuar a aumentar. Este aspecto junto com a redução do número relativo de jovens tem conduzido ao que se chama a inversão da pirâmide demográfica. Essa pirâmide que em baixo tem representados os mais novos e em cima os mais velhos começa a apresentar-se mais larga em cima que em baixo. Este e outros aspectos da evolução das características demográficas em Portugal e em outros países da Europa são desenvolvidos, numa perspectiva da natural preocupação pelo envelhecimento, por J. Manuel Nazareth, perito em demografia, no artigo O envelhecimento demográfico.*

*Ao longo dos tempos e nas diversas culturas tem sido muito diversa a atitude das sociedades em relação aos velhos. Por exemplo, sabe-se que entre os esquimós polares logo que os velhos sentiam que já não tinham forças para contribuírem para a subsistência da família pediam aos familiares mais novos que os abandonassem deixando-os morrer. Nos nossos tempos podemos observar, em simultâneo, em diferentes famílias, em diferentes classes sociais e em diferentes culturas, duas atitudes em relação aos idosos. Por um lado encontramos as famílias que acolhem os velhos e os suportam no seu seio até ao fim da vida, umas vezes tolerando-os somente, outras vezes dando-lhes apoio, carinho e até veneração. Por outro lado vemos as famílias em que os velhos ficam a viver isolados os seus últimos dias ou porque insistem na sua independência ou porque são evitados ou rejeitados de modo mais ou menos subtil pelos mais novos. Às vezes a ideia de independência que os velhos exibem é postiça e não é mais que um mecanismo de compensação para a solidão, a depressão e a rejeição que sentem.*

*Em muitos grupos sociais vemos velhos que sempre foram personalidades fortes exercerem até muito tarde a sua actividade profissional e imporem-se com autoridade quer na família quer no seu grupo profissional ou social. Basicamente é a relação cultura-personalidade que proporciona, a estes velhos privilegiados, chegarem até uma idade avançada usufruindo de invejável bem estar.*

*A questão do modo como a velhice é definida e encarada pelos grupos sociais e pelos indivíduos e até pelos próprios idosos, é tratada num elegante artigo desta revista — A diversidade cultural do envelhecimento — por Antónia Lima e Suzana Viegas.*

Creio que em toda a parte e em todas as épocas existiu um estereótipo do que é um velho ou uma velha. Em encenações teatrais menos elaboradas é vulgar os actores representarem os velhos como pessoas curvadas, caminhando com passos miúdos, ou mãos trémulas, voz vacilante, a verem e ouvirem mal, conforme a conveniência do enredo, ora apatetados ora muito sabidos. A propósito desta visão estereotipada vale a pena mencionar o que Butler e Lewis (1982) chamam os mitos populares a respeito da velhice. O primeiro destes mitos é o do predomínio da idade cronológica, ou seja, a ideia errónea de que a idade expressa em números é mais significativa do que a idade com que a pessoa se sente e com que a pessoa se exprime em termos de eficácia e maturidade. Outro mito é o da senilidade, convicção de que todos os velhos são «senis». Frequentemente, numa disputa entre um jovem e um velho, se ouve o jovem dizer que o velho está senil como que significando que a argumentação do velho não pode, à partida, ter senso. Tranquilidade é outra das características míticas atribuídas aos velhos como se a velhice não tivesse sobressaltos e fosse um mar de rosas. Estes e outros aspectos da psicologia das pessoas idosas são bem revistos no artigo Aspectos psicológicos do envelhecimento, de João Barreto, um especialista na matéria.

O texto seguinte é de Castro Caldas, um investigador de reconhecidos méritos em Neuropsicologia e particularmente nos mecanismos neurológicos da linguagem. O seu texto, Modificações da comunicação verbal (com o envelhecimento), é uma revisão das características da linguagem dos idosos.

A psicopatologia tinha que estar presente numa revista de psicologia dedicada ao envelhecimento. As perturbações mentais com maior incidência nas pessoas de idade são a depressão e a demência. A frequência e a quantidade que estas duas perturbações atingem na Terceira Idade fazem-nos reflectir. Talvez os mitos populares sobre a velhice atrás mencionados não sejam tão mitos como isso. Não será verdade que, embora conheçamos velhos que pensam e agem como novos, que são produtivos e que entendem e alinham com a modernidade, a velhice numa grande parte dos casos é depressão e tonteria? Como conciliar o facto de existirem alguns velhos, ora temidos, poderosos, mesmo déspotas, ora lúcidos, criativos, solicitados pela sagesa dos seus conselhos, com a existência de uma maioria de velhos que dedicam o melhor das suas parcas energias a tentar sobreviver sem um mínimo de qualidade? Estes têm reformas de miséria, familiares que os não apoiam, maleitas de todos os géneros e esperam a morte dizendo que já estão a mais, que já viveram demais, quem lhes dera morrer. A depressão e a demência são como abutres à espreita das pessoas de idade. Souto Lopes, autor do artigo, A depressão nas idades tardias, é um especialista neste tipo de patologia dos idosos. O artigo dedicado às demências, intitulado A deterioração mental dos idosos, é escrito por mim e resulta da minha experiência de lidar com essas perturbações mentais.

Será também um mito a ideia de que o nosso cérebro perde células nervosas à medida que envelhecemos? Esta noção tem pouco mais de trinta anos. De facto, foi em 1955 que Brody (1955) primeiro lançou a ideia de que muitas células cerebrais vão morrendo com o passar dos anos. A contagem das células do cérebro é uma técnica muito laboriosa, difícil e sujeita a erros e, ao longo dos anos, desde que Brody publicou o seu trabalho, vários cientistas têm contado e recontado, sempre com técnicas mais refinadas, as células do cérebro. Ultimamente pensa-se que as células do cérebro não morrem mas mirram. José Pimentel, neuropatologista do Hospital de Santa Maria, dá-nos conta, no seu texto sobre Patogenia do envelhecimento cerebral, das alterações que o cérebro sofre com o passar dos anos.

Outro tema que tem provocado muita controvérsia é o de sabermos se perdemos, ou não, faculdades mentais com o envelhecimento. A partir de certa idade ninguém gosta que se lhe diga que o seu cérebro encolhe, que perde células nervosas de modo irreversível ou que as suas faculdades mentais decaem inexoravelmente. É provável que, com o decorrer dos anos, haja uma quebra da eficácia de alguns aspectos da actividade cognitiva mas que, em compensação, ocorra um aperfeiçoamento não tanto de funções mentais mas de certas estratégias mentais. Por outras palavras, perde-se agilidade mental mas ganha-se experiência. Esta questão de sabermos como evoluem as nossas faculdades mentais com a idade está intimamente relacionada com as técnicas de avaliação do rendimento intelectual com testes psicológicos. Estes são instrumentos preciosos na detecção da deterioração mental seja ela fisiológica (envelhecimento normal) ou patológica (demência). Contudo, não devemos convencer-nos que os testes psicológicos são infalíveis. Psicólogos de renome corroboram a impressão que os testes psicológicos não têm o valor diagnóstico das análises de laboratório usadas na clínica médica (Benton, 1975; Matarazzo, 1983). O problema da avaliação psicológica é desenvolvido por Manuela Guerreiro,

psicóloga com grande experiência no uso de testes mentais em doentes com demência, no seu artigo *Psicometria do envelhecimento*.

No último artigo deste número temático da revista *PSICOLOGIA*, Política da velhice — análise e perspectivas, Maria de Lurdes Quaresma, socióloga, trata das questões, que ela conhece bem, da segurança social dos idosos. Estes, começam a apresentar-se, nas sociedades mais desenvolvidas, não como meros recipientes de dádivas que a sociedade lhes prodigaliza, mas como força social com capacidade para reivindicar benefícios, para influenciar os rumos da política, as características dos produtos que lhes são dirigidos e, até, para fazerem interessarem-se por eles os ditadores da moda.

O actual entusiasmo pela investigação científica relacionada com o envelhecimento resulta de quatro principais motivações: 1 — altruísmo — desejo que os velhos vivam uma velhice mais confortável, física e psicologicamente; 2 — curiosidade — querer saber mais sobre os mecanismos do envelhecimento; 3 — utopia — ambição de terminar com o envelhecimento; 4 — oportunidade — mais verbas e mais lugares disponíveis para os investigadores.

Recentemente, um conhecido filósofo médico americano, Daniel Callahan (1988) lançou a provocante questão: «Será que viver mais tempo significará viver melhor?». E pergunta: «Quantos anos necessitamos para viver uma vida razoavelmente decente, para criar uma família, para trabalhar, para amar?». Callahan opõe-se aos esforços dos cientistas para alongarem a duração da vida que, entende ele, não deve ultrapassar um limite natural que rondará os oitenta anos. Este autor é favorável a que o governo dos EUA deixe de pagar certos procedimentos médicos a pessoas idosas como transplantes de órgãos, «by pass» das coronárias e diálise renal, sugerindo que os aparelhos de respiração artificial não sejam usados nos doentes terminais.

Enfim, só é de esperar que a ciência e a economia proporcionem a todos nós uma velhice com saúde física, bem estar psicológico e suficiente desafogo económico e uma morte rápida e suave.

CARLOS GARCIA

PROFESSOR DA FACULDADE DE MEDICINA DA UNIVERSIDADE DE LISBOA

#### BIBLIOGRAFIA

- BENTON, A. L. (1975) — «Psychological Tests for brain damage». In FREDMAN e KAPLAN (Eds.), *Comprehensive Textbook of Psychiatry*. Williams & Williams.
- BRODY, H. (1955) — «Organization of Cerebral Cortex part three, a study of aging in the human cerebral cortex». *J. Comp. Neurol.*, 102: 551-556.
- BUTLER, R. N. e LEWIS, M. I. (1982) — *Aging and Mental Health*. The C. V. Mosby Company, St. Louis, Toronto, London.
- CALLAHAN, D. (1987) — *Setting Limits*. Simon & Schuster, New York.
- MATARAZZO, J. D. (1983) — «Computerized Psychological Testing». *Science*, 221: 323.