

GIULYANNE MARIA SILVA SOUTO

**CORPO IDOSO E SERTÃO: UMA ANÁLISE DA PERCEPÇÃO DE CORPO, DE
CUIDADOS E DA SAÚDE**

JOAO PESSOA, 2020

GIULYANNE MARIA SILVA SOUTO

**CORPO IDOSO E SERTÃO: UMA ANÁLISE DA PERCEPÇÃO DE CORPO, DE
CUIDADOS E DA SAÚDE**

Tese apresentada ao Programa Associado de
Pós-Graduação em Educação Física
UPE/UFPB como requisito para obtenção do
grau de doutora.

Área de concentração: Cultura, Educação e Movimento Humano

Orientador: Prof. Dr. Iraquitan de Oliveira Caminha

JOÃO PESSOA, 2020

Catlogação na publicação Seção de Catlogação e Classificação

S728c Souto, Giulyanne Maria Silva.

CORPO IDOSO E SERTÃO: UMA ANÁLISE DA PERCEPÇÃO DE
CORPO, DE CUIDADOS E DA SAÚDE / Giulyanne Maria Silva
Souto. - João Pessoa, 2020.

86f. : il.

Orientação: Iraquitan de Oliveira Caminha. Tese
(Doutorado) - UFPB/CCS.

1. Idoso, Corpo, Cuidado, Saúde, Sertão. I. Caminha, Iraquitan
de Oliveira. II. Título.

UNIVERSIDADE DE PERNAMBUCO
UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
PROGRAMA ASSOCIADO DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA UPE-UEPB
CURSO DE DOUTORADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

A Tese **Corpo Idoso e Sertão: Uma Análise da Percepção do
Corpo, de Cuidados e da Saúde.**

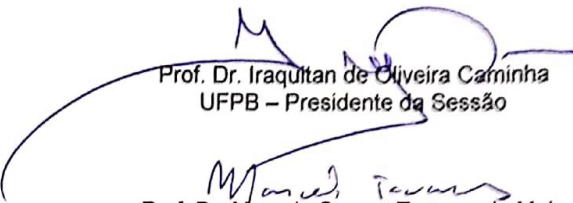
Elaborada por Giulyanne Maria Silva Souto

Foi julgada pelos membros da Comissão Examinadora e aprovada para
obtenção do título de DOUTOR EM EDUCAÇÃO FÍSICA na Área de
Concentração: Cultura, Educação e Movimento Humano.

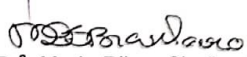
Data: 11 de dezembro de 2019

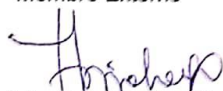

Prof.^a. Dr.^a. Maria do Socorro Brasileiro Santos
Coordenadora – UFPB

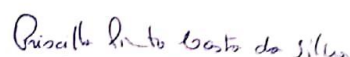
BANCA EXAMINADORA


Prof. Dr. Iraquitan de Oliveira Caminha
UFPB – Presidente da Sessão


Prof. Dr. Marcelo Soares Tavares de Melo
UPE – Membro Interno


Prof.^a. Dr.^a. Maria Dilma Simões Brasileiro
UFPB – Membro Externo


Prof.^a. Dr.^a. Terezinha Petrucia da Nóbrega
UFRN – Membro Externo


Prof.^a. Dr.^a. Priscila Pinto Costa da Silva
UFCG – Membro Externo

A Deus,
aos meus pais Ivanildo e Sandra
e aos meus pais acadêmicos Iraquitan e Dilma.
Dedico

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus, sem o qual nada seria possível em minha vida, por iluminar meus pensamentos e me carregar em seus braços em todos os momentos. A Maria, intercessora por manter seu manto de amor sobre mim.

A minha luz de cada dia, minha filha Tatila o melhor presente que Deus me deu e o maior desafio dessa tese e ao mesmo tempo grande motivadora para realização dos meus sonhos.

Ao meu esposo que sempre esteve caminhando ao meu lado dando sempre o seu melhor para que eu chegue cada vez mais longe.

Aos meus pais, que sempre estiveram por perto aquecendo o coração e dando todo apoio em todos os momentos da minha vida, mostrando-me o quão é importante buscar sempre o melhor, sem esquecer de que o importante é ter valores e princípios.

Aos meus familiares e amigos, minha melhor torcida, pelas suas palavras sempre animadas, carinhosas e por cada sorriso e alegrias.

A minha sobrinha, filha, irmã, amiga Mariana, a quem devo tantas alegrias, palavras de carinho e motivação para seguir em frente e mostrar o quanto este mundo pode ser melhor .

Ao meu querido e “caríssimo” professor Iraquitan de Oliveira Caminha, que novamente exerceu o papel de meu orientador de forma tão sábia, meu exemplo de ser humano e docente. Aquele que nunca deixou o desânimo tomar conta e sempre acreditou que tudo era possível, me convencendo e me fazendo chegar até aqui.

À professora Maria Dilma Simões Brasileiro, por ter sido a primeira pessoa a me mostrar o quanto a ciência é maravilhosa e ter plantado a semente da constante dúvida e a eterna busca por respostas. Levarei por toda a minha vida, não só acadêmica, toda a disciplina, o rigor e a constante busca pela perfeição, pois, mesmo não sendo encontrada, deve ser buscada. Meu eterno exemplo profissional e uma verdadeira “mãe” no mundo da academia, pois estimulou-me nos primeiros passos e em todos os momentos permaneceu ao meu lado, fosse para repreender ou para elogiar e nessa etapa para me manter de pé mesmo nos momentos em que estive mais fraca.

Aos professores da banca avaliadora por contribuir ricamente para a versão final deste estudo. Além dos demais professores da pós-graduação em Educação

Física por tantos ensinamentos seja nas disciplinas ou nas diversas ocasiões e até conversas de corredor.

Aos idosos que aceitaram participar deste estudo e aqueles que me levaram a cada um destes proporcionando todas as condições para que este estudo fosse possível. Esta população que desde a graduação me despertou a curiosidade de compreensão e o desejo de contribuir para uma velhice mais digna e compatível com o valor que estes sujeitos deveriam possuir na sociedade.

Aos meus colegas de Doutorado que apesar dos poucos encontros nestes quatro anos deixarão lembranças valiosas deste período. Inclusive aqueles que me acompanham desde o mestrado e ainda Patricia que nos deixou precocemente e não pode chegar nesta etapa.

Aos meus colegas do LAISTHESIS-UEPB (Laboratório de Estudos sobre Corpo, Estética e Sociedade) pelo carinho com o qual me recebem nas reuniões e sua disponibilidade em auxiliar. Em especial Nilmara que ao longo desses 4 anos foi capaz de construir uma parceria para a vida inteira seja ela acadêmica ou pessoal.

Aos meus “meninos e meninas” do GEPECCS-UEPB (Grupo De Estudos E Pesquisas Sobre Corpo, Cultura E Sociedade) que tanto me ensinam e torceram para que eu chegasse até aqui, lidera-los foi muitas vezes o motivador para continuar esta caminhada e mostrar que eles podem ir além, como digo sempre “o céu é o limite”. Em especial Francisca Joyce, Juliana, Ana Clara e Sarah.

Ao UEPB Campus Sousa por ter me acolhido não só com os professores do curso de Licenciatura em Educação Física, mas toda equipe que compõem essa família. Todo apoio dado nesta caminhada por Richardson e Gertrudes com sua disponibilidade, experiência e principalmente amizade. Nesta casa pude firmar muitos sonhos e crer que se fazemos o que gostamos trabalhar nunca será um sacrifício.

Enfim, agradeço pelo dom de construir conhecimentos com o intuito de compreender melhor o nosso mundo e com isso torná-lo melhor.

Somos sempre o jovem ou o velho em relação a alguém.

Pierre Bordieu

RESUMO

O envelhecimento consiste em um processo de grande complexidade e, a cada dia, atrai pesquisas em uma escala mundial. Nesse contexto, o presente estudo dedica-se a problematizar o idoso do sertão paraibano e sua relação com seu corpo. Levanta-se a tese de que o contexto sociocultural no qual o indivíduo está inserido acarreta características específicas em cuidar do corpo e da saúde. Sendo assim, este trabalho objetiva analisar os modos dos idosos perceberem e cuidarem dos seus corpos e da sua saúde por meio da Educação Física. Trata-se de um estudo de natureza descritiva com abordagem qualitativa. Os sujeitos participantes foram 30 idosos, de ambos os sexos, do município de Sousa, no sertão da Paraíba, abordados pela equipe de pesquisa, aleatoriamente, em suas residências. Foram excluídos do estudo os indivíduos que não apresentaram disponibilidade de tempo para a aplicação do instrumento, os que não possuíam autonomia nas atividades de cuidados e higiene pessoais e o que se recusou a assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. O primeiro grupo de idosos entrevistado foi formado por moradores de uma comunidade de assentados, o segundo por moradores de bairros residenciais e o terceiro por residentes de um núcleo habitacional, todos da cidade de Sousa. A coleta dos dados foi realizada por meio de uma entrevista semiestruturada e a partir da transcrição destas aplicou-se a técnica de análise de conteúdo. Essa análise resultou em três artigos sobre as dimensões do instrumento, foram estes: a percepção de corpo dos idosos; os cuidados corporais do idoso na sociedade do corpo jovem; e a definição da percepção de saúde dos idosos. Os sujeitos do estudo foram idosos na faixa etária entre 61 e 79 anos, com maior predominância de casados, havendo apenas um indivíduo divorciado e três viúvos. Em relação à escolaridade, a maior ocorrência foi Ensino Fundamental, seguido pelo expressivo número de analfabetos. Nas três dimensões analisadas, os dados apontam uma forte presença do discurso biomédico e do culto ao corpo jovem como ideal de beleza. Nas percepções corporais, o olhar do “outro” emerge como elemento de destaque e capaz de propagar os ideais de juventude eterna inalcançáveis por boa parte dos idosos, como forma de sanar ou prevenir doenças. Referente aos cuidados com o corpo, destacam-se aqueles relacionados à higiene pessoal e às dietas realizadas também associadas às patologias e sua prevenção. O conceito saúde dos idosos encontra-se muito limitado à ausência de doenças como indicador de saúde. A partir desses dados, busca-se, pois, promover a saúde do idoso sertanejo em uma perspectiva mais ampla, assim como proporcionar a ele uma melhor relação com seu próprio corpo e o cuidado de si.

Palavras-chave: Idoso. Corpo. Cuidado. Saúde. Sertão.

ABSTRACT

Aging is a process of big complexity and every day attracts research on a worldwide scale. In this context, the present study is dedicated to problematizing the elderly of the Paraíba hinterland and the relationship with their body. The thesis arises that the sociocultural context in which the individual is inserted entails specific characteristics in taking care of the body and the health. Thus, this work aims to analyse the ways of the elderly perceive and take care of their bodies and their health through Physical Education. This is a descriptive study with a qualitative approach. The participating subjects were 30 elderly men and women from the municipality of Sousa, in the Paraíba hinterland, randomly approached at their homes by the research team. The study excluded individuals who did not have time to apply the instrument, those who did not have autonomy in the activities of personal care and hygiene, and who refused to sign the Informed Consent Form. The first group of elderly interviewed was made up of residents of a settlement community, the second by residents of residential neighbourhoods and the third by residents of a housing estate, all from the city of Sousa. The data collection was realized through a semi-structured interview and based on their transcription, the content analysis technique was applied. This analysis resulted in three articles on the dimensions of the instrument, about: the elderly's body perception; body care for the elderly in the society of the young body; and defining the health perception of the elderly. The study subjects were elderly aged between 61 and 79 years old, with a greater predominance of married people, with only one divorced individual and three widowers. Regarding education, the highest occurrence was elementary school, followed by the expressive number of illiterates. In the three dimensions analyzed, the data point to a strong presence of biomedical discourse and the cult of the young body as an ideal of beauty. In bodily perceptions, the "other's" view emerges as a prominent element and capable of propagating the ideals of eternal youth unattainable by most elderly people, as a way to heal or prevent diseases. Regarding body care, those related to personal hygiene and the diets performed, also associated with pathologies and their prevention, stand out. The concept of health for the elderly is very limited to the absence of disease as a health indicator. From these data, we seek, therefore, to promote the health of the elderly backlander in a larger perspective, as well as provide them with a better relationship with their own body and the taking care.

Keywords: Elderly. Body. Carefulness. Health. Backland.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	10
2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA: ENVELHECIMENTO E PERCEPÇÕES NA COMPLEXA SOCIEDADE ATUAL	13
2.1 PROCESSO DE ENVELHECIMENTO: DO BIOLÓGICO AO ATUAL	13
2.2 ENVELHECIMENTO E VELHICE: PERCEPÇÕES DO SUJEITO E DO “OUTRO”	15
2.3 CUIDADOS COM O CORPO IDOSO: SAÚDE, ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR	18
2.4 SER JOVEM EM UM CORPO “VELHO”: DILEMAS NA SOCIEDADE DO “BELO”	20
3 PERCURSO METODOLÓGICO	24
3.1 CARACTERIZAÇÃO DA PESQUISA	24
3.2 CENÁRIO DA PESQUISA: SOBRE O SERTÃO DA PARAÍBA	24
3.3 INSTRUMENTO DE COLETA DAS NARRATIVAS	25
3.4 PROCEDIMENTOS DE COLETA DAS NARRATIVAS	25
3.5 TÉCNICA DE ANÁLISE DAS NARRATIVAS	26
4 RESULTADOS DO ESTUDO	27
4.1 Artigo 1 – PERCEPÇÕES RELACIONADAS AO CORPO: OLHARES DE IDOSOS DO SERTÃO DA PARAÍBA	27
4.2 Artigo 2 – CUIDADOS CORPORAIS DO IDOSO NA SOCIEDADE DO CORPO JOVEM: A CONSTANTE BUSCA PELO PADRÃO SOCIAL	39
4.3 Artigo 3 – DEFINIÇÃO DA PERCEPÇÃO DE SAÚDE DE IDOSOS DO SERTÃO DA PARAÍBA: UM ESTUDO PERCEPTIVO	49
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	57
REFERÊNCIAS	59
APÊNDICE	64
ANEXO	65

1 INTRODUÇÃO

Ao longo da vida, os seres humanos apresentam diferentes formas de se relacionar e se manter bem com seus corpos. Em cada etapa, os prazeres e cuidados com si mesmo são essenciais. Foucault (2004, p. 62) aponta, em sua obra, que, desde a antiguidade, os indivíduos cuidam de si, sendo esse “um princípio válido para todos, todo o tempo e durante toda a vida”.

Nesse sentido, as práticas de cuidado de si estão presentes essencialmente na vida das pessoas e variam de acordo com cada período sócio-histórico, conforme descreve Mendes e Gleyse (2015). Como exemplos de práticas de cuidar de si mesmo, os autores destacam o culto ao corpo, as dietas e os exercícios como sendo relacionados à Educação Física e à busca pela saúde.

Os cuidados individuais são direcionados à relação do ser humano com seu corpo. Este consiste em uma construção social, conforme aponta Le Breton (2007, p. 32), ao afirmar que o corpo não pode ser compreendido sem se levar em consideração a sociedade e os significados concebidos por esta. O autor aponta ainda que inexistem um corpo natural, desprovido de signos sociais. Nesse contexto, destacam-se as mudanças observadas após os 60 anos de idade em decorrência do processo de envelhecimento, as quais afetam o cotidiano do sujeito idoso e seus cuidados destinados aos corpos, variáveis conforme o meio social, dentre outros aspectos.

Sobre essa fase da vida, segundo Vitola e Argimon (2003, p. 98), “as características mais importantes do envelhecimento humano são, pois, a sua individualidade e diversidade”. Dessa forma, cada indivíduo irá relacionar-se e cuidar de seu corpo de forma diferenciada. Mazo, Lopes e Benedetti (2009) acrescentam que o envelhecimento humano é definido por fatores diversos, destacando-se os ambientais, genéticos, biológicos, psicológicos, culturais e sociais. Nessa perspectiva, Vitola e Argimon (2003, p. 97) apontam ainda que “a velhice é a última etapa do ciclo normal da vida. Entender o processo do envelhecimento é compreender de forma abrangente os aspectos individuais e coletivos da vida”.

Diante das diversas modificações advindas do processo de envelhecimento, acentuado após os 60 anos, e da forma singular como ocorre nas pessoas, o indivíduo, com o avançar da idade, apresenta novas percepções sobre si. Tomicki *et al.* (2016) referem-se à autoavaliação do idoso como algo contextualizado e baseado em fatores internos e externos. Assim, uma avaliação de si mesmo pelo idoso, positiva

ou negativa, afeta seu declínio ou bem-estar físico e mental. Tal relação observa-se na percepção de saúde e imagem corporal constituída por aspectos biológicos, psicológicos e sociais (WHO, 2004; SHILDER, 1980)

Do ponto de vista individual e coletivo, os estudos sobre o envelhecimento precisam alcançar aspectos regionais. O Brasil tem várias regiões com suas peculiaridades e culturas que expressam diferentes modos de cuidar do corpo e formar uma imagem desse corpo em função desses cuidados. Particularmente, no Nordeste, há uma região bastante singular, que é o sertão nordestino. Essa região da Paraíba chama a atenção por possuir uma população que vive em um ambiente seco, com escassez de chuvas, porém marcada pela garra e paciência em esperar dias melhores.

Acredita-se na concepção de corpo do idoso que reside no sertão da Paraíba como elemento singular com características específicas desse sujeito. Levanta-se, assim, a afirmação de que o contexto, mais especificamente o sertão paraibano, possui fatores relevantes e influenciadores dos modos de cuidar e perceber a saúde e a imagem dos seus corpos, na percepção dos idosos. Sendo assim, este trabalho possui a seguinte questão norteadora: como os idosos do município de Sousa-PB percebem a saúde, cuidam e constroem a imagem de seus corpos?

Desse modo, esta pesquisa procura compreender a influência do contexto social na percepção de saúde, no cuidado com o corpo e na imagem corporal por parte de idosos na Paraíba. Ao escrever sobre o sertão como ser sensível, Ferreira (2018, p. 41) afirma que “O corpo do sertão revela sentimentos de um lugar onde os extremos da vida são configurações do cotidiano, vivido nos sentidos, nas paisagens e nas relações, pela inerência sensível do humano com a natureza sertaneja”. O autor acrescenta ainda que o sertanejo acompanha a dinâmica do ambiente no qual se encontra e se entrelaça, diferenciando-se, assim, de outros grupos sociais por refletir a resistência e a esperança mediante condições inóspitas de vida causadas pela seca e seus efeitos para o meio ambiente.

O sertão é apontado também por Neves (2003) como um ambiente caracterizado na sociedade brasileira como área geográfica vasta, porém possuidora de características peculiares dos indivíduos que nela habitam e manifestam desde os costumes, gestos até elementos artísticos. O sertanejo apresenta-se, logo, como um povo acolhedor, forte e conformado com as dificuldades da escassez de água, em especial no sertão da Paraíba. Lutadores desde a infância até a velhice, carregam em

si a esperança de dias melhores e, mesmo quando tudo parece perdido, preservam a garra e a alegria de viver.

Na literatura brasileira emergem diferentes autores que em suas obras adotaram como cenário o sertão nordestino, caracterizando-o e exaltando suas peculiaridades. Autores pertencentes ao momento chamado “Regionalismo” da literatura brasileira caracterizaram o sertão em suas obras a partir da seca, fome, miséria, local de exploração e angústia humana, marcado pela morte, região atrasada economicamente e moralmente (JÚNIOR, 2012). O sujeito residente no sertão encontra-se conforme a literatura em um contexto físico e social capaz de influenciar sua vida em diferentes dimensões.

Assim, esta pesquisa busca contribuir com melhorias para o idoso sertanejo quanto à elaboração de políticas públicas, programas e intervenções direcionados ao idoso, além de subsidiar novos estudos sobre esse público no sertão. Observou-se que os estudos relacionando cuidados e idosos na literatura brasileira possuem como área de produção principalmente a enfermagem e como objeto de estudo as intervenções corporais por parte de profissionais ou da família.

Mendes e Gleyse (2015) alertam para a importância da Educação Física como influente nas práticas corporais do cuidado de si e complementam ainda que, diante da multidisciplinaridade, a escuta dos sujeitos é deixada de lado e o cuidado de si reflete os discursos biomédicos. Nessa perspectiva, esta pesquisa possui como objetivo geral analisar os modos de os idosos do município de Sousa, no sertão da Paraíba, perceberem e cuidarem dos seus corpos e da sua saúde por meio da Educação Física. Mais especificamente, este estudo tem como objetivos: identificar as características perceptivas de corpo de idosos residentes na cidade de Sousa-PB; identificar as práticas de cuidado corporal dos idosos relacionadas à Educação Física; e identificar a percepção de saúde desses sujeitos.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

ENVELHECIMENTO E PERCEPÇÕES NA COMPLEXA SOCIEDADE ATUAL

2.1 PROCESSO DE ENVELHECIMENTO: DO BIOLÓGICO AO SOCIAL

O processo de envelhecimento apresenta características que variam individualmente, destacando-se a influência do contexto social no qual o idoso se encontra. Segundo Nahas (2010), os principais fatores modificáveis (do estilo de vida) que afetam a qualidade do envelhecimento são: a nutrição, o tabagismo e a ingestão de outras drogas (inclusive as bebidas alcoólicas), a rede social de suporte (relacionamento) e as atividades físicas e mentais.

Na concepção de Farinatti (2002), o envelhecimento em uma perspectiva biológica pode ser caracterizado por três teorias: a primeira com base nos danos genéticos ocorridos ao longo da vida, a segunda com base no desequilíbrio causado por danos e origem química e a terceira com base na restrição calórica enquanto acelerador do processo de envelhecimento. O autor ressalta ainda que, apesar do número variado de teorias, muitas delas carecem de evidências científicas para serem comprovadas. Fachine e Trompieri (2015) complementam o autor citado ao destacarem que, não obstante o potencial genético no processo de envelhecimento, a forma como o indivíduo vive desde o nascimento também será fator relevante para a vivência dessa fase da vida.

Após os 60 anos de idade, momento a partir do qual o sujeito é considerado idoso no Brasil, de acordo com o Estatuto do Idoso (BRASIL, 2003), o corpo humano passa por mudanças nos aspectos biológicos, psicológicos e sociais. Estas afetam a relação de como os corpos são cuidados ao longo da vida em proporções que variam subjetivamente, pois “a maioria das mudanças no envelhecimento ocorre tão gradualmente que são imperceptíveis no dia-a-dia” (MEDIONDO; BULLA, 2003, p. 271).

A concepção sobre o envelhecimento humano por muito tempo esteve atrelada aos aspectos fisiológicos, tanto na literatura quanto no discurso social. Nesse sentido, Neri *et al.* (2009) discutem o efeito da biomedicalização do processo de envelhecimento por meio dos médicos que, dessa forma, limitam as políticas sociais, as intervenções em saúde e as pesquisas na área. Além disso, essa visão interfere na produção de conhecimentos sobre o processo de envelhecimento na esfera social

e na forma como o corpo idoso é cuidado, sendo essa fase da vida conceituada como uma patologia.

Além da complexidade do processo de envelhecimento e das diferentes teorias com propósito de explicar as mudanças nesse período da vida, diversos autores têm apresentado nomenclaturas e categorias para definir essa fase, são elas: idoso, velho, terceira idade, senescente, senil, ancião, senior, longo, geronte, maior idade, melhor idade, feliz idade, terceira idade adulta, pessoa de idade avançada, adultos da terceira idade, adultos da segunda fase e senectude (PUGA BARBOSA, 2003; ANDRADE, 2018).

Vale ressaltar que, ainda no intuito de classificar fases do envelhecimento, Shepard (2003) categoriza-o a partir de aspectos funcionais, independência e nível de cuidados requeridos do indivíduo. Assim, esse autor divide o envelhecimento em quatro categorias: meia idade (40 a 65 anos), velhice (65 a 75), velhice avançada (75 a 85) e velhice muito avançada (acima de 85 anos). Todavia, mesmo com categorizações e buscas pelo entendimento do processo de envelhecimento humano após os 60 anos de idade, as teorias atuais consideram a individualidade desse processo e a diversidade de fatores influentes na forma como as pessoas vivenciam essa fase.

Outro fator significativo na forma como o processo de envelhecimento é percebido tanto pelo indivíduo nessa faixa etária quanto pelos outros consiste na cultura. Shneider e Irigaray (2008) apontam, por meio de uma revisão literária, que cada sociedade cria um conceito de envelhecimento, observando-se, assim, diferentes significados e status social para o idoso em culturas ocidentais e orientais. No que se refere às sociedades ocidentais, tal visão apresenta uma contradição ao ponto que os indivíduos buscam, cada vez mais, a longevidade. Os autores destacam ainda o envelhecimento ocorrido e caracterizado em uma dimensão cronológica, biológica, psicológica e social, sendo a primeira menos relevante para caracterizar o indivíduo enquanto idoso.

Segundo Mazo, Lopes e Benedetti (2009), diversas evidências, a partir de relatos de povos e civilizações antigas, apontavam a desvalorização do idoso e até o estímulo, para os mais novos, aos maus tratos. Destaca-se também, como obras clássicas relacionadas a esse tema, o ensaio intitulado “Saber Envelhecer”, no qual o filósofo Cícero, aos 61 anos, escreveu sobre diversos aspectos do envelhecimento por meio de textos que foram reunidos em uma única obra. No século passado,

Simone de Beauvoir (1986 *apud* MUCIDA, 2006, p. 67) foi uma das primeiras autoras a abordar a temática do envelhecimento em suas pesquisas e concluiu que “[...] a velhice é uma categoria social, mais ou menos valorizada de acordo com cada cultura e um destino singular”.

Em uma perspectiva antropológica, Concone (2007), em seu artigo sobre o processo de envelhecimento e sua relação com a cultura, explana sobre como os termos “envelhecer” e “velhice” foram tomando diferentes significados ao longo das mudanças sociais na história em concomitância com o papel social do indivíduo após os 60 anos. A mesma autora aponta a desinstitucionalização da velhice como ressignificadora dessa etapa da vida no Brasil, conforme se observou também na Europa, e, como exemplo, a autora cita a aposentadoria, a qual deixa de ser um fator determinante para “ser velho”. Emerge nesse contexto também a consciência de categoria, ou seja, a pertença a um grupo com representação social e lutas específicas deste.

Minayo e Coimbra Jr. (2002) alertam para o fato de que socialmente a velhice é relacionada a um fardo econômico para a sociedade e para o próprio idoso mediante a relação entre este e o capital. Os autores apontam ainda as dificuldades socioeconômicas características dessa fase para idosos de classe menos abastadas, os quais acabam por assumir esse período da vida como um problema. Apesar dessa situação variar em algumas sociedades, os efeitos dessa perspectiva afetam a autonomia dos indivíduos após os 60 anos. Beauvoir (1990 *apud* ROSA; VERAS; ASSUNÇÃO, 2015), em sua clássica obra sobre a velhice, coloca a sociedade como incoerente e até criminosa, pois, quando não caracteriza o idoso como sendo acima dos demais indivíduos, aponta-o como abaixo.

Diante do exposto, observa-se, a partir da literatura, que o processo de envelhecimento na atualidade é marcado pelas diversidades individuais e pela cultura de cada sociedade. Além disso, os diferentes fatores intervenientes afetam a percepção do sujeito que envelhece sobre si mesmo e a relação estabelecida entre seu corpo e a sociedade.

2.2 ENVELHECIMENTO E VELHICE: PERCEPÇÕES DO SUJEITO E DO “OUTRO”

O ser idoso na sociedade contemporânea possui diferentes significações e percepções, pois, em cada fase da vida, o ser humano apresenta diferentes formas

de compreensão do contexto em que se insere. Para apreciação desse período, em um primeiro momento, convém diferenciar o envelhecimento da velhice, ambos tratados, na maioria das vezes, como similares. Todavia, com base em documentos legais, conforme mostrado por Brito, Camargo e Castro (2017), o envelhecimento está relacionado ao percurso natural de diminuição da funcionalidade do ser humano, não necessariamente marcado pela presença de patologias (BRASIL, 2006a). Já a velhice consiste na fase iniciada após os 60 anos de idade, caracterizada pela maturação biológica e resultante do avançar da idade na perspectiva cronológica (BRASIL, 2006b). Minayo e Coimbra Jr. (2002) acrescentam que a velhice compreende uma categoria social e culturalmente construída.

Na percepção dos idosos participantes de um grupo de convivência sobre o envelhecer, conforme citado por Colussi, Pichler e Grochot (2019), constatou-se uma visão positiva dessa fase da vida quando relacionada às características desse processo apontadas pelo senso comum, no imaginário social. Os idosos alegam uma vida marcada por autonomia e independência como fator positivo, mas também reconhecem os declínios e consequências negativas no âmbito biopsicossocial, típicas desse período.

Em outro estudo sobre representação social da velhice, realizado em Florianópolis, por Brito, Camargo e Castro (2017), com idosos e sua rede social (esposos/as, filhos/as, cuidadores/as, irmãos/irmãs, vizinho), verificou-se que cada parcela da amostra representou a velhice de uma forma, como variância de atividade e inatividade ou de valorização e desvalorização, pelos dois grupos respectivamente.

Já em outro estudo, o qual considerou a renda familiar, foram comparadas as representações sociais da velhice entre dois grupos de terceira idade, um de alta renda e outro de baixa renda, na cidade de João Pessoa-PB. No primeiro grupo, os autores acharam nos relatos, com frequência, os termos: desgaste físico, esquecimento, solidão, raciocínio lento, preconceito e, ainda, segregação social (intragrupo), essa última encontrada apenas nos relatos desse grupo. No segundo grupo, por sua vez, os termos mais verificados foram a preocupação com a demência, a senilidade e, ainda, a rejeição familiar, encontrada somente nesse grupo.

Em relação a outras faixas etárias, em um estudo realizado por Oliveira, Dutra e Teixeira (2010), no qual os autores buscaram a percepção dos adultos, constatou-se que estes veem com medo o envelhecimento e conjugam essa fase da vida a aspectos relacionados à estética e interações sociais. Essa resistência social ao

envelhecimento ocorre principalmente por fatores associados ao senso comum e à organização sociopolítica. Mediondo e Bulla (2003) apontam os idosos como um grupo social marginalizado e heterogêneo, principalmente devido ao pensamento capitalista, no qual as pessoas com mais de 60 anos são vistas como não produtivas economicamente.

Vale ressaltar ainda que, quando indivíduos em outras fases da vida foram questionados sobre o idoso, a percepção também foi negativa. O estudo realizado por Caldas e Thomaz (2010) mostrou que os idosos são vistos pelos jovens de forma mais negativa do que positiva, entretanto, essa visão vem se modificando e se tornando mais inclusiva.

Em uma investigação com crianças, realizada por Ramos (2009), os sujeitos participantes dos grupos focais, 16 crianças de ambos os sexos, apontaram que não querem envelhecer, atribuindo significados nem sempre positivos a essa fase da vida. Além disso, essa pesquisa mostrou que as crianças encaram positivamente o envelhecimento apenas pelo fato de tratar-se de um período da vida no qual o indivíduo possui tempo livre.

Ainda referente à percepção de crianças sobre o envelhecimento, em um estudo realizado no município de Sousa-PB, por Brito(2018), utilizando-se do mesmo percurso metodológico de Ramos (2009), pode-se observar, nas ilustrações e palavras das crianças, os idosos como pessoas que são frágeis, sedentárias e que precisam da ajuda de outros indivíduos para realizar atividades simples.

Já em outro estudo sobre a percepção do envelhecimento em uma perspectiva social, Andrade (2018) ouviu docentes e discentes da área de saúde e constatou que eles apresentam um bom conhecimento sobre a legislação relacionada aos idosos e ao processo acentuado após os 60 anos de idade. A busca de compreensão sobre como indivíduos da área da saúde percebem o envelhecimento torna-se de grande importância, uma vez que estes estão bastante presentes no cotidiano de muitos idosos para fornecer-lhes cuidados, os quais, em alguns casos, já não são possíveis de ser realizados com autonomia e independência.

Quando se coloca a perspectiva dos familiares cuidadores, observa-se uma visão temerosa do envelhecimento e suas consequências para o cotidiano do indivíduo idoso e o futuro das relações entre os membros da família, isso porque muitas patologias desse processo afetam a autonomia e geram a necessidade de cuidados do ser humano (COLUSSI; PICHLER; GROCHOT, 2019). Entretanto,

destaca-se positivamente, nesse mesmo estudo, o conhecimento sobre a legislação brasileira inerente à população de idosos.

Na percepção do próprio sujeito, consideram-se fatores internos e externos em uma visão individual e social, pois as experiências de vida são importantes para o estabelecimento dos significados nessa fase (DA SILVA SANTOS; JÚNIOR, 2014). Dessa forma, o envelhecimento e a velhice serão definidos de diferentes formas de acordo com a diversidade de contextos que se observa na complexa sociedade atual.

2.3 CUIDADOS COM O CORPO IDOSO: SAÚDE, ATIVIDADE FÍSICA E BEM-ESTAR

A partir da década de 60, observa-se no Brasil uma nova perspectiva do sujeito em relação ao envelhecer. As experiências nessa fase da vida têm apresentado um idoso mais ativo e menos suscetível aos estereótipos que generalizam esse período (DAL RIO, 2009). Assim, mediante um significativo crescimento populacional dos idosos no Brasil, nota-se também o aumento de estudos com esse público e suas novas características, bem como a necessidade de considerar o processo de envelhecimento em sua complexidade e individualidade.

Dessa forma, além de considerar o aspecto biológico, percebe-se o ser idoso como resultado de fatores sociais e psicológicos. Concone (2007) destaca que, no último século, os cuidados com o corpo voltaram a ser enfatizados pela sociedade com o culto ao corpo jovem e com a busca pelo retardo do processo de envelhecimento. Outro ponto é a relação entre velhice e doença, relação essa apresentada como um ciclo que deve ser combatido pelo indivíduo por meio da aquisição de hábitos saudáveis, tratados como “responsáveis” pela autora, aliados à cosmetologia e à cirurgia plástica.

Nas últimas décadas, observa-se, ainda, nessa fase da vida, o crescimento de grupos de idosos (associações e grupos de convivência) e a procura por um estilo de vida mais ativo, caracterizado pela prática regular de atividades capazes de proporcionar maior gasto calórico, melhor funcionamento orgânico e maior autonomia ao idoso. Sobre essa nova realidade, Nahas (2010) cita que, em populações nas quais os idosos realizam atividades físicas regularmente, nota-se uma redução nos custos em saúde e atendimento social, uma melhora na produtividade das pessoas em atividades comunitárias e uma melhor e mais positiva visão da velhice. Essas

mudanças em relação ao corpo e concepções sobre o idoso compartilham com a necessidade de diferentes cuidados consigo mesmo no intuito de alcançar a saúde.

A prática de atividades físicas no envelhecimento caracteriza, assim, uma forma de cuidar de si e, aliada a outras práticas, como as alimentares, influencia o culto ao corpo pelo idoso. Segundo Mucida (2006, p. 112), “desde sempre o homem se inquietou com seu corpo, dedicando-se às maneiras de mantê-lo jovem por meio dos famosos ‘elixires da juventude’”. A autora acrescenta ainda que o gênero não influencia e que se verifica nos homens a busca pelos mesmos recursos utilizados pelas mulheres, para atingir a imagem corporal ideal; dentre esses recursos, citam-se as cirurgias plásticas e os cosméticos.

Assim, conforme Mendes e Gleyse (2015), a Educação Física constitui elemento inserido nas discussões sobre o cuidado com o corpo, este entendido pelos autores como carente de uma visão multidisciplinar e marcado pelo discurso biomédico. Esse último é confrontado pela perspectiva da multidisciplinaridade do processo de envelhecimento, que inclui aspectos psicológicos e sociais, nos quais se encontram as características do meio social, pouco consideradas em estudos sobre o envelhecimento no Brasil.

Vale ressaltar ainda que diferentes elementos influenciam a vida do idoso. Logo, o corpo que, nessa fase da vida, sofre mudanças as quais o tornam sem confiança e carente de cuidados constantes, passa a requerer ações do próprio indivíduo (COSTA, 2010). E esse, por sua vez, mediante suas necessidades, adota diversas práticas de cuidar de si com o objetivo de viver melhor esse período.

Em um estudo sobre envelhecimento e saúde realizado no Brasil, mais especificamente em Porto Alegre, quando perguntados sobre os cuidados com o corpo na categoria imagem corporal, os idosos relacionaram esta aos hábitos de higiene como influentes no autocuidado e autoestima (VILARINO; LOPES, 2008). Nesse estudo, as autoras alertam também para a influência do discurso médico/biologicista na percepção de saúde dos idosos bem como da mídia nos hábitos alimentares, os quais também se apresentaram como formas de cuidado do corpo. Além disso, nessa pesquisa, a atividade física, representada principalmente pela caminhada, é apontada pelos idosos como um forma de cuidado com o corpo em prol da saúde.

Nogueira, Silva e Santos (2006), em um estudo epidemiológico com 128 idosos portugueses, buscaram avaliar e comparar a atividade física habitual entre idosos em

função dos contextos (rural e urbano) e do gênero e estabelecer eventuais relações intragrupo entre a atividade física total, as atividades domésticas, as atividades desportivas e as atividades de tempos livres. Os autores constataram que o grupo mais ativo, inclusive no tempo livre, é composto por idosos do ambiente rural.

Em outra pesquisa, realizada por Barbosa *et al.* (2015), a finalidade foi investigar se, entre idosos, a relação nível de atividade física (NAF) e qualidade de vida (QV) é afetada pelo ambiente de moradia (rural ou urbano). A amostra foi composta por 40 idosos (sendo 20 da área urbana e 20 da área rural) e o método de pesquisa foi quantitativo transversal e observacional. Os resultados apontam para a falta de diferenças entre os níveis de qualidade de vida dos dois grupos, mas também maiores níveis de atividade física daqueles idosos residentes em zona rural.

Outros dois estudos relatados na literatura brasileira foram realizados com idosos exclusivamente da área rural. Um é de autoria de Pegorari *et al.* (2015), cujo objetivo foi conhecer a prática de atividades físicas de lazer e sua relação com a qualidade de vida, realizado com 850 idosos, por meio de inquérito domiciliar transversal. Nessa pesquisa, a qualidade de vida esteve diretamente relacionada aos maiores escores de nível de atividade física.

O segundo estudo, transversal, realizado por Pinto *et al.* (2014) com 95 idosos baianos, teve o intuito de analisar a associação entre o nível de atividade física habitual e os transtornos mentais comuns entre idosos. Conclui-se que o nível de atividade física possui significância estatística quando comparado com a faixa etária, situação conjugal e escolaridade, mas não com os transtornos mentais comuns. Em uma perspectiva social, o processo de envelhecimento está cada vez mais aliado apenas aos aspectos negativos e às perdas dessa fase da vida, acarretando uma busca incansável dos sujeitos por parar ou voltar no tempo e manter-se jovem em todo tempo.

2.4 SER JOVEM EM UM CORPO “VELHO”: DILEMAS NA SOCIEDADE DO “BELO”

O que é ser belo na sociedade atual? Provavelmente a resposta a essa pergunta estará permeada pelo ideal de juventude e pelos padrões estéticos vigentes na sociedade. Quando o sujeito se depara com o natural e inevitável processo de

envelhecimento, o qual se acentua após os 60 anos de idade, encontra uma realidade capaz de afetar drasticamente a vida dele. Conforme um conjunto de idosas ouvidas em grupos focais, a beleza no ser humano tem como base costumes e padrões estéticos da sociedade na qual o indivíduo está inserido e, na velhice, esse modelo possui a adição dos cuidados de si (FIN; PORTELLA; SCORTEGAGNA, 2017)

Souza *et al.* (2002), por sua vez, apontou que o idoso sob o olhar do outro é marcado principalmente pelas perdas e aspectos negativos dessa vida. Na perspectiva de compreender como o idoso é apresentado na mídia, cita-se o estudo realizado por Viana (2010), intitulado “O envelhecimento retratado pelo cinema: uma análise do filme 'Camilla'” e o estudo de Wottrich (2011), com o seguinte título: “O que a telenovela diz sobre a velhice? Representações da beleza e do cuidado de si em *Passione*”. No subtítulo da segunda obra, observa-se uma contribuição positiva da novela para as construções sociais mais positivas sobre a velhice.

Ainda na perspectiva do corpo idoso exposto pela mídia, em um estudo realizado por Machado e Freitas (2018) com base na análise de uma série da plataforma Netflix, intitulada “Grace and Frankie”, as autoras caracterizaram a velhice exposta no seriado como sendo performática, marcada pela idealização da busca constante pela felicidade e juventude. Essa exposição de corpos jovens nas diferentes mídias afeta a forma como o indivíduo se percebe e se relaciona com seu próprio corpo.

Nesse sentido, Ferreira, Baumel e Gomes (2008) apontam, além da insatisfação, a distorção (geralmente para o lado negativo) da imagem corporal por parte de indivíduos idosos de ambos os sexos, os quais se encontram cada vez mais obstinados a possuírem o corpo que atenda aos protótipos do ideal imposto pela sociedade.

Concordando com esses autores, Santaella (2008, p. 128) diz que “No cenário público os corpos devem alcançar o ideal almejado, vencendo todos os obstáculos, todas as formas de imperfeição, sobretudo, as marcas da velhice”. Tal posicionamento vai ao encontro das ideias propagadas socialmente sobre o envelhecimento, tratado como algo natural e homogêneo para os diferentes sujeitos. Essa realidade influencia o indivíduo a perceber a si mesmo de forma negativa, pois, segundo Costa (2010, p. 74), nessa fase da vida, “o corpo deixa de ser aliado confiável para se converter em um inimigo que precisa de controle e cuidado constantes. A ação corporal não acompanha os desejos”.

Dentre os diferentes desafios individuais na sociedade contemporânea após os 60 anos de idade, destaca-se o fato de possuir um corpo que não se enquadra nos padrões, o que, como consequência, desvaloriza o idoso. Goldenberg (2014) define o corpo como “capital” físico, simbólico, econômico e social ao relacioná-lo com o valor capaz de classificar o indivíduo positiva ou negativamente pelo fato de atender aos padrões sociais. Um corpo conceituado positivamente possui o potencial de ascender o indivíduo ao configurar um capital sexual, afetivo e de trabalho para homens e mulheres.

A mesma autora descreve também que o corpo capital “é um corpo que deve ser magro, jovem, em boa forma, sexy. Um corpo conquistado por meio de um enorme investimento financeiro, muito trabalho e uma boa dose de sacrifício” (GOLDENBERG, 2014, p. 78). Ainda sobre o tema, a autora destaca que o valor atribuído ao corpo varia conforme o contexto sociocultural, exemplificando que, na Alemanha, onde o corpo não possui tanto valor, a velhice é encarada como um momento positivo, pois o indivíduo alcança realizações e liberdade. Logo, o peso que o sujeito atribui às normas sociais será decisivo na forma como este vivencia o processo de envelhecimento e se relaciona com seu corpo nessa fase da vida.

Shilder (1980) aponta ainda que a imagem corporal é concebida mediante três fatores: fisiológicos (percepção tátil, postura, membro fantasma), estrutura libidinoso/psicológico (narcisismo e movimentos expressivos) e aspetos sociológicos (expressão de emoções e interação com outras imagens corporais). Le Breton (2007), por sua vez, afirma que o corpo ganha forma humana a partir das tramas sociais, proporcionando ao indivíduo a concepção de sua imagem corporal, sendo no contexto sociocultural que o sujeito representa a relação entre o ser e o mundo como forma de comunicação. Mais especificamente, em relação aos idosos, essa imagem corporal apresenta-se repleta de experiências adquiridas ao longo da vida e marcadas pelos elementos culturais e sociais.

Dentre esses elementos, destaca-se o gênero como fator relevante na percepção do corpo pelo idoso. Bourdieu (1999), em sua obra intitulada “A dominação masculina”, cita que, enquanto os homens costumam apresentar insatisfação com as partes por serem pequenas, as mulheres mostram-se insatisfeitas por partes de seu corpo serem grandes demais na sua percepção. Ao discorrer sobre a dominação masculina na sociedade, o autor compara as mulheres a objetos simbólicos em constante insegurança com seus corpos e suscetíveis à insatisfação com sua imagem

corporal. Essa significativa parcela da população de idosos convive com um corpo real apresentado ao “outro” e aquele ideal na perspectiva social.

Em um estudo realizado com 67 homens idosos portugueses e brasileiros, com o intuito de identificar quais os aspectos mais importantes na construção da imagem corporal deles, Soares (2019) constatou que os dois grupos deram importância aos aspectos inerentes às relações interpessoais. O ponto que se distanciou na percepção dos dois grupos foi a espiritualidade, na amostra de brasileiros, enquanto que, na amostra de portugueses, as evocações parecem ter uma característica mais introspectiva e com muitas verbalizações sobre a diferenciação entre a mente e o corpo.

Quanto à percepção de mulheres de seu corpo, acrescenta-se o valor dado a este pela presença do marido na vida das idosas. O cônjuge emerge como elemento valoroso e influente na forma como essas idosas se relacionam com seu corpo, sendo apontado até como mais importante que adequar-se aos padrões sociais. Assim, conforme Goldenberg (2012) constatou em depoimentos femininos, ter um marido foi indicado como mais valoroso do que ser magra, ter aparência jovem e ser bonita, e esse fator afeta significativamente a construção da imagem corporal. Além desses aspectos, a prática de atividades corporais e a espiritualidade foram apontadas por Souto e Caminha (2015) como contribuintes positivos na concepção da imagem corporal de mulheres idosas a partir da análise de suas narrativas.

Nesse sentido, os estudos têm evidenciado a complexidade do processo de construção da imagem corporal do ser humano principalmente na velhice, fase marcada por mudanças significativas em todas as dimensões da vida humana.

3 PERCURSO METODOLÓGICO

3.1 CARACTERIZAÇÃO DA PESQUISA

A presente pesquisa trata-se de um estudo de natureza descritiva com abordagem qualitativa (BAUER; GASKEL, 2012), tendo o idoso residente no sertão paraibano como constituinte do objeto de estudo a ser descrito na sua percepção de cuidados, imagem corporal e saúde. O método descritivo é explicado por Mattos, Júnior e Rabinovich (2017) como aquele em que o autor relaciona um fenômeno com outros fatores sem manipulação destes.

3.2 CENÁRIO DA PESQUISA: SOBRE O SERTÃO DA PARAÍBA

O cenário desta pesquisa é a cidade de Sousa, sexto município mais populoso do Estado da Paraíba, com área territorial de 738,547 km² e composto por 64.499 habitantes, segundo estimativa do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2019b). Sousa pertence à macrorregião do sertão da Paraíba, formada por 83 municípios, e destaca-se como o segundo mais populoso dentre esses. No último censo demográfico realizado em 2010 pelo mesmo instituto, constatou-se que a pirâmide etária se caracteriza como adulta (IBGE, 2010).

Os sujeitos do presente estudo compõem-se de 30 idosos residentes no cenário supracitado, abordados pela equipe de pesquisa, aleatoriamente, em suas residências. Foram excluídos do estudo os indivíduos que não apresentaram disponibilidade de tempo para a aplicação do instrumento, os que não possuíam autonomia nas atividades de cuidados e higiene pessoais e o que se recusou a assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (ANEXO A).

A quantidade de idosos selecionados nos grupos descritos adiante possuiu como base as orientações de Bauer e Gaskel (2012) para estudos qualitativos com entrevista quanto à saturação de respostas para formação do corpus. Vale ressaltar que todos os grupos possuem sujeitos do gênero feminino e masculino. O primeiro grupo de idosos entrevistados foi formado por 15 moradores de uma comunidade de assentados rurais; o segundo por 8 residentes de bairros residenciais da cidade de Sousa; e o terceiro por 7 idosos residentes num núcleo habitacional também chamado de agrovila, formado por agricultores, sendo todos localizados na cidade de Sousa.

3.3 INSTRUMENTO DE COLETA DAS NARRATIVAS

O instrumento de coleta dos dados utilizado neste estudo consistiu em um roteiro de entrevista estruturada (APÊNDICE A), elaborado para esta pesquisa com o intuito de conhecer a percepção de corpo, os cuidados com o próprio corpo, a construção da imagem corporal e a percepção de saúde dos idosos. Vale ressaltar ainda que a elaboração teve como base a literatura relacionada ao tema e foi submetida a um estudo piloto para adaptação, apreciação da viabilidade, capacidade de resolução do problema proposto, ordem de aplicação e entendimento dos sujeitos deste estudo.

As dimensões de cuidados do corpo da entrevista são o culto ao corpo e os exercícios físicos, conforme aponta Mendes e Gleyse (2015). Para aplicação do instrumento, utilizou-se um caderno para as anotações e um gravador de áudio digital para registro das entrevistas.

3.4 PROCEDIMENTOS DE COLETA DAS NARRATIVAS

Para a coleta das narrativas deste trabalho, inicialmente submeteu-se o projeto de pesquisa ao Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal da Paraíba. Após a aprovação, sob o número CAAE 09385119.0.0000.5188(ANEXO B), os idosos foram recrutados aleatoriamente, nas suas localidades de residência, para a obtenção da quantidade de sujeitos necessários à realização do estudo.

Assim, iniciou-se a coleta dos dados por meio da aplicação da técnica de entrevista. Esta foi realizada individualmente, por meio de participação voluntária, concordância e assinatura do TCLE, na residência do participante, em local apropriado para captação do áudio e em período propício para aplicação dessas técnicas. Em alguns casos, o encontro foi marcado previamente com o idoso, conforme a necessidade dele. Ao assinar o termo, o sujeito concordou em participar da pesquisa e foi, ainda, informado sobre o anonimato de sua identidade, os riscos e os benefícios do estudo, além da responsabilidade dos pesquisadores sobre estes.

3.5 TÉCNICA DE ANÁLISE DAS NARRATIVAS

A análise dos dados foi realizada com base na técnica de análise de conteúdo proposta por Bardin (2009). Com base nela, foram transcritas (APÊNDICE B) as entrevistas e, posteriormente, as transcrições referenciaram a codificação e a interpretação delas em categorias. Vale ressaltar também que estas inicialmente foram estabelecidas com base na literatura relacionada ao tema e definidas em três categorias: a percepção de corpo, os cuidados com o corpo e a percepção de saúde. Além disso, as categorias de análise desta obra consistirão em norteadores dos artigos apresentados como resultados do estudo e com o intuito de ilustrar as interpretações inseriu-se as falas de alguns idosos.

4 RESULTADOS DO ESTUDO

4.1 Artigo 1 – PERCEPÇÕES RELACIONADAS AO CORPO: OLHARES DE IDOSOS DO SERTÃO DA PARAÍBA

Giulyanne Maria Silva Souto
Iraquiton de Oliveira Caminha

RESUMO

O corpo idoso revela histórias e marcas adquiridas ao longo do tempo, entretanto, não é concebido sem o olhar do outro, capaz de influenciar positiva ou negativamente a relação do indivíduo com seu corpo. Sendo assim, este estudo objetiva analisar os modos de os idosos do município de Sousa, no sertão da Paraíba, perceberem e cuidarem dos seus corpos e da sua saúde por meio da Educação Física. Trata-se de uma pesquisa de natureza descritiva com abordagem qualitativa. Os sujeitos constituem-se de 30 idosos, de ambos os sexos, desse município, abordados pela equipe de pesquisa, aleatoriamente, em suas residências. Foram excluídos deste trabalho os indivíduos que não apresentaram disponibilidade de tempo para aplicação do instrumento, os que não possuíam autonomia nas atividades de cuidados e higiene pessoais e o que se recusou a assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. O primeiro grupo de idosos entrevistados foi formado por moradores de uma comunidade de assentados e o segundo por moradores de bairros residenciais da cidade de Sousa. A coleta dos dados foi realizada por meio de uma entrevista semiestruturada e a análise destes possuiu como base o conteúdo das transcrições. A coleta dos dados apontou, ainda, a presença de idosos na faixa etária entre 61 e 79 anos, com maior predominância de casados, havendo apenas um indivíduo divorciado e três viúvos. Em relação à escolaridade, a maior ocorrência foi Ensino Fundamental, seguido pelo expressivo número de analfabetos. Como resultado, nas percepções corporais, o olhar do “outro” emerge como elemento de destaque e capaz de propagar os ideais de juventude eterna inalcançáveis por boa parte dos idosos, como forma de sanar ou prevenir doenças. Nesse sentido, destaca-se o discurso biomédico e a cultura do corpo jovem como belo e perfeito, presente na forma como os indivíduos se relacionam com seu corpo.

Palavras-chave: Idoso. Corpo. Sertão.

1 INTRODUÇÃO

O ser humano possui complexas e importantes modificações corporais ao longo de sua vida e, após os 60 anos de idade, estas passam a ter diferentes significados devido a diversos fatores que podem ser de cunho subjetivo, funcional ou social.

Mediante o processo de envelhecimento que acompanha o indivíduo do nascimento à morte, ocorrem mudanças biopsicossociais as quais se apresentam de forma específica e afetam, muitas vezes negativamente, o cotidiano das pessoas (FERREIRA *et al.*, 2010).

Assim, o corpo envelhecido carrega consigo vivências e traços que lhe atribuem significados em uma perspectiva pessoal e social. Galvani e Silveira (2015, p. 148) defendem que “O corpo que envelhece carrega uma história e variadas experiências que foram enraizadas e, muitas vezes, transformadas no decorrer da vida. Envelhecer faz parte da própria evolução e do ciclo da vida”. Contudo, a consideração do envelhecimento depende da sociedade na qual o sujeito está inserido.

Ressalta-se que o corpo tratado neste estudo extrapola os limites biológicos e coloca-se enquanto corpo sujeito. Segundo Le Breton (2007), o corpo existe essencialmente na perspectiva sociocultural e representa a presença do ser no mundo. Logo, todas as modificações observadas e a concepção da imagem corporal nessa fase da vida serão associadas ao sujeito e sua relação com seu meio.

Nesse sentido, a imagem corporal do idoso, na maioria das vezes ligada a aspectos negativos, reflete sua história, estilo de vida e contexto social. Segundo Costa (2010, p. 74), nesse período da vida, “o corpo deixa de ser aliado confiável para se converter em um inimigo que precisa de controle e cuidado constantes. A ação corporal não acompanha os desejos”. Ainda sobre as mudanças corporais decorrentes do envelhecimento, a mesma autora assenta a compreensão de si e da realidade como elementos influentes na adaptação do idoso.

Tavares (2003), por sua vez, explica que o desenvolvimento da imagem corporal encontra-se paralelo ao desenvolvimento da identidade do próprio corpo, tendo relação com os aspectos fisiológicos, afetivos e sociais. Diante disso, emerge a reflexão de como possuir um corpo ideal nesse momento da vida. Nessa faixa etária, ocorrem mudanças corporais diversas tanto internas quanto externas, as quais esbarram no padrão de corpo ideal, traçado pela cultura do rejuvenescimento. Tudo isso leva os indivíduos com mais de 60 anos a conceberem sua imagem corporal frequentemente de forma negativa, por não alcançarem o padrão de beleza jovem.

Mucida (2006) aponta que a inquietação corporal do ser humano consiste em uma prática que sempre acompanha o homem. A autora salienta ainda que a busca pela manutenção da juventude leva o homem a uma busca eterna. Entretanto, observa-se na atualidade as diversas possibilidades de manipulação dos corpos.

Assim, o corpo e a forma como cada pessoa o concebe tornaram-se algo a ser modificado em qualquer momento, vindo a ser vulnerável às tendências sociais (LE BRETON, 2007).

Santaella (2008, p. 128) acrescenta a indústria da beleza como elemento influente no culto ao corpo jovem na sociedade atual, por meio da presença constante desse tema no cotidiano: “No cenário público, os corpos devem alcançar o ideal almejado, vencendo todos os obstáculos, todas as formas de imperfeição, sobretudo, as marcas da velhice”. Observa-se, assim, a criação de um “mito” de que é possível manter o corpo jovem por toda a vida, independentemente de ações naturais.

Contudo, a relação entre possuir o corpo ideal e se adequar ao corpo real não se apresenta de forma positiva na presente sociedade, principalmente para os idosos. Nesse sentido, a questão norteadora deste estudo consiste no seguinte: quais as características da percepção da imagem corporal dos idosos do sertão da Paraíba? Como objetivo propõe-se a identificar as características da construção da imagem corporal de idosos residentes no sertão da Paraíba, mais especificamente na cidade de Sousa.

A importância de compreender como o corpo é percebido após os 60 anos baseia-se na complexidade da experiência de envelhecer. Conforme aponta Goldfarb (1998, p. 35), “A imagem da velhice parece sempre estar ‘fora’, do outro lado, e embora saibamos que ‘aquela’ é a nossa imagem, nos produz uma impressão de inquietante estranheza, o apavorante ligado ao familiar”. Sendo assim, esta pesquisa justifica-se pela necessidade de se entender a percepção do corpo idoso e posteriormente propor formas de intervenção por meio de políticas públicas e privadas para diferentes profissionais que atuam nessa área do conhecimento.

2 PERCURSO METODOLÓGICO

O presente estudo possui natureza descritiva com abordagem qualitativa (BAUER; GASKEL, 2012), sendo o idoso residente no sertão paraibano o objeto de estudo a ser descrito na sua percepção de cuidados, imagem corporal e saúde. O método descritivo é explicado por Mattos, Júnior e Rabinovich (2017) como aquele em que o autor relaciona um fenômeno com outros fatores sem manipulação destes.

O cenário desta pesquisa é a cidade de Sousa, sexto município mais populoso do Estado da Paraíba, com área territorial de 738,547 km² e composto por 64.499

habitantes, segundo estimativa do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2019). Sousa pertence à macrorregião do sertão da Paraíba, formada por 83 municípios, e destaca-se como o segundo mais populoso dentre estes. No último censo demográfico, realizado em 2010 pelo mesmo instituto, constatou-se que a pirâmide etária se caracteriza como adulta (IBGE, 2010).

Os sujeitos do estudo foram 30 idosos, de ambos os sexos, residentes no cenário descrito, abordados pela equipe de pesquisa, aleatoriamente, em suas residências. Foram excluídos do trabalho os indivíduos que não apresentaram disponibilidade de tempo para aplicação do instrumento, os que não possuíam autonomia nas atividades de cuidados e higiene pessoais e o que se recusou a assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

A quantidade de idosos selecionados nos grupos descritos adiante possuiu como base as orientações de Bauer e Gaskel (2012) para estudos qualitativos com entrevista quanto à saturação de respostas para formação do corpus. O primeiro grupo de idosos entrevistados foi formado por moradores de uma comunidade de assentados e o segundo por moradores de bairros residenciais da cidade de Sousa.

O instrumento de coleta dos dados utilizado consistiu em um roteiro de entrevista estruturado (APÊNDICE A), elaborado para esta pesquisa com o intuito de conhecer a percepção de corpo, os cuidados com o próprio corpo, a construção da imagem corporal e a percepção de saúde dos idosos. Vale ressaltar que a elaboração teve como base a literatura relacionada ao tema e foi submetida a um estudo piloto para adaptação, apreciação da viabilidade, capacidade de resolução do problema proposto, ordem de aplicação e entendimento dos sujeitos deste estudo.

As dimensões de cuidados do corpo da entrevista são o culto ao corpo e os exercícios físicos, conforme aponta Mendes e Gleyse (2015). Para aplicação do instrumento, usou-se um caderno para as anotações e um gravador de áudio digital para registro das entrevistas. Neste trabalho, serão utilizadas apenas as respostas obtidas nas perguntas sobre a construção da imagem corporal.

Para coleta das narrativas, inicialmente o projeto de pesquisa foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal da Paraíba. Após a aprovação, sob o número CAAE 09385119.0.0000.5188, os idosos foram recrutados aleatoriamente nas suas localidades de residência para a obtenção da quantidade de sujeitos necessária.

Assim, iniciou-se a coleta dos dados aplicando-se a técnica de entrevista. Esta foi realizada individualmente, por meio de participação voluntária, concordância e assinatura do TCLE (ANEXO A), na residência do participante, em local apropriado para a captação do áudio e em período propício para o emprego dessas técnicas. Em alguns casos, o encontro foi marcado previamente com o idoso, conforme a necessidade dele. Ao assinar o termo, o sujeito concordou em participar da pesquisa e foi informado sobre o anonimato de sua identidade, os riscos e benefícios do estudo, além da responsabilidade dos pesquisadores sobre estes.

A análise dos dados foi realizada com base na técnica de análise de conteúdo proposta por Bardin (2009), segundo a qual as entrevistas são transcritas e, posteriormente, as transcrições referenciam a codificação e interpretação das próprias em categorias. Além disso, com o intuito de ilustrar as interpretações inseriu-se as falas de alguns idosos. Salienta-se que essas categorias, inicialmente, foram estabelecidas com base na literatura relacionada ao tema e definidas em três: os cuidados com o corpo, a construção da imagem corporal e a percepção de saúde.

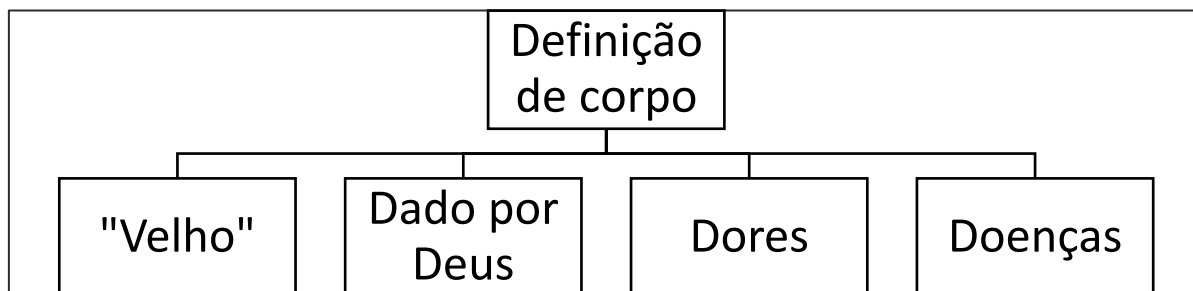
3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

A coleta dos dados apontou a presença de idosos na faixa etária entre 61 e 79, com maior predominância da faixa entre 70 e 79 anos. O estado civil prevalecente foi casado, havendo apenas um indivíduo divorciado e três viúvos. Quanto à escolaridade, a maior ocorrência foi Ensino Fundamental, com destaque para somente um idoso que concluiu o Ensino Médio, seguido pelo expressivo número de analfabetos.

No intuito de compreender as concepções dos idosos sobre o seu próprio corpo, foram utilizadas, do instrumento do estudo, apenas as questões referenciais da temática, que são: “Como o(a) senhor(a) definiria o seu próprio corpo?”, “O(A) senhor(a) está satisfeito(a) com seu corpo?”, “O(A) senhor(a) possui algum modelo de corpo que considera belo?” e “Como o(a) senhor(a) acha que as pessoas veem o seu corpo?”.

No Diagrama 1 a seguir, observam-se os elementos relacionados à definição de corpo dada pelos idosos, na qual se destaca a ligação com a espiritualidade bem como as patologias características dessa fase da vida.

Diagrama 1: Definição de corpo para idosos do sertão da Paraíba



Fonte: Elaborado pelo autor.

Pode-se verificar, assim, a relação dos idosos com a religiosidade como elemento de aceitação de si mesmo e dos efeitos do tempo ao definirem seu corpo como algo dado por Deus, conforme apontam as falas abaixo:

“É bom o que Deus me deu.” (I 12)

“É bom graças a Deus.” (I 14)

Outros estudos realizados apontam uma ligação positiva da religiosidade com aspectos funcionais, qualidade de vida e saúde física e mental dos idosos (AMORIM *et al.*, 2017; ABDALA *et al.*, 2015). Esses autores acrescentam ainda o papel da religiosidade como contribuinte no estilo de vida ativo.

Outro aspecto recorrente na fala dos idosos ao definirem o corpo foi a associação deste com patologias e dores, como citam alguns idosos:

“Meu corpo graças a Deus é sadio né, não tem diabetes.” (I 1)

“Bom porque não tenho doença grave.” (I 21)

Essa relação pode ser ligada às consequências do processo de envelhecimento em uma perspectiva biológica (NAHAS, 2010). Tal autor destaca a importância de um estilo de vida ativo para uma melhor qualidade de vida após os 60 anos e a relevância desses hábitos serem cultivados ao longo da vida. Sobre esses primeiros dados levantados, nota-se ainda a utilização do termo “velho”, visto por alguns autores como inadequado e pejorativo, conforme mostra Ferreira (2010).

Em estudo realizado por Souto e Caminha (2015) com mulheres idosas, na cidade de João Pessoa, constatou-se que estas associam o corpo também com aspectos religiosos, com a presença de patologias e, ainda, com aspectos estéticos,

segundo consta nos dados expostos no Diagrama 1. Os autores acrescentam que essas três definições são reflexo da visão social do corpo que envelhece em uma sociedade na qual o corpo ainda é tratado como máquina e o ideal corporal é permeado pelos ideais padronizados de estética. Estes aspectos ficam claros nas falas dos idosos entrevistados, citadas abaixo:

“No espelho o idoso muda muito.”(I 6)

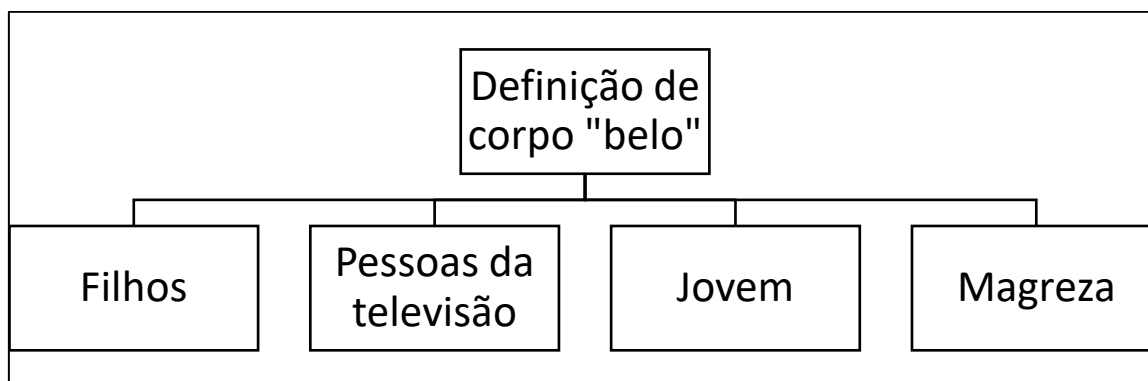
“Eu me acho magra.” (I 8)

“Assim, como estou mesmo né. só queria que fosse mais magra um pouquinho. Mas não tem jeito a gente faz por onde, mas não sei o que é isso não. Só quando a adoece que cai mais um pouquinho. Pense aí a gente perde um monte de quilo aí quando você melhora e ganha mais do que tinha. Eu queria que fosse mais magrinho um pouquinho porque eu me acho gorda.” (I 17)

Após o conhecimento da percepção que os idosos possuem de corpo, buscou-se identificar se eles se encontram satisfeitos com a própria imagem corporal. Constatou-se, assim, que a grande maioria está satisfeita, porém alguns associam a satisfação com o fato de estarem saudáveis ou, ainda, com a conformidade. Santos e Júnior (2014) alertam para a presença de fatores internos e externos na significação desse período da vida e a importância das experiências individuais ao longo dela.

Em um terceiro momento de definição do corpo para os idosos, estes foram questionados sobre o conceito de corpo “belo”. Nas falas, ilustradas pelos seus elementos principais no Diagrama 2, pode-se observar diferentes formas de conceituar a beleza dos corpos.

Diagrama 2: Definição de corpo belo para idosos do sertão da Paraíba



Fonte: Elaborado pelo autor.

Entretanto, o que chama a atenção no diagrama acima é o aparecimento dos estereótipos estabelecidos pela mídia na sociedade atual. Ressalta-se que, para Blessman (2004), apesar da ação do tempo, a sociedade ignora o fato do processo de envelhecimento ser natural e impossível de evitar com suas consequências na imagem corporal ao insistir na busca de corpos ideais marcados pela presença da beleza jovial. Estes aspectos são apresentados nas falas abaixo:

“Acho que a juventude né. Principalmente quando estão as meninas estão arrumadas.” (I 2)

“Minhas filhas eu acho todas elas bonitas.” (I 4)

“Minhas filhas têm o corpo bonito. Minha sobrinha também.” (I 21)

O mesmo autor aponta que imagens do corpo jovem, saudável e belo são disseminadas na mídia como algo a ser atingido por todos, porém muito distante da realidade do corpo envelhecido (BLESSMAN, 2004).

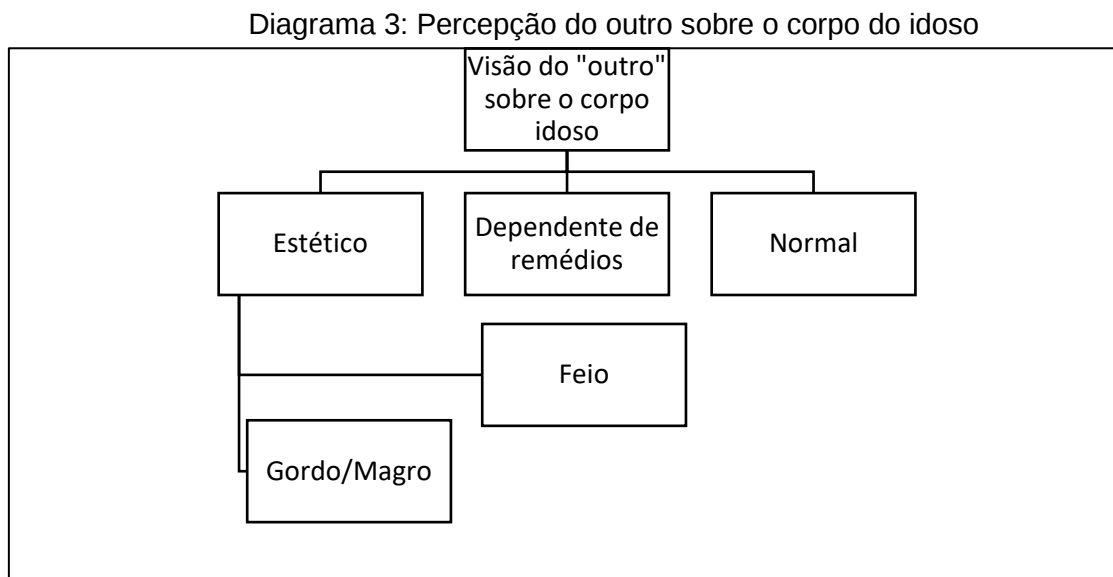
Santaella (2008, p. 128), por sua vez, afirma que, “no cenário público, os corpos devem alcançar o ideal almejado, vencendo todos os obstáculos, todas as formas de imperfeição, sobretudo, as marcas da velhice”. O corpo perfeito não pode trazer marcas da velhice e deve acompanhar a magreza característica de modelos e ditadores de moda. Esteves e Fernandes (2017) acrescentam que a interioridade é substituída pela exterioridade, a qual é visível ao olhar do outro e pode ser modificada, a fim de se enquadrar nos padrões de subjetividade e felicidade social. Dessa forma, os idosos idealizam para si corpos capazes de agradar os outros e não acompanhar as mudanças ocorridas devido ao processo de envelhecimento e sua história de vida.

Eu acho bonito as mulheres magras.(I 14)

Ah tem muitos né tem muitos modelos. Gisele Bundchen.

Por fim, convém refletir sobre a relação do idoso com seus familiares ao verificar-se que alguns idosos indicaram o corpo de seus filhos como ideal de corpo belo, ratificando, assim, a relação entre o idoso e seu meio social. Isto fica evidente nas falas ilustradas anteriormente. A dimensão social é muito importante na concepção de significados sobre o corpo em qualquer fase da vida, conforme apontam Shilder (1980) e Le Breton (2007). Nessa perspectiva, levantou-se a seguinte questão:

“Como o(a) senhor(a) acha que as pessoas veem o seu corpo?”. As respostas estão expostas no Diagrama 3 adiante.



Fonte: Elaborado pelo autor.

A forma como os outros concebem o corpo é parte integrante da concepção da imagem corporal, logo, a predominância de aspectos negativos ligados à estética ou à necessidade de ingestão de remédios decorrentes das patologias comuns nessa fase da vida é fator que afeta de forma significativa os idosos. Aspectos negativos sobre o corpo envelhecido são característicos da definição feita por familiares, crianças e jovens, de acordo com estudos realizados por Colussi, Pichler e Grochot (2019), Brito (2018), Ramos (2009) e Caldas e Thomaz (2010). Tais autores evidenciam-se na fala dos idosos, quando estes apontam:

“Bom aí. Eu acho que, acham eu muito feio, né.” (I 1)

“Uns eu acho que me vê uma pessoa feia, gorda, que quer ser moça[...]” (I 24)

Além disso, a literatura aponta que a visão social sobre o envelhecimento ainda é bastante negativa, entretanto, essa concepção varia conforme cada sociedade e pode ser modificada por tratar-se de um aspecto culturalmente construído. Dessa forma, com o crescimento da população idosa, estima-se que essa fase da vida seja vista com menos estereótipos negativos pelos “outros” e por aqueles que a vivenciam, ressaltando-se, assim, as conquistas advindas com o tempo de vida.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A definição dos idosos do sertão em relação ao próprio corpo caracterizou-se como permeada pelas consequências do processo de envelhecimento no aspecto tanto biológico quanto social, e eles apresentaram-se satisfeitos em sua maioria. Quanto ao conceito de corpo belo, ficou presente a influência da mídia na propagação de padrões corporais. Essa realidade torna-se preocupante, pois a sociedade vivencia a cultura do rejuvenescimento, na qual se busca, incessantemente, a juventude eterna e determinados padrões. Esse discurso se repete quando os idosos são questionados sobre a visão dos outros sobre seu corpo.

Diante disso, este estudo aponta para caminhos de discussões com idosos, pessoas de outras idades, cuidadores e familiares sobre qual corpo deve ser buscado pelo idoso, além da necessidade de acompanhar padrões que podem afetar a qualidade de vida após os 60 anos. Sugerem-se ainda mais estudos capazes de retratar outros sujeitos nessa faixa etária e de outras culturas, uma vez que estas influenciam a forma como o indivíduo vivencia esse período da vida, além de que, a cada dia, cresce essa parcela da população.

REFERÊNCIAS

ABDALA, Gina Andrade *et al.* Religiosidade e qualidade de vida relacionada à saúde do idoso. **Revista de Saúde Pública**, v. 49, p. 55-55, 2015.

AMORIM, Diane Nogueira Paranhos *et al.* Associação da religiosidade com a capacidade funcional em idosos: uma revisão sistemática. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 20, n. 5, p. 727-735, 2017.

BARDIN, Laurence. **Análise de Conteúdo**. 4. ed. Lisboa: Edições 70, 2009. 281p.

BAUER, Martin W.; GASKEL, George. **Pesquisa Qualitativa com Texto, imagem e Som: um manual prático**. 10. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2012.

BLESSMAN, Eliane Jost. Corporeidade e envelhecimento: O significado do corpo na velhice. **Estudos Interdisciplinares do Envelhecimento**. Porto Alegre, v. 6, p. 21-39, 2004. Disponível em: <http://seer.ufrgs.br/RevEnvelhecer/article/view/4737/2661>. Acesso em: 15 mar. 2012.

CALDAS, Célia Pereira; THOMAZ, Andrea Fernandes. A velhice no olhar do outro: uma perspectiva do jovem sobre o que é ser velho. **Revista Kairós Gerontologia**,

São Paulo, v. 13, n. 2, p. 75-89, nov. 2010. Disponível em: <http://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/5367>. Acesso em: 4 set. 2012.

BRITO, Fernanda Alice Camara de; SOUTO, Giulyanne Maria Silva. **A percepção de crianças em relação ao corpo do idoso praticante de atividade física**. 2018. Monografia (Licenciatura em Educação Física) IFPB –Sousa, 2018.

COLUSSI, Eliane Lucia; PICHLER, Nadir Antonio; GROCHOT, Lucimara. Percepções de idosos e familiares acerca do envelhecimento. **Rev. bras. geriatr. gerontol**, v. 22, n. 1, p. e180157, 2019.

COSTA, Geni de Araújo. Corpo e idade: por um convívio natural. **Em extensão**. Uberlândia, v. 9, n. 2, p. 71-86, jul./dez. 2010. Disponível em: http://www.sumarios.org/sites/default/files/pdfs/58440_6761.PDF. Acesso em: 3 set. 2012.

ESTEVES, Dayane Barros; FERNANDEZ, Juan Carlos Aneiros. Velhice, corpo e saúde. **Revista Kairós: Gerontologia**, v. 20, n. 4, p. 383-401, 2017.

FERREIRA, O. G. L. *et al.* Significados atribuídos ao envelhecimento. **Psico-USF**, João Pessoa, v. 15, n. 3, p. 357-364, 2010.

GALVANI, C.; SILVEIRA, N. D. R. **Longevidade e psicomotricidade**: ter ou ser um corpo que envelhece com qualidade de vida. Programa de Estudos Pós-Graduados em Gerontologia da PUC-SP e SESC, 2015, p.148-159.

GOLDFARB, Delia Catullo. **Corpo, tempo e envelhecimento**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1998.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Panorama da cidade de Sousa**. 2019. Disponível em: <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/pb/sousa/panorama>. Acesso em: 19 ago. 2019.

_____. Síntese dos indicadores sociais: uma análise das condições de vida da população brasileira. **Estudos e pesquisas – informação demográfica e socioeconômica**, n. 27. Rio de Janeiro, 2010. Disponível em: http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/condicaodevida/indicadoresminimos/sinteseindicsoais2010/SIS_2010.pdf. Acesso em: 19 mar. 2011.

LE BRETON, D. **A sociologia do Corpo**. 2. ed. Tradução de Sônia M. S. Fuhrmann. Petrópolis-RJ: Vozes, 2007.

MATTOS, Mauro Gomes de; JÚNIOR, Adriano José Rossetto; RABINOVICH, Shelly Blecher. **Metodologia da pesquisa em educação física**: construindo sua monografia, artigos e projetos. São Paulo, Phorte Editora, 2017.

MENDES, Maria Isabel Brandão de Souza; GLEYSE, Jacques. O cuidado de si em Michel Foucault: reflexões para a educação física. **Movimento**, ESEF/UFRGS, v. 21, n. 2, abr./jun. 2015, p. 507-520. Disponível em: <http://www.seer.ufrgs.br/Movimento/article/view/47942>. Acesso em: 15 dez. 2015.

MUCIDA, Ângela. **O sujeito não envelhece** – Psicanálise e velhice. 2. ed. Belo Horizonte: Autêntica, 2006.

NAHAS, Marcus Vinicius. Capítulo 10. Envelhecer com vigor. In: NAHAS, Marcus Vinicius. **Atividade física, saúde e qualidade de vida**: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. 5. ed. Londrina: Midiograf, 2010, p 191- 205.

RAMOS, Anne Carolina. O Corpo-bagulho: ser velho na perspectiva das crianças. **Revista Educação e Realidade**, 34(2):239-260, maio/ago. 2009.

Disponível em: <http://seer.ufrgs.br/educacaoerealidade/article/view/9354>. Acesso em: 20 mar. 2011.

SANTAELLA, Lucia. **Corpo e Comunicação**: Sintoma da cultura. 3. ed. São Paulo: Paulus, 2008, 161 p.

SANTOS, Francisca da Silva; JÚNIOR, Joel Lima. O idoso e o processo de envelhecimento: um estudo sobre a qualidade de vida na terceira idade. **Revista Multidisciplinar e de Psicologia**, v. 8, n. 24, p. 34-55, 2014. Disponível em: <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/300>. Acesso em: 15 set. 2019.

SHILDER, Paul. **A imagem do corpo**. Tradução de Rosanne Wetman. São Paulo: Martins Fontes, 1980.

SOUTO, Giulyanne Maria Silva; CAMINHA, Iraquitan de Oliveira. **Imagem corporal e envelhecimento**. Curitiba: Appris Editora, 2015.

TAVARES, M. C. **Imagem Corporal**: Conceito e Desenvolvimento. 1. ed. São Paulo: Manole, 2003.

4.2 Artigo 2 – CUIDADOS CORPORAIS DO IDOSO NA SOCIEDADE DO CORPO JOVEM: A CONSTANTE BUSCA PELO PADRÃO SOCIAL

Giulyanne Maria Silva Souto

Iraquitã de Oliveira Caminha

RESUMO

Os cuidados com si mesmo são importantes em todas as fases da vida e, a partir do 60 anos, apresentam-se como essenciais para uma boa saúde. Sendo assim, este estudo objetiva compreender as práticas de cuidado corporal dos idosos do sertão da Paraíba relacionadas à Educação Física. Trata-se de uma pesquisa de natureza descritiva com abordagem qualitativa. Os sujeitos do estudo compõem-se de 30 idosos, de ambos os sexos, do município de Sousa, abordados pela equipe de pesquisa, aleatoriamente, em suas residências. Foram excluídos do estudo os indivíduos que não apresentaram disponibilidade de tempo para aplicação do instrumento, os que não possuíam autonomia nas atividades de cuidados e higiene pessoais e o que se recusou a assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. O primeiro grupo de idosos entrevistados foi formado por moradores de uma comunidade de assentados e o segundo por moradores de bairros residenciais da cidade de Sousa. A coleta dos dados foi realizada por meio de uma entrevista semiestruturada e a análise destes possuiu como base o conteúdo das transcrições. Essa coleta apontou a presença de idosos na faixa etária entre 61 e 79 anos, com maior predominância de casados, havendo apenas um indivíduo divorciado e três viúvos. Quanto à escolaridade, a maior ocorrência foi Ensino Fundamental, seguido pelo expressivo número de analfabetos. Referente aos cuidados com o corpo, destacam-se aqueles relacionados à higiene pessoal e às dietas realizadas somente como forma de sanar ou prevenir doenças. Nesse sentido, salienta-se o discurso biomédico presente na forma como os indivíduos cuidam de seus próprios corpos.

Palavras-chave: Idoso. Cuidado. Corpo. Sertão.

1 INTRODUÇÃO

Ao longo de toda a vida, os seres humanos realizam e aprendem diferentes formas de cuidar de seus corpos e, independentemente da faixa etária, esse cuidado pode ser realizado pelo próprio indivíduo ou por terceiros. Em sua obra, Foucault (2004, p. 62) aponta que, desde a antiguidade, os indivíduos cuidam de si, sendo este “um princípio válido para todos, todo o tempo e durante toda a vida”, não havendo, assim, uma faixa etária específica. Além disso, o autor afirma que filósofos como

Sócrates e Sêneca já chamavam a atenção para a importância do cuidado/cultura de si pelo ser humano (FOUCAULT, 2004).

Nesse sentido, as práticas de cuidado de si estão presentes essencialmente na vida das pessoas e variam conforme cada período sócio-histórico, como descreve Mendes e Gleyse (2015). Os mesmos autores alertam para a relação das práticas de cuidado de si com o discurso biomédico e sua multidisciplinaridade, acrescentando que os indivíduos podem cuidar de si mesmo por meio do culto ao corpo, das dietas e dos exercícios físicos, classificando estes como relacionados à Educação Física e à busca pela saúde.

No contexto atual, a Educação Física vem ganhando espaço na sociedade como ciência responsável por promover uma melhor qualidade de vida nas diferentes faixas etárias, mas também como meio de retardar o processo de envelhecimento e atingir os padrões estéticos. Concone (2007) ressalta o culto ao corpo jovem, característico da sociedade contemporânea, e a relação entre velhice e doença, apontando como ocasionados pela não adoção de hábitos saudáveis, podendo estar aliados à cosmetologia e à cirurgia plástica.

Ao considerar o processo de envelhecimento e os cuidados com o corpo, faz-se necessário alertar para um fator limitante dessas práticas nesse período da vida: a autonomia. Após os 60 anos de idade, o ser humano vivencia modificações biopsicossociais capazes de afetar a capacidade funcional e a qualidade de vida, muitas vezes impossibilitando-o a tomar decisões e cuidar de si próprio (POLL *et al.*, 2017).

A compreensão da forma como os idosos cuidam de seus corpos e os fatores influentes nessas práticas consistem em uma temática relevante para a Educação Física ao proporcionar uma visão da cultura de si nessa faixa etária e suas prioridades. Logo, este estudo procura responder ao seguinte questionamento: quais práticas de cuidado corporal dos idosos do município de Sousa estão relacionadas à Educação Física? Sendo assim, como objetivo geral, busca-se compreender essas práticas ligadas à Educação Física.

Com base na literatura referente ao tema, o corpo idoso é marcado pela constante busca em se adequar aos padrões que o negam e que privilegiam a juventude como padrão de estética e funcionalidade do indivíduo. Em estudo realizado por Machado (2019), a autora levanta a hipótese de que os cuidados dos idosos do sertão correspondem à necessidade de manutenção do corpo jovem e saudável.

Dessa forma, acredita-se proporcionar reflexões e orientar intervenções das diferentes áreas de conhecimento e profissionais que atuam junto aos idosos.

2 PERCURSO METODOLÓGICO

Este é um estudo de natureza descritiva com abordagem qualitativa (BAUER; GASKEL, 2012), sendo o idoso residente no sertão paraibano o objeto de estudo a ser descrito na sua percepção de cuidados, imagem corporal e saúde. O método descritivo é explicado por Mattos, Rossetto Júnior e Rabinovich (2017) como aquele em que o autor relaciona um fenômeno com outros fatores sem manipulação destes.

O cenário desta pesquisa é a cidade de Sousa, sexto município mais populoso do Estado da Paraíba, com área territorial de 738,547 km² e composto por 64.499 habitantes, segundo estimativa do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2019). Sousa pertence à macrorregião do sertão da Paraíba, formada por 83 municípios, e destaca-se como o segundo mais populoso dentre estes. No último censo demográfico, realizado em 2010 pelo mesmo instituto, constatou-se que a pirâmide etária se caracteriza como adulta (IBGE, 2010).

Os sujeitos do estudo foram 30 idosos, de ambos os sexos, residentes no cenário descrito, abordados pela equipe de pesquisa, aleatoriamente, em suas residências. Foram excluídos do trabalho os indivíduos que não apresentaram disponibilidade de tempo para aplicação do instrumento, os que não possuíam autonomia nas atividades de cuidados e higiene pessoais e o que se recusou a assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

A quantidade de idosos selecionados nos grupos descritos adiante possuiu como base as orientações de Bauer e Gaskel (2012) para estudos qualitativos com entrevista quanto à saturação de respostas para formação do corpus. O primeiro grupo de idosos entrevistados foi formado por moradores de uma comunidade de assentados e o segundo por moradores de bairros residenciais da cidade de Sousa.

O instrumento de coleta dos dados utilizado consistiu em um roteiro de entrevista estruturado (APÊNDICE A), elaborado para esta pesquisa com o intuito de conhecer a percepção de corpo, os cuidados com o próprio corpo, a construção da imagem corporal e a percepção de saúde dos idosos. Vale ressaltar que a elaboração teve como base a literatura relacionada ao tema e foi submetida a um estudo piloto para

adaptação, apreciação da viabilidade, capacidade de resolução do problema proposto, ordem de aplicação e entendimento dos sujeitos deste estudo.

As dimensões de cuidados do corpo da entrevista são o culto ao corpo e os exercícios físicos, conforme aponta Mendes e Gleyse (2015). Para aplicação do instrumento, usou-se um caderno para as anotações e um gravador de áudio digital para registro das entrevistas. Neste trabalho, serão utilizadas apenas as respostas obtidas nas perguntas sobre cuidados com o corpo.

Para coleta das narrativas, inicialmente o projeto de pesquisa foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal da Paraíba. Após a aprovação, sob o número CAAE 09385119.0.0000.5188, os idosos foram recrutados aleatoriamente nas suas localidades de residência para a obtenção da quantidade de sujeitos necessária.

Assim, iniciou-se a coleta dos dados aplicando-se a técnica de entrevista. Esta foi realizada individualmente, por meio de participação voluntária, concordância e assinatura do TCLE (ANEXO A), na residência do participante, em local apropriado para a captação do áudio e em período propício para o emprego dessas técnicas. Em alguns casos, o encontro foi marcado previamente com o idoso, conforme a necessidade dele. Ao assinar o termo, o sujeito concordou em participar da pesquisa e foi informado sobre o anonimato de sua identidade, os riscos e benefícios do estudo, além da responsabilidade dos pesquisadores sobre estes.

A análise dos dados foi realizada com base na técnica de análise de conteúdo proposta por Bardin (2009), segundo a qual as entrevistas são transcritas e, posteriormente, as transcrições referenciam a codificação e interpretação das próprias em categorias. Com o intuito de ilustrar as interpretações inseriu-se as falas de alguns idosos. Salienta-se que essas categorias, inicialmente, foram estabelecidas com base na literatura relacionada ao tema e definidas em três: os cuidados com o corpo, a construção da imagem corporal e a percepção de saúde.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

A coleta dos dados apontou a presença de idosos na faixa etária entre 61 e 79, com maior predominância da faixa entre 70 e 79 anos. O estado civil prevalecente foi casado, havendo apenas um indivíduo divorciado e três viúvos. Quanto à escolaridade, a maior ocorrência foi Ensino Fundamental, com destaque para

somente um idoso que concluiu o Ensino Médio, seguido pelo expressivo número de analfabetos.

No intuito de compreender os cuidados dos idosos sobre o seu próprio corpo, foram utilizadas, do instrumento do estudo, apenas as questões referenciais da temática, que são: “Que tipos de cuidados o(a) senhor(a) tem com seu corpo?”, “O que o(a) senhor(a) acha do seu peso hoje?”, “O(A) senhor(a) possui algum cuidado relacionado à sua imagem?”, “O(A) senhor(a) faz ou já fez alguma dieta alimentar com o intuito de cuidar do seu corpo?”, “O(A) senhor(a) costuma fazer algum exercício físico para cuidar do seu corpo? Qual?” e “Como o(a) senhor(a) acha que o exercício físico influencia no seu corpo hoje?”.

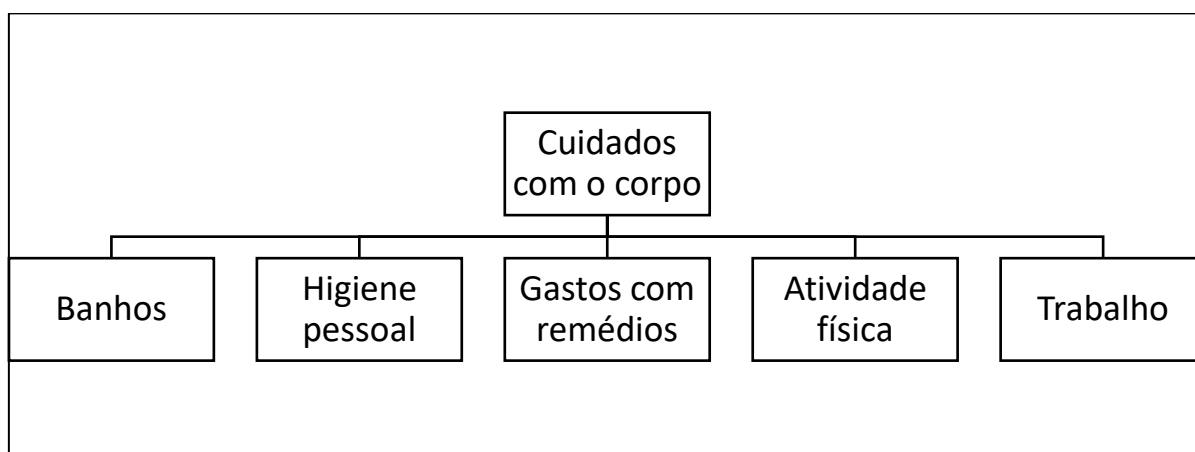
Nesse sentido, inicialmente buscou-se conhecer quais os cuidados que os idosos possuem com o próprio corpo. Conforme pode ser visto no Diagrama 1 e nas falas abaixo, predominaram práticas de banho, higiene pessoal e cuidados com a aparência.

“Tomo banho, me limpo, só isso.” (I 3)

“Eu gosto de me limpar, escovar os dentes e fazer as unhas, mesmo sendo velha.” (I 16)

“Eu tomo banho todo dia e uso sabonete e faço a barba.” (I 21)

Diagrama 1: Cuidados com o corpo relatados pelos idosos do sertão da Paraíba



Fonte: Elaborado pelo autor.

Essa realidade corrobora os dados de um estudo sobre envelhecimento e saúde realizado na cidade de Porto Alegre-RS, no qual idosos foram perguntados sobre os cuidados com o corpo e os relacionaram aos hábitos de higiene,

considerando estes como influentes no autocuidado e autoestima (VILARINO; LOPES, 2008). Os cuidados do idoso consigo mesmo estão, assim, frequentemente ligados a elementos estéticos e à busca por manter-se ativo física e socialmente.

Destaca-se ainda, nas falas referentes aos cuidados com o corpo, a presença da cultura do rejuvenescimento, pois muitos apontaram os cuidados como forma de se manterem jovens. Tal preocupação na procura da juventude eterna caracteriza as relações da sociedade atual com o corpo. Mucida (2006, p. 112) ressalta também que “desde sempre o homem se inquietou com seu corpo, dedicando-se às maneiras de mantê-lo jovem por meio dos famosos ‘elixires da juventude’”. Nas entrevistas foi possível encontrar falas que amparam esta prática, estas encontram-se a seguir:

“Fazer física, está sempre com ele né, está sempre em movimento.” (I 18)

“Faço hidroginástica dois dias por semana, e horas por outra eu vou no médico para tomar as medidas cautelosas né a medicação certa para combater mais que essas dores eu sinto muitas dores. Hoje não, estou bem melhor mas vem sempre tomando as medicações recomendadas pelos médicos e tomando os cuidados que eles passam pra gente pra evitar subir escada subir batente pegar peso e assim eu vou evitando e levando a vida com esses cuidados para ver se eu vivo mais.” (I 15)

Além de saber sobre os cuidados com o corpo, considerou-se a necessidade de conhecer como os idosos cuidam de sua imagem, sendo esse outro questionamento realizado aos entrevistados. Chamou a atenção o fato de que uma quantidade significativa de idosos afirmaram não possuir cuidados com sua imagem, relacionando essas ações com o uso de produtos estéticos, como batom e cremes para pele e cabelo. Esta realidade fica evidente nas falas dos idosos, citados a seguir:

“Não, não gosto! Eu nunca usou batom.” (I 3)

“Não. Eu me sinto bem assim. Estou satisfeito.” (I 4)

Quanto aos que mencionaram a realização desses tipos de cuidados, notou-se a predominância de cuidados com a pele e a proteção do sol, talvez porque o local de moradia dos sujeitos possui temperaturas elevadas em boa parte do ano. Esta realidade é vista na fala abaixo:

“Se eu tenho algum cuidado? Sei não quais cuidados são. Eu pego sol mas o sol sempre é frio. Vou só pro sol baixo, né.” (I 1)

Outra questão feita aos idosos foi sobre a satisfação com o peso atual, pois o peso consiste em um elemento diretamente ligado aos padrões estéticos e à saúde no discurso social. As repostas obtidas apontaram para a preocupação constante dos idosos em monitorar e estar no peso ideal indicado pelos médicos. Nesse contexto, insere-se a busca por saber se os idosos realizam dietas alimentares, pois esta surge como forma de cuidado na sociedade corrente.

Verificou-se, nas respostas das entrevistas, pouca realização de dietas e exercícios físicos pelos idosos, sendo as primeiras associadas principalmente a fases nas quais o idoso estava acometido por alguma doença ou quando ele era portador de doenças crônicas. Tal realidade fica evidente nas falas de alguns idosos que seguem:

“Sempre faço por problemas de saúde.” (I 2)

“Já filha. Fiz e faço sempre. Sempre tenho cuidado sempre. Se não tiver cuidado a pessoa com diabetes essas coisas assim. Tem que ter cuidado com a alimentação né.” (I 17)

“Faço porque eu sou diabética.” (I 22)

Quanto ao exercício físico, este foi citado como bom para a saúde, porém realizado apenas por poucos nas unidades de saúde. Referente à prática de exercícios, destaca-se que as atividades não são feitas por todos os idosos, no entanto, dos que praticam, a caminhada e a hidroginástica emergiram como principais práticas. Já em relação aos locais de atividades, foram mencionados espaços privados e públicos para a prática de exercícios e a unidade básica de saúde, referida pelos idosos como “postinho”. Além disso, mesmo os que não praticam nenhuma atividade física deixaram claro o conhecimento dos benefícios dessas práticas para os idosos.

Nahas (2013) aponta que a adoção de um estilo de vida ativo com práticas regulares de atividade física consiste no meio mais eficaz de possuir uma boa qualidade de vida em todas as faixas etárias e principalmente após os 60 anos, quando o processo de envelhecimento afeta significativamente o aspecto

biopsicossocial do sujeito. Outros estudos foram realizados com idosos sobre a prática de atividade física, como os de Nogueira, Silva e Santos (2006) e Barbosa *et al.* (2015), com a finalidade de investigar, entre os idosos, a relação nível de atividade física (NAF) e ambiente de moradia (rural ou urbano). Os resultados indicaram para maiores níveis de atividade física daqueles idosos residentes em zona rural.

Outro estudo constante da literatura brasileira, realizado por Pegorari *et al.* (2015), com idosos exclusivamente da área rural, afirma esse resultado. O objetivo era conhecer a prática de atividades físicas de lazer e sua relação com a qualidade de vida com 850 idosos por meio de inquérito domiciliar transversal. Nessa pesquisa, a qualidade de vida esteve diretamente relacionada com os maiores escores de nível de atividade física. Assim, enfatiza-se a importância de promoção da atividade física como forma de manutenção da qualidade de vida do idoso e uma forma de cuidado capaz de beneficiar os aspectos nas dimensões fisiológica, cognitiva e social.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo partiu do pressuposto de que as práticas de cuidado com o corpo e a imagem dos idosos associadas à Educação Física são caracterizadas principalmente pelas atividades físicas, dietas alimentares e estética. Nessa perspectiva, os idosos estudados apresentaram como cuidados com o corpo hábitos de higiene e uso de produtos para manter uma boa aparência, mais especificamente ligada aos padrões de beleza estabelecidos socialmente.

Mostrou-se relevante o conhecimento dos idosos entrevistados sobre os benefícios da prática de exercícios físicos regulares em seus corpos e a ligação entre dietas alimentares e patologias. Nessa fase da vida, na qual várias patologias ocorrem com frequência, adotar práticas capazes de manter um peso ideal nas perspectivas de saúde e não de estética pode ser relevante para uma boa qualidade de vida e vivência desse período.

Essas práticas de cuidar-se alertam, ainda, para a influência dos padrões sociais de beleza, os quais apontam a juventude como ideal a ser alcançado em todas as fases da vida. A compreensão dos cuidados que os idosos adotam e das suas reais necessidades para a promoção da saúde indica caminhos a serem aderidos por profissionais de diferentes áreas e principalmente da Educação Física, bem como para estes refletirem sobre sua atuação. Após os 60 anos, muitas vezes a autonomia

é afetada, e os que preservam essa capacidade, em alguns casos, estão mais preocupados em se adequar aos padrões e ser aceitos socialmente do que buscar uma melhor qualidade de vida.

REFERÊNCIAS

BARBOSA, Anderson Pedroso *et al.* Nível de atividade física e qualidade de vida: um estudo comparativo entre idosos de áreas urbana e rural. **Rev. bras. geriatr. gerontol.**, Rio de Janeiro, v. 18, n. 4, p. 743-754, dec. 2015. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1809-9823.2015.14182>. Acesso em: 20 maio 2016.

BARDIN, Laurence. **Análise de Conteúdo**. 4. ed. Lisboa: Edições 70, 2009. 281p.

BAUER, Martin W.; GASKEL, George. **Pesquisa Qualitativa com Texto, Imagem e Som: um manual prático**. 10. ed. Petrópolis-RJ: Vozes, 2012.

CONCONE, Maria Helena Villas Bôas. Medo de envelhecer ou de parecer?. **Revista Kairós: Gerontologia**, v. 10, n. 2, 2007.

MENDES, Maria Isabel Brandão de Souza; GLEYSE, Jacques. O cuidado de si em Michel Foucault: reflexões para a educação física. **Movimento (ESEF/UFRGS)**, v. 21, n. 2, p. 507-520. Disponível em: <http://www.seer.ufrgs.br/Movimento/article/view/47942>. Acesso em: 15 dez. 2015.

FOUCAULT, Michel. **História da sexualidade 3: o cuidado de si**. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2004.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Panorama da cidade de Sousa**. 2019. Disponível em: <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/pb/sousa/panorama>. Acesso em: 19 ago. 2019.

_____. Síntese dos indicadores sociais: uma análise das condições de vida da população brasileira. **Estudos e pesquisas – informação demográfica e socioeconômica**, n. 27. Rio de Janeiro, 2010. Disponível em: http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/condicaodevida/indicadoresminimos/sinteseindicais2010/SIS_2010.pdf. Acesso em: 19 mar. 2011.

MACHADO, Aline Silveira. Envelhecendo no século XXI não lugares: a condição do idoso. **Cippus**, v. 7, n. 1, p. 37-44, 2019. Disponível em: https://www.revistas.unilasalle.edu.br/index.php/Cippus/article/view/5255/pdf_1. Acesso em: 15 set. 2019.

MATTOS, Mauro Gomes de; JÚNIOR, Adriano José Rossetto; RABINOVICH, Shelly Blecher. **Metodologia da pesquisa em educação física: construindo sua monografia, artigos e projetos**. São Paulo, Phorte Editora, 2017.

MUCIDA, Ângela. **O sujeito não envelhece – Psicanálise e velhice**. 2. ed. Belo Horizonte: Autêntica, 2006.

NAHAS, Marcus Vinicius. Capítulo 10. Envelhecer com vigor. In: NAHAS, Marcus Vinicius. **Atividade física, saúde e qualidade de vida**: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. 5. ed. Londrina: Midiograf, 2010, p 191- 205.

NOGUEIRA, M. A. M.; SILVA, D. J. L.; SANTOS, J. A. R. Actividade física habitual em idosos portugueses rurais e urbanos. **R. bras. Ci e Mov.** 2006; 14(4): 23-30.

PEGORARI, Maycon Sousa *et al.* Prática de atividade física no lazer entre idosos de área rural: condições de saúde e qualidade de vida. **Rev. educ. fis. UEM**, Maringá, v. 26, n. 2, p. 233-241, jun. 2015. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-30832015000200233&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 20 maio 2016.

POLL, Márcia Adriana *et al.* Envelhecimento e autonomia: uma reflexão. **Revista Espaço Ciência & Saúde**, v. 1, n. 1, p. 11-17, 2017.

VILARINO, Maria Aparecida Müller; LOPES, Marta Julia Marques. Envelhecimento e saúde nas palavras de idosos de Porto Alegre. **Estudos interdisciplinares sobre o envelhecimento**. Porto Alegre, v. 13, n. 1, p. 63-77, 2008. Disponível em: <https://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/27275>. Acesso em: 1 set. 2019.

4.3 Artigo 3 – DEFINIÇÃO DA PERCEPÇÃO DE SAÚDE DE IDOSOS DO SERTÃO DA PARAÍBA: UM ESTUDO PERCEPTIVO

Giulyanne Maria Silva Souto
Iraquiton de Oliveira Caminha

RESUMO

Na atualidade, os especialistas estão frequentemente abordando as diferentes faixas etárias para conhecer o que cada um entende como viagem. Vale ressaltar que a percepção subjetiva de saúde é um marcador importante para uma boa qualidade de vida dos idosos. Sendo assim, este estudo objetiva compreender a percepção de saúde de idosos do sertão da Paraíba. Trata-se de uma pesquisa de natureza descritiva com abordagem qualitativa. Os sujeitos do estudo compõem-se de 30 idosos, de ambos os sexos, do município de Sousa, abordados pela equipe de pesquisa, aleatoriamente, em suas residências. Foram excluídos do estudo os indivíduos que não apresentaram disponibilidade de tempo para aplicação do instrumento, os que não possuíam autonomia nas atividades de cuidados e higiene pessoais e o que se recusou a assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. O primeiro grupo de idosos entrevistados foi formado por moradores de uma comunidade de assentados e o segundo por moradores de bairros residenciais da cidade de Sousa. A coleta dos dados foi realizada por meio de uma entrevista semiestruturada e a análise destes possuiu como base o conteúdo das transcrições. Essa coleta apontou a presença de idosos na faixa etária entre 61 e 79 anos, com maior predominância de casados, havendo apenas um indivíduo divorciado e três viúvos. Quanto à escolaridade, a maior ocorrência foi Ensino Fundamental, seguido pelo expressivo número de analfabetos. Em relação aos resultados, apesar de boa parte dos idosos afirmar que está satisfeita com a saúde, esse conceito encontra-se muito limitado à ausência de doenças como indicador de saúde. Ressalta-se, ainda, que atualmente há uma ideia de saúde mais ampla que envolve aspectos biológicos, psicológicos e sociais, porém, no discurso dos idosos, permanece a visão ultrapassada de ausência de doença. Diante disso, propõem-se intervenções capazes de permitir aos idosos uma melhor percepção de sua saúde.

Palavras-chave: Idoso. Saúde. Subjetividade. Sertão.

1 INTRODUÇÃO

O processo de envelhecimento humano, nas últimas décadas, vem intrigando cada vez mais pesquisadores de diferentes áreas do conhecimento mediante significativo crescimento da população idosa. No Brasil, conforme o Estatuto do Idoso, após os 60 anos de idade, o indivíduo é considerado idoso (BRASIL, 2003). Vale

ressaltar que o referido documento é fruto da crescente representatividade dessa parcela populacional.

O processo de envelhecimento é inerente a todos os seres humanos desde o nascimento, porém a forma e a velocidade como esse complexo processo ocorre são individuais e dependentes de diferentes fatores internos e externos. Fechine e Trompieri (2015) alertam que, apesar de fatores genéticos serem importantes, o estilo de vida do ser humano será decisivo nessa fase da vida.

Nahas (2010), por sua vez, afirma que nesse processo alguns fatores podem ser modificados no estilo de vida, acarretando uma melhor qualidade do envelhecimento, a saber: a nutrição, o tabagismo, a ingestão de outras drogas (inclusive as bebidas alcoólicas), a rede social de suporte (relacionamento) e as atividades físicas e mentais. O autor apresenta, ainda sobre a compreensão do processo de envelhecimento, a possibilidade de consideração de duas vertentes: a cronológica e a biológica, as quais podem diferir significativamente.

Farinatti (2002) acrescenta, sobre o processo de envelhecimento biológico, que este pode ser explicado por teorias com base nos danos genéticos, no desequilíbrio por danos de origem química e na restrição calórica, sendo que essas linhas de pensamento carecem de comprovação científica. Entretanto, independentemente da explicação do processo, o que vem motivando geriatras e gerontólogos é a necessidade de proporcionar uma melhor qualidade de vida, saúde e bem-estar para as pessoas acima de 60 anos.

Quanto à saúde na atualidade, esta é concebida com base em um conjunto de fatores capazes de proporcionar ao indivíduo o bem-estar fisiológico, mental e social (WHO, 2004). No entanto, nesse período da vida, no qual o processo de envelhecimento se apresenta de forma acentuada, as patologias se fazem presentes comumente e afetam, de forma significativa, o cotidiano do indivíduo.

Sabe-se que o envelhecimento humano está relacionado com a perda da massa óssea, que predispõe à osteoporose e fraturas; à elevação da pressão arterial, que predispõe à cardiopatia isquêmica e ao acidente vascular cerebral; além disso, o envelhecimento se acompanha do aparecimento de resistência periférica à insulina, que, junto com outros fatores, facilita o desenvolvimento de diabetes mellitus; o envelhecimento também se acompanha de alterações do sistema imune, predispondo ao aparecimento de infecções, enfermidades autoimunes e alguns tipos de tumores. Além disso, se acompanha de perdas psicológicas (em nível de memória, de inteligência fluída, entre outras) e perdas sociais (aposentadoria, falecimento de familiares e amigos, diminuição de redes de apoio social) que repercutem negativamente em termos da manifestação e prognóstico das enfermidades, particularmente naquelas de caráter crônico. (ALBERTE; RUSCALLED; GUARIENTO, 2015, p. 33)

Diante da grande quantidade de patologias associadas ao envelhecimento, adiciona-se que, no estudo realizado por Alberte, Ruscalleda e Guariento (2015) com idosos de ambos os sexos, algumas características foram relacionadas à ocorrência de doenças. Os dados mostraram que ser do sexo masculino, possuir renda baixa, usar uma maior quantidade de medicamentos, não possuir um estilo de vida ativo e apresentar menor pontuação em instrumentos de avaliação da qualidade de vida no domínio ambiental predispõem o indivíduo para um envelhecimento patológico.

Apesar do contexto exposto, as pesquisas acerca do envelhecimento têm avançado também para a compreensão desse processo na percepção do próprio indivíduo, definido, assim, como percepção subjetiva de saúde. Um estudo feito com idosos do sertão do Ceará mostrou que, apesar do número elevado de doenças que acometem os idosos, estes definem sua saúde como boa (PEREIRA; NOGUEIRA; DA SILVA, 2015). Por outro lado, um trabalho desenvolvido com 14 instituições de longa permanência do município de Natal-RN desvelou que os idosos institucionalizados com avaliação negativa da saúde a definiram com base na associação da perda de peso e presença de doença reumática (JEREZ-ROIG *et al.*, 2016).

Nessa perspectiva, a presente pesquisa possui como objetivo geral compreender a percepção de saúde de idosos do sertão da Paraíba. Mediante a grande quantidade de patologias comuns nessa fase da vida, estima-se a possibilidade de uma percepção negativa da saúde por parte dos indivíduos estudados. Além disso, justifica-se este estudo pela necessidade de elucidação dos elementos subjetivos do processo de envelhecimento e sua importância para nortear intervenções de profissionais da área de saúde, geriatria, gerontologia e afins.

2 PERCURSO METODOLÓGICO

Este estudo possui natureza descritiva com abordagem qualitativa (BAUER; GASKEL, 2012), sendo o idoso residente no sertão paraibano o objeto de estudo a ser descrito na sua percepção de cuidados, imagem corporal e saúde. O método descritivo é explicado por Mattos, Rossetto Júnior e Rabinovich (2017) como aquele em que o autor relaciona um fenômeno com outros fatores sem manipulação destes.

O cenário desta pesquisa é a cidade de Sousa, sexto município mais populoso do Estado da Paraíba, com área territorial de 738,547 km² e composto por 64.499

habitantes, segundo estimativa do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2019). Sousa pertence à macrorregião do sertão da Paraíba, formada por 83 municípios, e destaca-se como o segundo mais populoso dentre estes. No último censo demográfico, realizado em 2010 pelo mesmo instituto, constatou-se que a pirâmide etária se caracteriza como adulta (IBGE, 2010).

Os sujeitos do estudo foram 30 idosos, de ambos os sexos, residentes no cenário descrito, abordados pela equipe de pesquisa, aleatoriamente, em suas residências. Foram excluídos do trabalho os indivíduos que não apresentaram disponibilidade de tempo para aplicação do instrumento, os que não possuíam autonomia nas atividades de cuidados e higiene pessoais e o que se recusou a assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

A quantidade de idosos selecionados nos grupos descritos adiante possuiu como base as orientações de Bauer e Gaskel (2012) para estudos qualitativos com entrevista quanto à saturação de respostas para formação do corpus. O primeiro grupo de idosos entrevistados foi formado por moradores de uma comunidade de assentados e o segundo por moradores de bairros residenciais da cidade de Sousa.

O instrumento de coleta dos dados utilizado consistiu em um roteiro de entrevista estruturado (APÊNDICE A), elaborado para esta pesquisa com o intuito de conhecer a percepção de corpo, os cuidados com o próprio corpo, a construção da imagem corporal e a percepção de saúde dos idosos. Vale ressaltar que a elaboração teve como base a literatura relacionada ao tema e foi submetida a um estudo piloto para adaptação, apreciação da viabilidade, capacidade de resolução do problema proposto, ordem de aplicação e entendimento dos sujeitos deste estudo.

Para aplicação do instrumento, utilizou-se um caderno para as anotações e um gravador de áudio digital para registro das entrevistas. Neste trabalho, serão usadas apenas as respostas obtidas nas perguntas sobre percepção de saúde. Já para a coleta das narrativas, inicialmente o projeto de pesquisa foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal da Paraíba. Após a aprovação, sob o número CAAE 09385119.0.0000.5188, os idosos foram recrutados aleatoriamente nas suas localidades de residência para a obtenção da quantidade de sujeitos necessária.

Assim, iniciou-se a coleta dos dados aplicando-se a técnica de entrevista. Esta foi realizada individualmente, por meio de participação voluntária, concordância e assinatura do TCLE (ANEXO A), na residência do participante, em local apropriado

para a captação do áudio e em período propício para o emprego dessas técnicas. Em alguns casos, o encontro foi marcado previamente com o idoso, conforme a necessidade dele. Ao assinar o termo, o sujeito concordou em participar da pesquisa e foi informado sobre o anonimato de sua identidade, os riscos e benefícios do estudo, além da responsabilidade dos pesquisadores sobre estes.

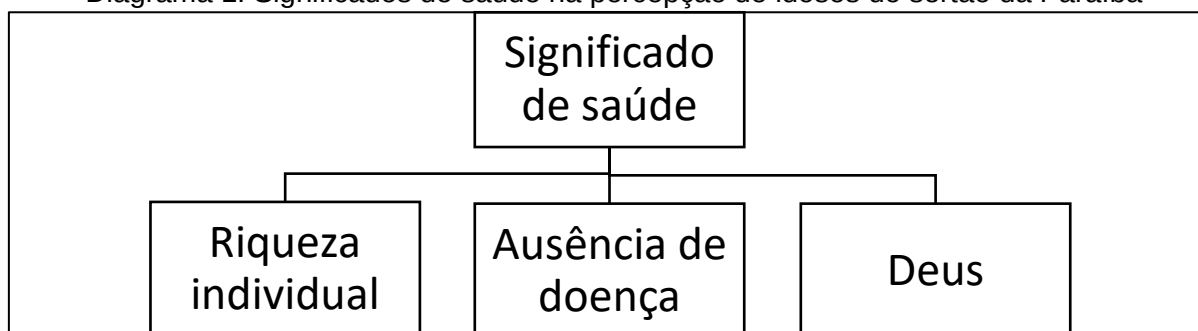
A análise dos dados foi realizada com base na técnica de análise de conteúdo proposta por Bardin (2009), segundo a qual as entrevistas são transcritas e, posteriormente, as transcrições referenciam a codificação e interpretação das próprias em categorias. Além disso, com o intuito de ilustrar as interpretações inseriu-se as falas de alguns idosos.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

A coleta dos dados apontou a presença de idosos na faixa etária entre 61 e 79, com maior predominância da faixa entre 70 e 79 anos. O estado civil prevalecente foi casado, havendo apenas um indivíduo divorciado e três viúvos. Quanto à escolaridade, a maior ocorrência foi Ensino Fundamental, com destaque para somente um idoso que concluiu o Ensino Médio, seguido pelo expressivo número de analfabetos.

Com o intuito de conhecer a percepção de saúde, inicialmente os idosos foram questionados sobre o significado desta para si. No Diagrama 1 a seguir, construído com base nas respostas obtidas, pode-se observar que esse aspecto da vida do idoso consiste em um elemento complexo, visto por alguns como algo que deriva de sorte ou por outros como algo dado por Deus, contudo, todos ressaltam a importância da saúde na vida do indivíduo.

Diagrama 1: Significados de saúde na percepção de idosos do sertão da Paraíba



Fonte: Elaborado pelo autor.

Um segundo elemento a ser destacado no diagrama compreende a relação entre a doença e a saúde na velhice. A ausência de doença se torna o elemento norteador da condição e compreensão de saúde. Essa característica reflete o antigo conceito de saúde apresentado pela Organização Mundial de Saúde (OMS), o qual permaneceu até a década passada (WHO, 2004).

Outro fator que chama a atenção na concepção de saúde é a relação desta com a religiosidade, pois, em uma fase da vida marcada por tantas modificações e perdas nos aspectos biopsicossociais, a religiosidade emerge como aliada à manutenção da saúde dos idosos. Esta relação foi evidenciadas nas falas dos idosos abaixo:

“Ah, saúde é tudo né. A parte de Deus é a saúde.” (I 1)

“É presente de Deus.” (I 20)

“É o que Deus nos dá.” (I 25)

Em um segundo momento deste estudo, buscou-se identificar a autoavaliação do idoso em relação à sua saúde, questionando qual a percepção dele sobre ser saudável. Destaca-se aqui a divisão de opiniões, porém sempre relacionando o fato de estar saudável com a ausência de doenças, refletindo novamente a concepção de saúde característica dos idosos estudados. Entretanto, a maioria se considera saudável, concordando com uma pesquisa realizada Pereira, Nogueira e Da Silva (2015) com idosos do sertão do Ceará, na qual, apesar do número elevado de doenças que acometem os idosos, eles definem sua saúde como boa.

Assim, mesmo com a mudança de conceito de saúde no discurso biomédico, o que prevalece entre os idosos ainda é a avaliação da saúde com base na presença de patologias. Nahas (2010) alerta que diferentes fatores são relevantes para uma velhice com qualidade de vida, dentre estes, a adoção de uma alimentação saudável e um estilo de vida ativo. Esse dado aponta para a importância de alertar aos idosos que, nesse período da vida, além da prevenção e do tratamento das patologias, é importante compreender que a saúde depende também de fatores psicológicos e sociais para ser avaliada positivamente.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Nas diferentes fases da vida, é essencial que o sujeito conheça suas necessidades e prioridades para uma boa saúde e consequentemente uma existência mais longa e com qualidade. Compreender os caminhos para uma vida saudável consiste em uma forma de proporcionar ao idoso uma maior autonomia e oportunidade de aproveitar melhor esse período.

Os idosos estudados apresentaram a saúde como algo de grande importância, ligado à religiosidade, porém, em alguns casos, foi visto como algo apenas relacionado à presença de doenças. Essa realidade reflete o discurso biomédico adotado por muito tempo na sociedade, mas pode ser modificada. Diante disso, sugere-se que este estudo possa nortear ações de promoção da saúde de idosos no âmbito da Educação Física e áreas afins. Dessa forma, pode-se melhorar a saúde dessa crescente parcela da população em uma fase marcada por tantas perdas e desafios.

REFERÊNCIAS

ALBERTE, Josiane de Souza Pinto; RUSCALLEDA, Regina Maria Innocencio; GUARIENTO, Maria Elena. Qualidade de vida e variáveis associadas ao envelhecimento patológico. **Rev. Soc. Bras. Clin. Med.** [on-line], v. 13, n. 1, p. 32-39, 2015.

BARDIN, Laurence. **Análise de Conteúdo**. 4. ed. Lisboa: Edições 70, 2009. 281p.

BAUER, Martin W.; GASKEL, George. **Pesquisa Qualitativa com Texto, Imagem e Som: um manual prático**. 10. ed. Petrópolis-RJ: Vozes, 2012.

BRASIL. **Estatuto do Idoso**. Lei n. 10.741, de 10 de outubro de 2003. Brasília-DF, 2003.

FARINATTI, Paulo de Tarso Veras. Teorias biológicas do envelhecimento: do genético ao estocástico. **Rev. Bras. Med. Esporte**, Niterói, v. 8, n. 4, p. 129-138, ago. 2002. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S1517-86922002000400001>. Acesso em: 28 abr. 2019.

FECHINE, Basílio Rommel Almeida; TROMPIERI, Nicolino. O processo de envelhecimento: as principais alterações que acontecem com o idoso com o passar dos anos. **InterSciencePlace**, v. 1, n. 20, 2015.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Panorama da cidade de Sousa**. 2019. Disponível em: <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/pb/sousa/panorama>. Acesso em: 19 ago. 2019.

_____. Síntese dos indicadores sociais: uma análise das condições de vida da população brasileira. **Estudos e pesquisas – informação demográfica e socioeconômica**, n. 27. Rio de Janeiro, 2010. Disponível em: http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/condicaodevida/indicadoresminimos/sinteseindicsoais2010/SIS_2010.pdf. Acesso em: 19 mar. 2011.

JEREZ-ROIG, Javier *et al.* Autopercepção da saúde em idosos institucionalizados. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 21, p. 3367-3375, 2016.

MATTOS, Mauro Gomes de; JÚNIOR, Adriano José Rossetto; RABINOVICH, Shelly Blecher. **Metodologia da pesquisa em educação física**: construindo sua monografia, artigos e projetos. São Paulo, Phorte Editora, 2017.

NAHAS, Marcus Vinicius. Capítulo 10. Envelhecer com vigor. In: NAHAS, Marcus Vinicius. **Atividade física, saúde e qualidade de vida**: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. 5. ed. Londrina: Midiograf, 2010, p. 191- 205.

PEREIRA, Déborah Santana; NOGUEIRA, Júlia Aparecida Devidé; DA SILVA, Carlos Antonio Bruno da. Qualidade de vida e situação de saúde de idosos: um estudo de base populacional no Sertão Central do Ceará. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 18, n. 4, p. 893-908, 2015.

WHO. World Health Organization. **A Glossary of Terms for Community Health Care and Services for Older Persons**. WHO: Geneva, 2004.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A compreensão do processo de envelhecimento, temática cada vez mais recorrente nas pesquisas atuais, acompanha e justifica a busca por uma melhor vivência dessa fase, cada dia mais alcançável, em uma sociedade na qual a expectativa de vida vem aumentando significativamente. Nesse contexto, o presente estudo analisou os modos dos idosos do município de Sousa, no sertão da Paraíba, perceberem e cuidarem dos seus corpos e da sua saúde por meio da Educação Física.

Em um primeiro momento, a percepção de corpo foi caracterizada a partir do próprio idoso, na visão de outras pessoas e na sua concepção de corpo belo. Dentre as características predominantemente negativas, seja por parte dos idosos ou de outras pessoas, observou-se que um dos principais fatores foi o fato do corpo idoso ir de encontro ao “corpo belo”, marcado pelo ideal de juventude eterna e vitalidade, contrastando, assim, com a ocorrência de doenças típicas dessa fase da vida.

Ao analisar as práticas de cuidado corporal dos idosos relacionadas à Educação Física, novamente deparou-se com a influência da busca por atingir padrões estéticos e a necessidade de procurar uma boa saúde. Vale ressaltar que chamaram a atenção os cuidados com o corpo associados a uma boa higiene corporal, o que reflete o discurso biomédico.

No último momento, esta pesquisa apresentou a percepção de saúde desses sujeitos idosos e observou que, para eles, esta se encontra estreitamente ligada à ocorrência de doenças. Tal realidade é preocupante mediante os avanços dos estudos e a premissa de que o caminho para uma boa saúde vai além da ausência de doenças e inclui aspectos mentais e sociais, fora os fisiológicos.

Uma constante nos três percursos traçados para discutir o idoso sertanejo é que essa população se apresenta fortemente influenciada pelo discurso biomédico atual e pela busca do corpo perfeito idealizado na mídia. Isso pode ser explicado pelo grau de escolaridade predominante nos sujeitos do estudo, o qual, por ser baixo, favorece a tradicional aceitação do discurso médico. Entretanto, destaca-se a forma como a vida ainda flui no sertão de forma leve e despretensiosa, em que a família se faz presente e o indivíduo idoso privilegia sua funcionalidade. O povo sertanejo é sofrido, mas se mostra perspicaz na arte de viver feliz e com bem-estar.

Observou-se nesse estudo a tendência do idoso sertanejo em responder de forma breve e objetiva os questionamentos da entrevista, esta realidade pode ser apontada como uma limitação do instrumento utilizado, sugerindo-se novos estudos com métodos que permitam ao sujeito uma maior expressão. Por fim, este estudo aponta para a necessidade de ampliar o conceito de promoção da saúde do idoso e a compreensão de que esta vai além do tratamento e prevenção de doenças, pois a prática de atividades físicas é capaz de proporcionar benefícios aos indivíduos integralmente. Em outras palavras, a partir da Educação Física, em suas diferentes áreas de atuação, a população idosa pode desenvolver uma percepção positiva não só do seu corpo, como de sua saúde, e também ampliar os cuidados corporais, proporcionando uma melhor consciência de si e melhor vivência da velhice no sertão.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, Janayna de Almeida. **Percepções sobre o envelhecimento: perspectiva de discentes e docentes da área da saúde**. 2018. Monografia (Graduação em Terapia Ocupacional) - Universidade Federal de Sergipe, Lagarto, 2018.

BARBOSA, Anderson Pedroso *et al.* Nível de atividade física e qualidade de vida: um estudo comparativo entre idosos de áreas urbana e rural. **Rev. bras. geriatr. gerontol.**, Rio de Janeiro, v. 18, n. 4, p. 743-754, dec. 2015. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1809-9823.2015.14182>. Acesso em: 20 maio 2016.

BARDIN, Laurence. **Análise de Conteúdo**. 4. ed. Lisboa: Edições 70, 2009. 281 p.

BRASIL. **Estatuto do Idoso**. Lei n. 10.741, de 10 de outubro de 2003. Brasília-DF, 2003.

_____. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção à Saúde. **Envelhecimento e saúde da pessoa idosa**. Cadernos de atenção básica, 19. Brasília: Ministério da Saúde, 2006a. Disponível em: http://189.28.128.100/dab/docs/publicacoes/cadernos_ab/abcad19.pdf. Acesso em: 24 mar. 2017.

_____. Ministério da Saúde. **Estatuto do Idoso**. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2006b. Disponível em: http://portal.saude.gov.br/portal/arquivos/pdf/estatuto_idoso.pdf. Acesso em: 24 mar. 2017.

BAUER, Martin W.; GASKEL, George. **Pesquisa Qualitativa com Texto, imagem e Som: um manual prático**. 10. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2012.

BOURDIEU, Pierre. **A dominação masculina**. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 1999.

BRITO, Annie Mehes Maldonado; CAMARGO, Brígido Vizeu; CASTRO, Amanda. Representações Sociais de Velhice e Boa Velhice entre Idosos e sua Rede Social. **Revista de Psicologia da IMED**, Passo Fundo, v. 9, n. 1, p. 5-21, nov. 2017. ISSN 2175-5027. Disponível em: <https://seer.imed.edu.br/index.php/revistapsico/article/view/1416>. Acesso em: 17 set. 2019.

BRITO, Fernanda Alice Camara de; SOUTO, Giulyanne Maria Silva. **A percepção de crianças em relação ao corpo do idoso praticante de atividade física**. 2018. Monografia (Licenciatura em Educação Física) IFPB –Sousa, 2018.

CALDAS, Célia Pereira; THOMAZ, Andrea Fernandes. A velhice no olhar do outro: uma perspectiva do jovem sobre o que é ser velho. **Revista Kairós Gerontologia**, São Paulo, v. 13, n. 2, p. 75-89, nov. 2010. Disponível em: <http://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/5367>. Acesso em: 4 set. 2012.

CÍCERO, Marco Tulio. **Saber envelhecer e A amizade** (NEVES, P, Trad.). Porto Alegre: L&M, 2010.

COLUSSI, Eliane Lucia; PICHLER, Nadir Antonio; GROCHOT, Lucimara. Percepções de idosos e familiares acerca do envelhecimento. **Rev. bras. geriatr. gerontol**, v. 22, n. 1, p. e180157, 2019.

CONCONE, Maria Helena Villas Bôas. Medo de envelhecer ou de parecer?. **Revista Kairós: Gerontologia**, v. 10, n. 2, 2007.

COSTA, Geni de Araújo. Corpo e idade: por um convívio natural. **Em extensão**, Uberlândia, v. 9, n. 2, p. 71-86, jul./dez. 2010. Disponível em: http://www.sumarios.org/sites/default/files/pdfs/58440_6761.PDF. Acesso em: 3 set. 2012.

DAL RIO, Maria Cristina. Construção de novas formas de sociabilidade no processo de envelhecimento e na velhice. In: BARROSO, Áurea E. S. (Coord.). **Perspectiva social do envelhecimento**. São Paulo: Secretaria Estadual de Assistência e Desenvolvimento Social, Fundação Padre Anchieta, 2009, p. 11-27.

FARINATTI, Paulo de Tarso Veras. Teorias biológicas do envelhecimento: do genético ao estocástico. **Rev. Bras. Med. Esporte**, Niterói, v. 8, n. 4, p. 129-138, ago. 2002. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S1517-86922002000400001>. Acesso em: 28 abr. 2019.

FECHINE, Basílio Rommel Almeida; TROMPIERI, Nicolino. O processo de envelhecimento: as principais alterações que acontecem com o idoso com o passar dos anos. **InterSciencePlace**, v. 1, n. 20, 2015.

FERREIRA, Gilmar Leite. **O sertão educa**. Curitiba: Appris Editora, 2018.

FERREIRA, Maria E. Caputo; BAUMEL, Rosely C. Rocha; GOMES, Gisele. A busca frenética pelo corpo “ideal”. In: ROMERO, Elaine; PEREIRA, Erick Giuseppe B. (Org.). **Universo do corpo. Masculinidades e feminilidades**. Rio de Janeiro: Shape, 2008, p. 305-330.

FIN, Thais Caroline; PORTELLA, Marilene Rodrigues; SCORTEGAGNA, Silvana Alba. Velhice e beleza corporal das idosas: conversa entre mulheres. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 20, n. 1, p. 77-87, 2017.

FOUCAULT, Michel. **História da sexualidade 3: o cuidado de si**. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2004.

GOLDENBERG, Mirian. Corpo e envelhecimento: diferenças de gênero na cultura brasileira. **Educere et Educare**, v. 9, n. 17, p. 231-242, 2014. Disponível em: <http://saber.unioeste.br/index.php/educereeteducare/article/view/9240/7419> Acesso em: 6 nov. 2019.

GOLDENBERG, Mirian. Mulheres e envelhecimento na cultura brasileira. **Caderno Espaço Feminino**, v. 25, n. 2, 2012. Disponível em:

<http://www.seer.ufu.br/index.php/nequem/article/view/21803> Acesso em: 6 nov. 2019.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Panorama da cidade de Sousa**. 2019b. Disponível em: <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/pb/sousa/panorama>. Acesso em: 19 ago. 2019.

_____. Síntese dos indicadores sociais: uma análise das condições de vida da população brasileira. **Estudos e pesquisas – informação demográfica e socioeconômica**, n. 27. Rio de Janeiro, 2010. Disponível em: http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/condicaodevida/indicadoresminimos/sinteseindicsoais2010/SIS_2010.pdf. Acesso em: 19 mar. 2011.

JÚNIOR, Artur Monteiro Leitão. As Imagens do Sertão na Literatura Nacional. O projeto da modernização na formação territorial brasileira a partir dos Romances Regionalistas da Geração de 1930. Terra Brasilis (Nova Série). **Revista da Rede Brasileira de História da Geografia e Geografia Histórica**, n. 1, 2012.

LE BRETON, David. **A Sociologia do Corpo**. 2. ed. Tradução de Sônia M. S. Fuhrmann. Petrópolis, RJ: Vozes, 2007, p. 101.

MACHADO, Fabíola Orlando Calazans; FREITAS, Vanessa Santos de. **Corpo, velhice e performance na série “Grace and Frankie”**. In: CONGRESO DE LA ASOCIACIÓN LATINOAMERICANA DE INVESTIGADORES DE LA COMUNICACIÓN, 14., 2018, San Pedro. Memorias [...]. San Pedro: Asociación Latinoamericana de Investigadores de la Comunicación, 2018. p. 204-209. Disponível em: <http://repositorio.unb.br/handle/10482/34366>. Acesso em: 6 nov. 2019.

MATTOS, Mauro Gomes de; JÚNIOR, Adriano José Rossetto; RABINOVICH, Shelly Blecher. **Metodologia da pesquisa em educação física: construindo sua monografia, artigos e projetos**. 4. ed. São Paulo: Phorte Editora, 2017.

MAZO, G. Z.; LOPES, M. A.; BENEDETTI, T. B. **Atividade Física e o Idoso: Concepção Gerontológica**. 3. ed. Porto Alegre: Sulina, 2009.

MEDIONDO, Marisa Silvana; BULLA, Leonia Capaverde. Idoso, Vida Cotidiana e Participação Social. In: TERRA, N. L.; DORNELLES, B. (Org.). **Envelhecimento bem sucedido**. 2. ed. Porto Alegre: EDIPUCRS, 2003, p. 271-281.

MINAYO, Maria Cecília Souza; COIMBRA JR., Carlos E. A. (Org.). **Antropologia, saúde e envelhecimento**. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2002.

MENDES, Maria Isabel Brandão de Souza; GLEYSE, Jacques. O cuidado de si em Michel Foucault: reflexões para a educação física. **Movimento**, ESEF/UFRGS, v. 21, n. 2, abr./jun. 2015, p. 507-520. Disponível em: <http://www.seer.ufrgs.br/Movimento/article/view/47942>. Acesso em: 15 dez. 2015.

MUCIDA, Ângela. **O sujeito não envelhece** – Psicanálise e velhice. 2. ed. Belo Horizonte: Autêntica, 2006.

NAHAS, Marcus Vinicius. Capítulo 10. Envelhecer com vigor. In: **Atividade física, saúde e qualidade de vida**: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. 5. ed. Londrina: Midiograf, 2010, p. 191- 205.

NERI, Anita Liberalesco *et al.* Biomedicalização da velhice na pesquisa, no atendimento aos idosos e na vida social. In: **Saúde e qualidade de vida na velhice**. Campinas, SP: Alínia, 2009, p. 11-37.

NEVES, Erivaldo Fagundes. Sertão como recorte espacial e como imaginário cultural. **Politeia**, v. 3, n. 1, p. 153-162, 2003.

NOGUEIRA, M. A. M.; SILVA, D. J. L.; SANTOS, J. A. R. Atividade física habitual em idosos portugueses rurais e urbanos. **R. bras. Ci e Mov.**, 2006, 14(4): 23-30.

OLIVEIRA, Fernanda Romano da Silva; DUTRA, Milena Carrijo; TEIXEIRA, Luzimar Raimundo. Sentido de corpo e percepção de envelhecimento de adultos e idosos. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, ano 8, n. 25, jul./set. 2010. Disponível em: http://seer.uscs.edu.br/index.php/revista_ciencias_saude/article/view/1048. Acesso em: 4 set. 2012.

PEGORARI, Maycon Sousa *et al.* Prática de atividade física no lazer entre idosos de área rural: condições de saúde e qualidade de vida. **Rev. educ. fis. UEM**, Maringá, v. 26, n. 2, p. 233-241, jun. 2015. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-30832015000200233&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 20 maio 2016.

PINTO, Lélia Lessa Teixeira *et al.* Nível de atividade física habitual e transtornos mentais comuns entre idosos residentes em áreas rurais. **Rev. bras. geriatr. gerontol.**, Rio de Janeiro, v. 17, n. 4, p. 819-828, dez. 2014. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1809-9823.2014.13204>. Acesso em: 20 maio 2016.

PUGA BARBOSA, R. M. dos S. **Educação Física Gerontológica: construção sistematicamente vivenciada e desenvolvida**. Manaus: EDUA, 2003. 279p.

RAMOS, Anne Carolina. O Corpo-bagulho: ser velho na perspectiva das crianças. **Revista Educação e Realidade**, 34(2):239-260, maio/ago. 2009. Disponível em: <http://seer.ufrgs.br/educacaoerealidade/article/view/9354>. Acesso em: 20 mar. 2011.

ROSA, Carlos Mendes; VERAS, Lana; ASSUNÇÃO, Alysson. Reflexos do tempo: uma reflexão sobre o envelhecimento nos dias de hoje. **Estudos e pesquisas em Psicologia**, v. 15, n. 3, p. 1027-1044, 2015. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/4518/451844505014.pdf>. Acesso em: 17 set. 2019.

SANTAELLA, Lucia. **Corpo e Comunicação**: Sintoma da cultura. 3. ed. São Paulo: Paulus, 2008.

SANTOS, Francisca da Silva; JÚNIOR, Joel Lima. O idoso e o processo de envelhecimento: um estudo sobre a qualidade de vida na terceira idade. **Revista Multidisciplinar e de Psicologia**, v. 8, n. 24, p. 34-55, 2014. Disponível em: <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/300>. Acesso em: 15 set. 2019.

SHILDER, Paul. **A imagem do corpo**. Tradução de Rosanne Wetman. São Paulo: Martins Fontes, 1980.

SCHNEIDER, Rodolfo Herberto; IRIGARAY, Tatiana Quarti. O envelhecimento na atualidade: aspectos cronológicos, biológicos, psicológicos e sociais. **Estud. psicol.**, Campinas, v. 25, n. 4, p. 585-593, dec. 2008. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-166X2008000400013>. Acesso em: 28 abr. 2019.

SHEPHARD, R. J. **Envelhecimento, atividade física e saúde**. São Paulo: Phorte, 2003.

SOARES, Giselle Tenório. **A construção da imagem corporal em homens idosos portugueses e brasileiros**. 2019. Dissertação (Mestrado em Psicomotricidade) – Universidade de Évora, 2019. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10174/25583>. Acesso em: 6 nov. 2019.

SOUTO, Giulyanne Maria Silva; CAMINHA, Iraquitan de Oliveira. **Imagem corporal e envelhecimento**. Curitiba: Appris Editora, 2015.

SOUZA *et al.*, O idoso sob o olhar do outro. In: MINAYO, Maria Cecília de Souza; COIMBRA JR, Carlos EA. **Antropologia, saúde e envelhecimento**. Editora Fiocruz, 2002.

TOMICKI, C.; LINI, E.; PICOLI, N.; CECCHIN, L.; PORTELLA, M. Percepção subjetiva de saúde de idosos residentes em instituições de longa permanência. **Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano**, v. 13, n. 2, 16 dez. 2016.

VIANA, Helena Brandão. O envelhecimento retratado pelo cinema: uma análise do filme “Camilla”. **Revista Kairós: Gerontologia**, v. 13, n. 2, 2010. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/kairos/article/view/5373>. Acesso em: 6 nov. 2019.

VILARINO, Maria Aparecida Müller; LOPES, Marta Julia Marques. Envelhecimento e saúde nas palavras de idosos de Porto Alegre. **Estudos interdisciplinares sobre o envelhecimento**, Porto Alegre, v. 13, n. 1, p. 63-77, 2008. Disponível em: <https://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/27275>. Acesso em: 1 set. 2019.

VITOLA, Janice; ARGIMON, Irani de Lima. Aspectos Psicológicos do Envelhecimento. In: TERRA, N. L.; DORNELLES, B. (Org.). **Envelhecimento bem sucedido**. 2. ed. Porto Alegre: EDIPUCRS, 2003, p. 97-101.

WHO. World Health Organization. **A Glossary of Terms for Community Health Care and Services for Older Persons**. WHO: Geneva, 2004.

WOTTRICH, Laura Hastenpflug. O que a telenovela diz sobre a velhice? Representações da beleza e do cuidado de si em *Passione*. **Cadernos de Comunicação**, v. 15, n. 1, 2011. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/ccomunicacao/article/view/4603>. Acesso em: 6 nov. 2019.

APÊNDICE A – Roteiro de entrevista

Informações de identificação

Número da entrevista:

Residência na: () zona urbana () zona rural

Idade:

Gênero:

Estado civil:

Nível de escolaridade:

Questões:

1. Como o(a) senhor(a) definiria o seu próprio corpo?
2. Que tipos de cuidados o senhor tem com seu corpo?
3. O(A) senhor(a) se sente satisfeito(a) com a imagem de seu corpo no espelho?
4. O que o(a) senhor(a) acha do seu peso hoje?
5. O(A) senhor(a) possui algum cuidado relacionado à sua imagem?
6. O(A) senhor(a) possui algum modelo de corpo que considera belo? Qual?
7. Como o(a) senhor(a) acha que as pessoas vêem o seu corpo?
8. O senhor(a) está satisfeito com seu corpo?
9. O(A) senhor(a) faz ou já fez alguma dieta alimentar com o intuito de cuidar do seu corpo?
10. O(A) senhor(a) costuma fazer algum exercício físico para cuidar do seu corpo? Qual?
11. Como o(a) senhor(a) acha que o exercício físico influencia no seu corpo hoje?
12. O Senhor(a) se considera saudável?
13. O que é saúde para o senhor(a)?

APÊNDICE B- Transcrição das entrevistas

TRANSCRIÇÃO DAS ENTREVISTAS	
PERGUNTAS	RESPOSTAS
Como o(a) senhor(a) definiria o seu próprio corpo?	Meu corpo graças a Deus é sadio né, não tem diabetes.
	Eu tenho problema, eu tenho problema de joelho, de ossos, de coluna.
	Eu acho que eu tô bem.
	Entendo bem, graças a Deus, não tenho doença não.
	Meu corpo? Me sinto muito bem, só tenho problema de pressão.
	No espelho o idoso muda muito.
	Bem, a não ser quando eu tô adoentada que eu não me sinto bem.
	Me acho mais ou menos.
	Muito bom.
	É a minha vida.
	Eu acho ele bom.
	É bom o que Deus me deu.
	Bonito. Meu corpo é bom.
	É bom graças a Deus.
	Eu me acho magra.
	Eu tenho muita dor por conta de que eu tenho muita doença.
	Bom.
	Como eu vejo... eu vejo normal... normal como qualquer uma mulher né.
	É bom graças a Deus.
	Da parte de saúde. Hoje eu defino assim que to com o corpo frágil, né acho que devido a tanto trabalho de anos atrás de Serviços pesado que eu Já vim da agricultura, hoje não, hoje eu não faço mais isso, devido a trabalhos pesados que eu já fiz muito e hoje me sinto com meu corpo fragilizado muitas dores nos osso, problema de coluna problema de artrose hipertensa diabética.
	Bom porque não tenho doença grave.
	Normal mulher, normal.
	Da maneira que eu gosto dele né.
	Assim, como estou mesmo né. só queria que fosse mais magra um pouquinho. Mas não tem jeito a gente faz por onde, mas não sei o que é isso não. Só quando a adoece que cai mais um pouquinho. Pense aí a gente perde um monte de quilo aí quando você melhora e ganha mais

	do que tinha. Eu queria que fosse mais magrinho um pouquinho porque eu me acho gorda.
	É bom. É o que Deus me deu.
	É normal.
	Meu corpo é bom porque eu pesava 76 kilos e to com 74 kilos eu acho que meu corpo tá bom porque eu tô me sentindo mais maneira. Depois que eu comecei essa hidroginástica minha saúde aumentou muito, mais o joelho e a coluna. porque quando cheguei aqui as meninas é que ajudavam para descer e subir. Hoje eu desço e subo sozinha.
	Eu tenho muita dor no meu corpo mas graças a Deus né.
	Bem hoje o que eu acho do meu corpo, pra mim mesmo eu sou uma grande pessoa, sou mãe de 7 filhos, trabalho. Mas mesmo assim eu me acho uma mulher feliz uma mulher disposta.
	Normal.
Que tipos de cuidados o senhor tem com seu corpo?	Ai demais viu. Eu zelo por cima de tudo. Mas quem trabalha sempre. Eu sinto dor nas pernas, mas acho que é devido à coluna.
	Eu gosto de tomar banho várias vezes ao dia.
	Tomo banho, me limpo, só isso.
	Tenho não.
	Tomo vacina, faço exame de prevenção e tomo meu remédio de pressão todo dia.
	Cuido sempre de umas coceirinhas que aparecem.
	Tenho cuidado para não me machucar porque tenho diabetes e pressão alta.
	Os cuidados que eu tenho é comprar meus remédios.
	Eu tomo banho, fico cheirosinha.
	Grande. A gente trabalha que só ai precisa cuidar do corpo senão ele não ajuda.
	Não tenho nenhum.
	Eu tomo banho.
	Eu me perfumo, ajeito o cabelo. Já andei muito por ai.
	Eu tomo banho, passo cremes.
	Eu me arrumo.
	Eu gosto de me limpar, escovar os dentes e fazer as unhas, mesmo sendo velha.

	Eu vou no médico e tomo os remédios.
	Eu tenho cuidado de assim de não levar muito sol porque minha pele é muito clara, eu uso protetor solar. Quando a minha pele está muito manchada eu vou para o médico de pele e ele passa protetor solar. Também eu sou diabética e tomo remédio para diabetes. Eu tenho pressão alta também tomo medicamento. Eu tenho o cuidado de manter meu corpo e alimentação saudável eu procuro me alimentar de frutas orgânicas, eu não gosto de comida industrializada gosto mais de simples.
	Eu tomo banho e passo perfume.
	Faço hidroginástica 2 dias por semana, e horas por outra eu vou no médico para tomar as medidas cautelosas né a medicação certa para combater mais essas dores eu sinto muitas dores, hoje não, estou bem melhor mas vem sempre tomando as medicações recomendadas pelos médicos e tomando os cuidados que eles passam pra gente pra evitar subir escada subir batente pegar peso e assim eu vou evitando e levando a vida com esses cuidados para ver se eu vivo mais
	Eu evito tomar sol porque a médica mandou. Eu passo protetor.
	Tipo de cuidado... mulher meu cuidado é o cuidado normal. To agindo agora assistindo nessa hidro que eu não tinha nada, sentia muito problema ainda hoje eu sinto. To muito bem depois volta de novo, volto a sentir novamente. Mas aqui é normal que a gente tem esses problemas e nunca fica bom mesmo.
	Fazer física, está sempre com ele né, está sempre em movimento.
	Protegendo a pele lavando passando os produtos, eu gosto não sabe. Passo(...) Protetor solar quando sai no sol, num sabe.
	Eu passo os cremes pra hidratar.
	Eu tomo banho todo dia e uso sabonete e faço a barba.
	Eu tenho cuidado em fazer física sempre eu faço em casa exercício físico na hora que eu me acordo, nas pernas, nos braços, deitada menos. Sinto muita dor na coluna aí o médico manda fazer. Caminhada eu não faço que eu tenho problema de pressão alta. Tenho

	hipertensão sou diabética. Tenho osteoporose, tenho artrose.
	Eu cuido d a minha limpeza para não ficar doente eu deixo tudo em ordem.
	Toda vida gostei de me zelar. Um pouquinho de zelo por tudo. Pela medicina, casa, roupa, no alimento. Muita gente se admiro com o que é que eu faço. Casei com 17 anos
	Eu tomo os remédios todos que o médico manda.
O(A) senhor(a) se sente satisfeito(a) com a imagem de seu corpo no espelho?	Eu estou muito satisfeito.
	Fico satisfeita.
	Sim, graças a Deus
	Me sinto, ainda agora olhei se a barba tava grande. Gosto de deixar ela sempre baixinha.
	Me sinto. A gente é velho mesmo.
	Fico satisfeita porque Deus quis assim.
	Me sinto. Eu gosto.
	Mais ou menos.
	Sim. Graças a Deus.
	Mais ou menos.
	Fico sim porque Deus quis assim.
	Fico sim.
	Satisfeita porque Deus quis assim.
	Mais ou menos.
	Gosto muito.
	Sim porque mesmo com essa idade que eu tenho eu me sinto bem.
	Tem dia que sim, mas tem dia que gosto não.
	Muito.
	É né.
	Eu sinto, eu me valorizo, mesmo com a dores que eu sinto mesmo com o probleminha perna que eu tenho, eu me sinto, eu estou andando, eu fico dizendo porque apesar de tudo eu ando Quando eu olho no espelho eu me valorizo eu me sinto bem.
	Me sinto. Gosto muito.
	Me sinto... tem que se conformar é isso mesmo que a gente vai chegando na idade nunca fica o corpinho de quando era mais jovem. Vai ficando um corpo mais sempre mais como diz a história tudo despencando.
	Sim.
	Me sinto.Vou fazer o que? Tem que se sentir né.
	Às vezes eu olho e gosto. Outras vezes não.
	Acho que sim.

O que o(a) senhor(a) acha do seu peso hoje?	Me acho bela graças a Deus.
	Feliz!
	Me sinto demais. Agradeço até a Deus por ser essa pessoa.
	Eu gosto.
	Meu peso é o seguinte, é 90 e... 96, né. Ai eu me pesei o mês passado, deu 96 e gramas, né. Agora eu não sei quanto eu peso não. Todos mês eu me peso
	Meu peso nunca passa de 53
	Sim, eu me pesei hoje.
	Está bom, 68 quilos.
	Normal.
	Estou satisfeita.
	A balança está quebrada ai eu não me pesei mais.
	Eu nunca fui gordo. Sempre fui isso.
	Bom. Não sou gorda nem magra.
	Não porque agora eu tô mais pesado.
	Eu acho que precisa diminuir.
	Tá bom. Nem gordo nem magro.
	Acho ruim meu peso.
	Eu me acho muito gorda.
	Eu acho que é bom.
	Eu fico preocupada porque antes eu pesava mais. Mas eu tô bem.
	Normal.
	Eu acho um pouco acima queria diminuir um pouquinho vou até fazer uma dieta para diminuir um pouquinho.
	Eu tô gordo.
	Meu peso hoje está bom, antes ultrapassava, mas hoje está bom
	Acho normal.
	Mulher eu já me pesei muito. meu peso já esteve mais alto, mas agora está normal 74, depois era 78, 79, 80 eu já pesei até 85 kilos mas agora tá normal. Graças a Deus tô melhor.
	Meu peso tava mais chegado, mas agora está mais normal. Tô pesando o peso mais que eu queria chegar.
	73 quilos era p ser pelo menos 60
	Normal.
	É bom o médico disse.
	Acho bom.
	Acho que tá bom.
	Satisfeita.
	Estou no peso certo.

O(A) senhor(a) possui algum cuidado relacionado à sua imagem?	Se eu tenho algum cuidado? Sei não quais cuidados são. Eu pego sol mas o sol sempre é frio. Vou só pro sol baixo, né.
	As vezes eu compro uma vitamina
	Não, não gosto! Eu nunca usou batom.
	Não. Eu me sinto bem assim. Estou satisfeito.
	Eu tenho cuidado.
	Eu uso meus cremes, shampoos que as meninas dão.
	Não. Nunca gostei muito dessas coisas.
	Mais ou menos.
	Sei não... eu me cuido muito.
	Não.
	Eu uso maquiagem.
	Eu uso as coisas, os brincos, os “colar”, as pulseiras. Eu usava mais antes.
	Eu não.
	Eu sempre cuido da minha cara. Ficar bonita.
	Eu uso creme baton, sei que é errado velho usar isso mas eu tenho, meus creme para cabelo e para rosto.
	Eu cuido do meu cabelo eu uso pó.
	Não.
	Eu gosto de me arrumar.
	Eu tenho cuidado, eu tomo muito cuidado, assim eu me zelo. Eu sempre mesmo com dor e tudo a noite eu procuro hidratar o corpo bem para evitar a pele ressecada. Gosto de andar com bons perfumes
	Eu me acho, sabe pra cima
	Não.
	Fisionomia sim... não, normal sempre, uso sempre assim um hidratantezinho. Essas coisas assim.
	A aparência acho que está bom demais. Pra mim né, tá ótimo. A não ser que nasça de novo né.
	Essa imagem é como eu sou mesmo.
	Eu cuido da minha imagem.
	Não.
	Assim de se arrumar, essas coisas. Eu gosto. Sou vaidosa, ainda sou vaidosa
	Eu coloco creme na hora de dormir.
	Sim. Eu tenho bastante. Assim, é me olhar, me cuidar, não dá muita atenção para muita gente
	Eu sou assim.
O(A) senhor(a) possui algum modelo de corpo que considera belo? Qual?	Olhe esse daí, (risos) para eu achar bonito é isso, (entrevistador: mas tem um modelo de corpo que o senhor acha bonito Como é esse

	corpo? O senhor sabia defini-lo.) Tem. Tem um modelo de corpo para a gente achar bonito.
	Acho que a juventude né. Principalmente quando estão as meninas estão arrumadas.
	Uma pessoa bonita.
	Minhas filhas eu acho todas elas bonitas.
	Eu vejo meu corpo bonito e vejo na televisão também.
	“Você” é muito linda! É jovem.
	Não.
	Não sei dizer.
	Acho as minhas filhas muito bonitas.
	Acho que belo é ser mais maneiro.
	O da minha filha.
	As modelos da televisão.
	Corpo nem gordo nem magro.
	Eu acho bonito as mulheres magras.
	Não sei.
	Eu penso que cada um é do jeito que é, na família tem baleia, tem feia, tem bonita.
	Não sei.
	É acho. Ah. Eu não sei citar quem é, mas quando vejo uma pessoa de uma altura bem mais alta do que eu que tem um corpo bonito eu acho bonito.
	Não.
	Alguém... acho... tem pessoas que eu acho lindo, olho, admiro, pela pessoa ser bonita de corpo, ser bonita de rosto.
	Minhas filhas têm o corpo bonito. Minha sobrinha também.
	Às vezes a pessoa fica né mulher não tá certo isso é assim, assim.
	Ah tem muitos né tem muitos modelos. Gisele Bundchen.
	Que eu acho? A pessoa bem alta e bem feitinha.
	A pessoa magrinha.
	Sei não.
	Eu me acho assim, por trás, tenho minha bunda bem empinada. Eu acho bonito por ser empinada. Por mais feio que seja a gente se acha bonita, eu acho que seja assim.
	Não sei dizer.
	Magrinho com as pernas grossas.
	As mulheres da televisão.
	Bom aí. Eu acho que, acham eu muito feio, né.
	Eu fico calada, não sei o que pensam.

Como o(a) senhor(a) acha que as pessoas vêem o seu corpo?	Acho que não diz nada não! Mas se dizem eu nunca presto atenção nos outros.
	Eu acho que não me acham desajeitado não.
	Eles mangam muito do meu corpo. É porque a pessoa é velha né.
	Acho que me veem magra!
	Eu não sei.
	Acho que vêem que a gente muda.
	Acho que vê normal.
	Acho que elas me vêem muito gordo.
	Sei não.
	Acho que me veem velho.
	Acham magrela direto, mas quem vive de remédio é assim mesmo. Não posso fazer nada.
	Acho que vê normal.
	Eu acho que não vê bonito não.
	Me acham magra mas não ligo não porque sou sadia e o meu corpo me deixa fazer tudo.
	Me acham velha, normal.
	Sei nem te dizer. Acho que assim que normal né.
	Normal.
	Isso aí, é difícil a gente dizer, mas acho que uns...tá com um corpo legal porque eu emagreci mais era gordona. Tá com um corpo legal isso me deixa bem. Mas eu não sei se nem todos diz isso ou então os que dizem na minha presença elogia na frente e por traz. As pessoas não é assim né, elogia na frente mas por traz.
	Me vê velho eu acho.
	Não sei mulher. Não sei lhe responder.
	Muita gente vê o gordo bem feito e outros vê o gordo mal feito né. Depende tudo da cabeça dos outros
	Me vê gorda.
	Acho que normal da minha idade.
	Sei não.
	Bom. Eu acho de um jeito e o povo já acha de outro né; Eu me acho bela mas não sei o que os outros acham né. Pode achar exibida também de ser empinada
	Me vê velha.
	Uns eu acho que me vê uma pessoa feia, gorda, que quer ser moça. Sentem inveja porque tem umas mais novas que se sentem mais velhas. Eu gosto de me arrumar.
	Normal.

O senhor(a) está satisfeito com seu corpo?	Estou graças a Deus. Só não estou mais satisfeito se eu fosse mais magro uma coisinha era melhor.
	Tô, agradeço a Deus
	Estou, graças a Deus!
	Estou satisfeito.
	Demais! Adoro meu peso.
	Sim eu tô satisfeita. Deus quis assim.
	É o jeito pois foi o que Deus deu.
	Sim, não mudaria nada.
	Sim, satisfeita.
	Não porque eu tô muito gordo.
	Estou sim porque não vivo doente.
	Muito.
	Sim.
	Estou sim. Deus quis assim.
	Muito. Eu gosto do meu corpo.
	Sim.
	Estou sim, bastante.
	Sim.
	Mais ou menos.
	Sim.
	Eu tô muito satisfeita.
	Sim. Graças a Deus.
	Eu tô. Eu tô.
	Eu tô. Graças a Deus eu não tenho nada
	Fazer o quê? Tem que está né. Tem que estar satisfeita.
	Tô sim.
	Sim.
	Graças a Deus. Estou satisfeita com meu corpo. Estou satisfeita com a minha saúde, estou satisfeita com a minha idade, tenho 76 anos. Faço toda luta da minha casa, lavo, engomo, varro o terreiro, faço tudo e ainda sobra tempo para brincar com as minhas amigas.
	Sim. Eu sinto as dor mas faço tudo.
	Tô. Hoje é que eu tô depois da hidroginástica.
	Sim.bastante.
O(A) senhor(a) faz ou já fez alguma dieta alimentar com o intuito de cuidar do seu corpo?	Faço, ainda hoje faço.
	Sempre faço por problemas de saúde
	Nunca fiz.
	Não, nunca fiz.
	Faço agora para perder peso.
	Não.
	Não, Nunca fiz.
	Não.
	Não.

	Nunca fiz porque trabalho muito.
	Sim porque eu fiz uma cirurgia.
	Não.
	Já fiz mas não faço mais não.
	Fiz mas fiquei bom e quis fazer mais não.
	Não. Nunca.
	Nunca fiz não.
	Só quando a pressão fica alta aí o médico manda.
	Já fiz e estou fazendo.
	Nunca fiz.
	Já. Já. Faço até hoje.
	Faço não.
	Já filha. Fiz e faço sempre. Sempre tenho cuidado sempre. Se não tiver cuidado a pessoa com diabetes essas coisas assim. Tem que ter cuidado com a alimentação né.
	Já fiz. Mas por enquanto tô fazendo nada não. Tô tomando só o que é necessário mesmo
	Nunca. Nunca fiz essa dieta.
	Sempre faço por causa da pressão.
	Não.
	Faço porque eu sou diabética.
	Não.
	Tô fazendo. Tirei muitas coisas.
	Só quando fico doente.
O(A) senhor(a) costuma fazer algum exercício físico para cuidar do seu corpo? Qual?	Não. Comecei ali, mas começaram a fazer o exercício e depois não terminaram
	Não sei dizer, eu nunca fiz caminhada.
	Eu sempre faço ali no postinho de saúde.
	Não, faço não.
	Faço de andar, faço caminhada.
	Eu sempre faço ali no posto de saúde.
	Gosto de fazer exercício, mas não gosto de ir sozinha. As meninas que vão são muito ligeiro e tenho medo de cair.
	Não sei responder.
	Eu faço caminhada.
	Sim. Caminhada diária.
	Não.
	Só caminhada.
	Eu faço fisioterapia alguns dias. Era pra eu fazer exercício, mas eu sói faço fisioterapia mesmo.
	Não.
	Eu caminho todo dia.
	Não. Já fiz o trabalho de casa e acho suficiente.
	Eu fazia antes e agora faço mais não.
	Eu faço caminhada e hidroginástica.

	Eu faço assim um alongamento de manhãzinha. Eu faço alongamento assim que levanto. Caminhada eu não faço eu sou descartada da caminhada por causa das doenças.
	Só hidroginástica.
	Às vezes eu faço em casa. Quando eu não venho aqui pra hidro eu faço em casa.
	Esse aqui. Hidroginástica.
	Só aqui na hidroginástica.
	Hidroginástica e caminhada.
	Hidroginástica.
	Sim hidroginástica.
	Caminhada e hidroginástica.
	Eu aprendi na academia e faço em casa também.
	Hidroginástica só.
Como o(a) senhor(a) acha que o exercício físico influencia no seu corpo hoje?	É porque o exercício que eu faço muito é andar.
	Mas acho que deve ser bom, vejo sempre minhas amigas falarem.
	Na saúde.
	Tudo ajuda quando a gente vai ficando velho.
	Muito.
	Acho que faz bem.
	Não sei.
	Não sei.
	Melhorando a saúde da pessoa.
	Melhorando as doenças.
	O exercício segura mais as carnes.
	Não sei.
	Na saúde.
	Melhorou muito o corpo, nadar é bom.
	Demais. A física é muito boa para os ossos.
	Melhora a saúde.
	Acho que melhora o corpo mas eu nunca fiz exercício.
	Melhora as doenças. Eu faço mais as coisas.
	Acho que ajuda porque a pessoa sem ter nem uma atividade física fica assim acho que envelhece mais rápido adoece porque é muito bom fazer algum tipo de exercício.
	Sim. Influencia.
	Ajuda ajuda muito. Você amanhece o dia tão dolorida. Mas quando você começa a se movimentar a fazer o alongamento aí começa a chegar quela força.
	Melhora a saúde.
	Ajuda sim. Ajuda. Todo tipo de exercício a pessoa fazendo direitinho né. Ajuda.

	Eu acho bom né. Para as dores na perna, joelho. Eu fiz também muito tempo academia.
	Eu me sinto bem, porque antes eu era tomada de dor. Hoje posso dizer que é belo.
	Diminuindo as dores.
	Muito.
	Sim acho. Eu sentia tanta dor. Tinha dia que eu não andava. Com a especialidade da hidroginástica. Minha salvação.
	Demais.
	Muito nos ossos, as dores foram embora, eu não me acocava eu não passava a perna assim.
	Influencia.
O Senhor(a) se considera saudável?	Saúde graças a Deus eu tenho. Só em não ter diabetes e nem colesterol
	Me acho, só que não tenho saúde, mas estou satisfeita.
	Me considero apesar da idade.
	Sim, me considero.
	Sim. Não tenho preocupação com nada.
	Sim. Me sinto com saúde.
	Às vezes.
	Não.
	Sim.
	Mais ou menos.
	Sim.
	Muito porque não tenho doença.
	Sim, mas já foi diferente.
	Sim.
	Sim.
	Não, sei lá. Minha saúde é pouca de dias em dias ataca. Ai tem que tomar os remédios para pressão e osteoporose.
	Às vezes.
	Mais ou menos, não tanto.
	Não por causa das doenças.
	Não tanto por causa dos problemas de saúde que eu tenho.
	Sim.
	Mulher Quando eu estou mulher. Eu fico assim meio nervosa. É isso mesmo
	Grças a Deus! tirando essas dor que eu sinto
	Sim.
	Sem doença eu sou.
	Muito.
	Sou doente, mas a gente tem que se achar bem né. Porque eu tenho vários problemas, coluna tenho 3 bicos de papagaio.

	Quando tomo banho que me arrumo e me olho no espelho. Isso não é uma mulher não. Isso é uma maravilha.
	Às vezes. Porque às vezes fico doente.
	Apesar do que eu passo eu me considero.
	Sim.
O que é saúde para o senhor(a)?	Ah, saúde é tudo né. A parte de Deus é a saúde.
	Coisa boa, que eu não tenho mas me sinto saudável.
	É ser forte, não estar sentindo nada e ser dona da casa.
	É ser sadio.
	Só minha pressão mesmo.
	É bom.
	Uma hora a gente está com saúde e outra hora tá não. Saúde é não ter doença.
	Só quando eu não estou gastando com remédio.
	É boa.
	É bom.
	É amanhecer o dia e fazer as coisas.
	É não precisar tomar remédio.
	É Tudo.
	É não ter doença.
	É bom.
	Saúde é tudo. Primeiro vem Deus, depois a saúde e depois trabalhar.
	É tudo de bom!
	Saúde pra mim é a coisa mais importante.
	Saúde é tudo pra mim. A maior riqueza da vida.
	É viver sem doença.
	Saúde é muito bom. O mais importante da gente é a saúde. A gente se conforma porque a saúde está menos tem vez que está mais que está melhor.
	Saúde é tudo. Saúde é tudo de bom na vida da gente.
	A saúde é viver bem não tomar medicamento para nada.
	É presente de DEus.
	É o que todo mundo quer.
	Saúde é tudo na vida. Em mim e minha família saúde é tudo. 57 anos de casada.
	É o que a gente quer né.
	Saúde é se sentir bem com paz e sossego.
	É o que Deus nos dá.

ANEXO A – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE)

Prezado (a) Senhor (a)

Esta pesquisa é sobre os cuidados com o próprio corpo de idosos do meio urbano e rural do município de Sousa-Paraíba. O estudo está sendo desenvolvido por Giulianne Maria Silva Souto, aluna do Doutorado em Educação Física pertencente ao Programa Associado de Pós-graduação em Educação Física UPE/UFPB, sob a orientação do Prof. Drº Iraquitan de Oliveira Caminha.

O objetivo do estudo é analisar os modos dos idosos perceber sua saúde, construir a imagem corporal e cuidar dos corpos por meio da Educação Física no sertão da Paraíba. A finalidade deste trabalho é atender à crescente necessidade de compreensão sobre o corpo idoso e suas implicações no processo de envelhecimento e terá como benefícios direcionar a elaboração de políticas públicas, programas e intervenções direcionadas ao público idoso, além de subsidiar novos estudos sobre este público no Sertão.

Solicitamos a sua colaboração para a aplicação de uma entrevista, como também sua autorização para apresentar os resultados deste estudo na tese de doutorado, em eventos da área de saúde e publicar em revista científica. Por ocasião da publicação dos resultados, seu nome será mantido em sigilo. Informamos que assim como em toda pesquisa científica que envolva a participação de seres humanos, esta poderá trazer algum risco psicossocial, em variado tipo e graduações variadas, tais como, constrangimento, sentimento de imposição para participação na pesquisa, dentre outros. Esta pesquisa considera ainda que os riscos podem ser físicos, psíquicos, moral, intelectual, social, cultural ou espiritual dos participantes, além de possíveis constrangimentos ao responder as perguntas da entrevista, sendo assim a equipe de pesquisa garante o sigilo da identificação da sua identificação.

Esclarecemos que sua participação no estudo é voluntária e, portanto, o(a) senhor(a) não é obrigado(a) a fornecer as informações e/ou colaborar com as atividades solicitadas pelo Pesquisador(a). Caso decida não participar do estudo, ou resolver a qualquer momento desistir do mesmo, não sofrerá nenhum dano.

Rubrica do pesquisador responsável: _____

Rubrica do sujeito participante: _____

Os pesquisadores estarão a sua disposição para qualquer esclarecimento que considere necessário em qualquer etapa da pesquisa. Além disso, este estudo foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal da Paraíba conforme legislação adotada para pesquisas com seres humanos. Se você tiver algum gasto pela sua participação nessa pesquisa, ele será assumido pelo pesquisador e reembolsado. Se você sofrer algum dano comprovadamente decorrente desta pesquisa, será indenizado. Qualquer dúvida sobre a ética desse estudo e se considerar necessário entrar em contato, o endereço e o telefone do comitê de ética da UFPB/CCS encontram-se no final deste documento.

Diante do exposto, declaro que fui devidamente esclarecido(a) e dou o meu consentimento para participar da pesquisa e para publicação dos resultados. Estou ciente que receberei uma cópia desse documento.

Assinatura do Participante da Pesquisa

Esse espaço
é para impressão
dactiloscópica

Assinatura da Testemunha

Contato com o Pesquisador Responsável:

Caso necessite de maiores informações sobre o presente estudo, favor ligar para o pesquisador
Giulianne Maria Silva Souto - Telefone: 88264930

Iraquiton de Oliveira Caminha- Telefone: 32167030

Endereço: Castelo Branco, s/n. Campus Universitário. Departamento de Educação Física.

Ou

Comitê de Ética em Pesquisa do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal da
Paraíba Campus I - Cidade Universitária - 1º Andar – CEP 58051-900 – João Pessoa/PB ☎
(83) 3216-7791 – E-mail: **comitedeetica@ccs.ufpb.br**

Atenciosamente,

Assinatura do Pesquisador Responsável

ANEXO B – Parecer de Aprovação do Comitê de Ética

UFPB - CENTRO DE CIÊNCIAS
DA SAÚDE DA UNIVERSIDADE
FEDERAL DA PARAÍBA



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: CORPO IDOSO E SERTÃO: UMA ANÁLISE DA PERCEPÇÃO, DE CUIDADOS, IMAGEM CORPORAL E SAÚDE

Pesquisador: Glulyanne Maria Silva Souto

Área Temática:

Versão: 2

CAAE: 09385119.0.0000.5188

Instituição Proponente: Universidade Federal da Paraíba

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 3.298.917

Apresentação do Projeto:

Trata-se da segunda versão do projeto de pesquisa da aluna Glulyanne Maria Silva Souto, doutoranda do PROGRAMA ASSOCIADO DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA UPE/UFPB, sob a orientação do Professor Dr. Dr^o Iraquiton de Oliveira Caminha. Trata-se de um estudo de natureza fenomenológica com abordagem qualitativa. Trata-se de uma pesquisa que será realizada com sujeitos idosos de ambos os sexos residentes no Sertão de Sousa na Paraíba na zona urbana e rural do município, com uma amostra total de 30 idosos. O instrumento de coleta dos dados a ser utilizado nesse estudo consistirá num roteiro de entrevista estruturado elaborado para esta pesquisa e será aplicado com idosos com o intuito de conhecer a percepção de corpo, os cuidados com seu corpo, a construção da imagem corporal e a percepção de saúde.

Objetivo da Pesquisa:

Objetivo Primário:

Analisar os modos dos idosos do sertão da Paraíba perceber a saúde, construir a imagem e cuidar dos seus corpos por meio da Educação Física.

Objetivo Secundário:

Identificar o perfil socioeconômico dos idosos residentes no sertão da Paraíba; Identificar as práticas de cuidado corporal dos idosos sertanejos

Endereço: UNIVERSITÁRIO S/N
Bairro: CASTELO BRANCO **CEP:** 58.051-900
UF: PB **Município:** JOÃO PESSOA
Telefone: (83)3216-7791 **Fax:** (83)3216-7791 **E-mail:** comitedeetica@ccs.ufpb.br

UFPB - CENTRO DE CIÊNCIAS
DA SAÚDE DA UNIVERSIDADE
FEDERAL DA PARAÍBA



Continuação do Parecer: 3.298.917

relacionadas à Educação Física; Identificar as características da construção da imagem corporal de idosos residentes na cidade de Sousa;

E identificar a percepção de saúde destes sujeitos.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Riscos:

Considerando os riscos que podem ser físicos, psíquicos, moral, intelectual, social, cultural ou espiritual dos idosos sujeitos deste estudo, além de possíveis constrangimentos ao responder as perguntas das entrevistas ou deles decorrentes, a equipe de pesquisa garante o sigilo da identificação dos participantes e se responsabiliza pelos mesmos.

Benefícios:

A literatura aponta uma lacuna existente nos estudos com idosos e o contexto rural, pois os existentes em sua maioria desconsideram as diferenças socioculturais e abordam o processo de envelhecimento na perspectiva apenas biológica. Sendo assim, os estudos que relacionam percepção de saúde subjetiva, construção da imagem corporal e cuidados pelos idosos na literatura brasileira possuem como área de produção principalmente a enfermagem e como objeto de estudo as intervenções corporais por parte de profissionais ou da família. Logo este estudo poderá atender à crescente necessidade de compreensão sobre o corpo idoso e suas implicações no processo de envelhecimento no intuito de direcionar a elaboração de políticas públicas, programas e intervenções direcionadas ao público idoso.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

A proposta está adequadamente elaborada e permite tecer julgamentos concernentes aos aspectos éticos/metodológicos envolvidos, conforme diretrizes contidas na Resolução 466/2012, do CNS, MS.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Os termos foram apresentados possibilitando adequada avaliação no que se refere aos aspectos éticos e metodológicos.

Endereço: UNIVERSITÁRIO S/N
Bairro: CASTELO BRANCO CEP: 58.051-900
UF: PB Município: JOÃO PESSOA
Telefone: (83)3216-7791 Fax: (83)3216-7791 E-mail: comitedetica@ccs.ufpb.br

**UFPB - CENTRO DE CIÊNCIAS
DA SAÚDE DA UNIVERSIDADE
FEDERAL DA PARAÍBA**



Continuação do Parecer: 3.258.917

Recomendações:

(O) pesquisador responsável e demais colaboradores, MANTENHAM A METODOLOGIA PROPOSTA E APROVADA PELO CEP/CCS.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Considerando que o(a) pesquisador(a) atendeu adequadamente às recomendações feitas por este Colegiado em parecer anterior a este, e que o estudo apresenta viabilidade ética e metodológica, estando em consonância com as diretrizes contidas na Resolução 466/2012, do CNS/MS, somos favoráveis ao desenvolvimento da Investigação.

Considerações Finais a critério do CEP:

Certifico que o Comitê de Ética em Pesquisa do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal da Paraíba – CEP/CCS aprovou a execução do referido projeto de pesquisa.

Outrossim, informo que a autorização para posterior publicação fica condicionada à submissão do Relatório Final na Plataforma Brasil, via Notificação, para fins de apreciação e aprovação por este egrégio Comitê.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMACOES_BASICAS_DO_PROJETO_1258326.pdf	02/04/2019 11:05:31		Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE_Souto.pdf	02/04/2019 11:04:39	Gluyanne Maria Silva Souto	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projeto_Souto_CEP.pdf	02/04/2019 11:04:22	Gluyanne Maria Silva Souto	Aceito
Outros	gluyanne_certidao_cep.pdf	02/04/2019 00:52:34	Gluyanne Maria Silva Souto	Aceito
Outros	instrumento_souto.pdf	01/03/2019 09:07:25	Gluyanne Maria Silva Souto	Aceito
Folha de Rosto	folha_rosto_souto.pdf	01/03/2019 09:00:22	Gluyanne Maria Silva Souto	Aceito

Situação do Parecer:

Endereço: UNIVERSITARIO S/N
Bairro: CASTELO BRANCO CEP: 58.051-900
UF: PB Município: JOAO PESSOA
Telefone: (83)3216-7791 Fax: (83)3216-7791 E-mail: comitedeetica@ccs.ufpb.br

UFPB - CENTRO DE CIÊNCIAS
DA SAÚDE DA UNIVERSIDADE
FEDERAL DA PARAÍBA



Continuação do Parecer: 3.298.917

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:
Não

JOÃO PESSOA, 02 de Maio de 2019

Assinado por:
Ellane Marques Duarte de Sousa
(Coordenador(a))

Endereço: UNIVERSITÁRIO S/N
Bairro: CASTELO BRANCO CEP: 58.051-900
UF: PB Município: JOÃO PESSOA
Telefone: (83)3216-7791 Fax: (83)3216-7791 E-mail: comitedeetica@ccs.ufpb.br