

## **EXPERIÊNCIAS EM GRUPO NO ENVELHECER FEMININO: CONSTRUÇÕES DE REDES, LAÇOS E AFETOS**

*Camila Cuencas Funari Mendes e Silva  
Joselene Cristina Gerolamo  
Mariele Rodrigues Correa*

Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, Assis-SP, Brasil

### **RESUMO**

Este artigo se dedica a apresentar um relato de experiência profissional com um grupo de mulheres idosas, participantes de um projeto de extensão universitária, em uma universidade pública de uma cidade no interior do estado de São Paulo. O referencial teórico que amparou tal atividade foi o grupo operativo de Pichon-Rivière, que nos serviu como ferramenta para reflexões acerca das dificuldades e possibilidades de envelhecer, por meio das trocas de experiências no nível grupal. Como principais resultados identificamos que o envelhecimento feminino é composto por muitas nuances que perpassam algumas dificuldades exclusivas ao gênero, tais como a desigualdade salarial, a obrigação e desvalorização do trabalho doméstico, o ambiente ainda clandestino da sexualidade e os padrões de beleza.

Palavras-chave: Grupos; Envelhecimento; Feminino; Psicologia.

### **GROUP EXPERIENCES IN WOMEN'S AGING: BUILDING NETWORKS, BONDS AND AFFECTIONS**

### **ABSTRACT**

This article aims to talk about an interventional experience with a group of elderly women, who are participants of a university extension project in a public university in a city countryside of São Paulo State. The theoretical framework that supported such activity was the Pichon-Rivière, which served as a tool for reflection on the difficulties and possibilities of aging through the exchange of experiences at the group level. As main results, we identified that female aging is composed of nuances that go through some difficulties exclusive to gender, such as wage inequality, the obligation and devaluation of domestic work, the environment of sexuality still perceived as clandestine and standards of beauty.

Keywords: Groups; Aging; Feminine; Psychology.

## **EXPERIENCIAS DE GRUPO EN EL ENVEJECIMIENTO DE LA MUJER: CONSTRUYENDO REDES, LAZOS Y AFECTOS**

### **RESUMEN**

Este artículo está dedicado a presentar un relato de la experiencia profesional con un grupo de mujeres ancianas, participantes de un proyecto de extensión universitaria, en una universidad pública de una ciudad del interior del estado de São Paulo. El marco teórico que apoyó esta actividad fue el grupo operativo de Pichon-Rivière, que sirvió como herramienta de reflexión sobre las dificultades y posibilidades del envejecimiento, a través del intercambio de experiencias a nivel grupal. Como principales resultados identificamos que el envejecimiento femenino se compone de muchos matices que atraviesan algunas dificultades exclusivas de género, como la desigualdad salarial, la obligación y desvalorización del trabajo doméstico, el ambiente aún clandestino de la sexualidad y los estándares de belleza.

Palabras clave: Grupos; Envejecimiento; Femenino; Psicología.

Ao longo das últimas décadas, diversas pesquisas têm apontado uma mudança significativa no perfil demográfico brasileiro: a população está envelhecendo (Veras & Oliveira, 2018). Segundo projeções do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (2018), já no ano de 2031 o número de idosos no Brasil superará pela primeira vez o número de crianças e adolescentes entre 0 e 14 anos. Em 2042, seremos 232,5 milhões de brasileiros e, deste contingente, 57 milhões terão mais de 60 anos de idade. A queda da taxa de natalidade, as melhorias no acesso à saúde e a direitos sociais, o aumento da expectativa de vida, o desenvolvimento científico, dentre outros, são alguns dos fatores que têm contribuído para que o processo de envelhecimento de nossa população atinja tais índices. Isso demonstra a urgência em refletirmos sobre diversas questões acerca do processo de envelhecer no contemporâneo, tais como a necessidade de fomentar espaços de promoção de saúde, socialização, protagonismo social, exercício da cidadania e trocas entre gerações (Santos & Souza, 2015).

Existem no Brasil instituições, tanto públicas quanto privadas, que têm percebido a importância desse movimento de busca de compreensão e valorização do processo de envelhecimento e aberto suas agendas para atividades voltadas especialmente a atender essa demanda. O presente trabalho é um exemplo do que é possível implementar nesses espaços. Assim, este artigo se dedica a apresentar um relato de experiência profissional com um grupo de mulheres idosas, participantes de um projeto de extensão universitária, em uma universidade pública de uma cidade no interior do estado de São Paulo.

As Universidades Abertas à Terceira Idade, como o próprio nome sugere, são estabelecimentos de ensino superior que abrem suas portas à população maior de 60 anos, a fim de oferecer cursos e atividades com os mais variados temas. Assim, além de garantir a oportunidade de trocas intergeracionais entre os idosos e a comunidade acadêmica, também contribuem para a melhoria da qualidade de vida dos mais velhos (Cachione, 2012).

Atualmente existem mais de duzentas instituições de ensino superior que desenvolvem atividades em programas de universidade aberta à terceira idade no Brasil. No caso da Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho” (UNESP), instituição à qual estamos vinculadas, os projetos denominados de “UNATI” (Universidade Aberta à Terceira Idade) surgiram a partir de 1993 e estão ligadas à Pró-Reitoria de Extensão. Inicialmente conhecido como Projeto Universidade Sênior, objetivava-se, por meio dele, fomentar a visibilidade social da velhice, propondo o sujeito idoso como dotado de potencialidades a serem desenvolvidas. Ademais, ele colaboraria na promoção a integração intergeracional por meio de cursos oferecidos pela comunidade acadêmica dentro do ambiente universitário. Cumpre notar que a UNESP é uma instituição de ensino superior composta por vários *campi* em todo interior do estado de São Paulo. No *campus* palco deste estudo, o projeto da UNATI existe desde 1994 e recebe cerca de trezentos idosos anualmente, os quais participam de mais de trinta oficinas e cursos diferentes, tanto de cunho de lazer e promoção de saúde quanto de atividades de aprendizagem, como línguas estrangeiras e informática.

Não podemos perder de vista que envelhecimento, apesar de ser uma parte significativa do ciclo de vida humano e ter ganho espaço nos equipamentos de saúde, saúde mental e assistência social (Conselho Federal de Psicologia, 2008), ainda é pouco contemplada nos projetos pedagógicos dos cursos de Psicologia de maneira sistematizada (Neri, 2004). Cumpre às atividades extensionistas dar conta de preencher esta lacuna, garantindo, assim, arcabouço teórico-prático aos discentes acerca da compreensão dos aspectos biopsicossociais que compreendem o processo de envelhecimento.

A psicologia, no *campus* no qual a atividade relatada neste artigo é realizada, lança-se ao desafio de pensar a UNATI como um espaço de formação complementar profissional e, principalmente, humana e política, que considera a integralidade das formas de existir. As oficinas terapêuticas (realizadas em grupos de convivência) servem como estratégia de cuidado e atenção à saúde na terceira idade, além de fomentar o reconhecimento dessa população como cidadãos de direito (Correa, 2019).

Assim, no presente trabalho, discorremos sobre nossa experiência de atuação com um grupo de mulheres idosas da UNATI, participantes das oficinas terapêuticas denominadas “Encontros com a Terceira Idade”. Elegemos esse grupo pois consideramos que a vivência grupal do envelhecimento, o resgate da memória e o valor da experiência mostraram-se fortes dispositivos de intervenção e resistência à desqualificação da velhice (Correa et al., 2013).

A grupalidade também se revela como estratégia ímpar de sociabilidade, de trocas simbólicas e afetivas, além de gerar uma experiência legítima de acolhimento, pertencimento, solidariedade e companheirismo. Tais âmbitos são especialmente significativos quanto tratamos do envelhecimento, uma vez que esta condição implica em desvalorização, isolamento e desqualificação tanto do meio social quanto do seio familiar. Por isso, atividades como as exploradas no presente artigo são valorosas à medida em que a Psicologia convoca a promoção da expansão dos vínculos e a produção de subjetividades, que são potencializados tendo o contexto grupal como pano de fundo.

Por fim, entendemos que este relato colabora para uma mudança de paradigma da forma com que a velhice é tratada social e culturalmente. Afinal,

enquanto o discurso social parece não dar voz nem ouvidos ao eco da vivência do amadurecer, valorizando cada vez mais o inédito e o passageiro, o resgate da memória por meio da experiência grupal do falar é uma forma de colocar em evidência estes saberes silenciados pelo tempo e pela sociedade e que, simultaneamente, ressignifica o passado e busca novos sentidos para o presente assim como já nos apresentaram Correa et al. (2013).

## **DISPOSITIVOS INSTRUMENTAIS E METODOLÓGICOS**

O grupo “Encontros com a Terceira Idade”, tal como mencionamos, faz parte da programação da UNATI da UNESP desde 2013. Tem como objetivo principal fomentar estratégias de intervenção no formato grupal, a fim de produzir a expansão da subjetividade dos idosos, de maneira a combater o isolamento social a que muitos estão submetidos e de promover (res)significações do processo de envelhecer. Por meio dessa atividade procuramos, também, contribuir para o processo de saúde dos mais velhos. Segundo Bezerra e Sorpreso (2016), o conceito de saúde não se restringe apenas à ausência de doença: atualmente tal conceito tem como base uma abordagem sociológica ampliada que norteia e estimula a atenção às questões relacionadas às injustiças sociais e problemas ambientais que produzem ou não saúde, seja ela física, mental ou social. A Psicologia, como ciência e profissão, tem papel importante nesse processo, uma vez que compreende o sujeito como ser biopsicossocial e colabora com a integralidade das diferentes dimensões do indivíduo (Yasui et al., 2018). Neste sentido, as oficinas terapêuticas do grupo “Encontros com a Terceira Idade” são norteadas por tais princípios, uma vez que se ocupam em entender a velhice como parte do ciclo biológico da vida e que tem suas ressonâncias nos âmbitos psíquicos, sociais e culturais.

O grupo com o qual trabalhamos era diverso, composto por uma média de quinze a vinte participantes, com idade entre 60 e 87 anos, todas residentes da mesma cidade. O nível de escolaridade transitava entre o analfabetismo a pós-graduação; as características socioeconômicas abarcavam da classe baixa à classe média-alta. Percebe-se que se tratava de um grupo bastante heterogêneo, o que, para o nosso entendimento, se mostrou extremamente positivo, afinal, contávamos com diferentes vivências e perspectivas sobre a velhice, o que enriquecia as discussões. Embora nossa proposta sempre se manifestasse aberta para ambos os sexos, a adesão masculina foi nula durante todos os anos de atividade que compreendem este artigo; assim, podemos afirmar que o grupo era fechado e composto exclusivamente do sexo feminino. Importante ressaltar que, com o passar dos anos, a rotatividade do grupo pouco se alterou, permanecendo as mesmas integrantes por todos os anos em que trabalhamos junto a esse coletivo.

As atividades aconteceram semanalmente, no formato de oficinas temáticas com uma hora e meia de duração. Os conteúdos abordados eram escolhidos a partir da demanda e sugestão do próprio grupo de idosas; as atividades eram elaboradas e estruturadas pelas coordenadoras para a semana seguinte juntamente com a educadora supervisora do projeto. A prerrogativa de que as temáticas discutidas nas oficinas partissem de nossas participantes compactua com um compromisso das coordenadoras, e também das autoras deste artigo, de estimular a autonomia e dar voz a essas idosas, muitas vezes tão caladas pelos imperativos sociais e culturais.

Para melhor interatividade entre as participantes, também utilizávamos de disparadores como poemas, músicas, vídeos, imagens, fotografias, cartazes, desenhos, escritos, entre outros.

No tocante ao aparato metodológico, usamos o referencial de grupo operativo de Pichon-Rivière (1983/2005) que, ao nosso entendimento, oferece ferramentas teórico-práticas fundamentais, tanto para a composição das oficinas terapêuticas como para o próprio manejo dos conteúdos emergentes do grupo. Segundo Pichon-Rivière (1983/2005), o grupo objetiva criar um espaço aberto à reflexão e à ruptura de estereótipos, interessado na promoção de um processo de aprendizagem. Ainda de acordo com o autor, a aprendizagem é um procedimento contínuo, no qual há indissociabilidade entre comunicação e interação, isto é, aprendemos a partir das relações com o outro e a partir desta relação construímos outros olhares e sentidos para as experiências do viver.

Portanto, ao pensarmos no contexto da UNATI, o grupo é espaço privilegiado para reflexão e aprendizagem, uma vez que o contato com o outro pode promover trocas importantes na construção de diferentes olhares para as questões emergentes, tal como os prazeres e percalços envolvidos no processo do envelhecer feminino no contemporâneo. Destacamos que, no nosso caso, de acordo com este referencial, o elemento organizador do grupo se configura na tarefa de possibilitar reflexões sobre as dificuldades e possibilidades de envelhecer com saúde física, psíquica e social, por meio das trocas de experiências no nível grupal. Salientamos que as trocas de aprendizagem se fazem tanto entre o grupo quanto na relação com as coordenadoras das oficinas.

Os encontros, cujos relatos amparam a redação deste artigo, foram coordenados por duas discentes do curso de pós-graduação em Psicologia, entre os anos de 2016 e 2019. Torna-se importante ressaltar que, em nosso primeiro contato com o grupo, explicitamos a intenção de focarmos nossos encontros nas experiências sobre o envelhecimento feminino e que, para tanto, contaríamos com o compartilhamento de anseios e necessidades das participantes, fato este que foi aceito em unanimidade. Além disso, nas reuniões com a supervisora, também pesquisamos e realizamos seminários com referências bibliográficas, tais como Bosi (1994), Debert (2004), Papaléo Netto e Kitadai (2015), Goldenberg (2016), Abreu (2017), Beauvoir (1970/2018), Villareal (2018), autores das áreas da Psicologia do Envelhecimento, da Gerontologia e da Psicologia de Grupos. Incluímos diálogos interdisciplinares com a Gerontologia, a fim de nos munirmos de arcabouço teórico para realizarmos esta prática da forma mais segura, sensível e didática.

Tais recursos nos permitiram compor diferentes olhares para o envelhecimento humano. Essa multiplicidade se torna possível por conta do dispositivo grupal e do vínculo que as participantes foram construindo entre si. Trazemos a seguir relatos das temáticas trabalhadas e suas reverberações. Importante salientar que, apesar de termos explorado diversas temáticas com esse grupo de idosas, elegemos os temas velhice ou terceira idade, as idosas e as relações familiares, trabalho e subjetividade, corpo e estigmas sexualidade e solidão e processos de luto para tratarmos neste artigo. Entendemos que tais temas, além de terem privilegiado o desejo de nossas idosas em trazê-los à luz para discussão, também se mostraram frutíferos nos conteúdos trazidos por elas. Além disso,

entendemos que tais temáticas exprimem de forma bastante latente o que significa ser mulher e velha no contemporâneo.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

### **VELHICE OU TERCEIRA IDADE: SERIA NECESSÁRIO NOMEAR?**

Ao longo de vários encontros com as participantes do grupo, procuramos trabalhar coletivamente as produções de sentido acerca do que seria “envelhecer” e qual designação seria a mais propícia para definir a etapa da vida em que as participantes estariam vivenciando. Sobre tais aspectos, Correa (2019) aponta que a noção de velhice emergiu marcada pela ideia da invalidez, degeneração física, um momento de descanso e calma, banhado pelo isolamento e ausência de afeto. Com o passar do tempo, essa fase da vida passou a adquirir certa visibilidade social, devido a fatores demográficos, econômicos, sociais e culturais que começaram a mudar vagarosamente os valores acerca do envelhecer

Nessa lógica, ao longo das últimas décadas, o envelhecimento tem adquirido diferentes sentidos e imagens que contribuíram para a construção de diversas possibilidades de se viver a velhice na atualidade. Novas palavras que trouxeram consigo novos arranjos e subjetividades ao envelhecer como “melhor idade”, “feliz idade”, “juventude tardia”, “terceira idade” (Minayo, 2011). No Brasil, por exemplo, documentos oficiais publicados anteriores a 1960 denominavam as pessoas com mais idade simplesmente de “velhas”. Atualmente, essa designação é tida como pejorativa e até preconceituosa.

Já no final da década 1960, a palavra “idoso” passou a ser empregada nos textos oficiais governamentais. Como pondera Peixoto (1998), essa palavra já fazia parte do vocabulário português, mas, até então, era pouco empregada e teria uma conotação mais respeitosa. Por fim, nas últimas décadas, vemos ganhar força a nomenclatura “terceira idade” para designar as pessoas acima dos 60 anos de vida. Trazida do contexto francês de 1970, a terceira idade representa envelhecimento ativo e “converte-se em uma nova etapa da vida, em que a ociosidade simboliza a prática de novas atividades sob o signo do dinamismo” (Peixoto, 1998, p.76). Assim, com a terceira idade, a velhice ganha outras cores e sentidos.

Por todo este histórico, não é surpreendente que a maioria das pessoas do grupo rechaçava a palavra “velho”, pois diziam que ela teria um significado próximo àquilo que é gasto e inútil. Porém, outras diziam que o sentido pejorativo dependia do contexto, pois “velho” poderia significar algo carinhoso e valioso. Algumas, por outro lado, também não se sentiam à vontade com a denominação “idoso”, pois consideravam essa palavra muito formal e não atualizada. Diziam preferir “terceira idade”, mas, ainda assim, acreditavam que essa palavra não daria conta de nomear essa fase de experiência da vida.

Muitas participantes concordaram em recorrer à palavra “experiência” para designar o momento que viviam. Segundo Picolo e Fernandes (2008), a “experiência” seria uma designação semântica que proporcionaria uma tônica mais positiva e ampla para nomear o momento de vida; podemos perceber nos relatos das participantes que tal premissa é verdadeira.

Tal questão se tornou muito emblemática, pois, como estávamos trabalhando com diferentes gerações de idosas, fomos ouvintes das diferentes formas de adjetivação do envelhecer que nos permitiu, em grupo, não fecharmos tal experiência em um conceito ou palavra, a vivência ultrapassada tais definições. Para nós, coordenadoras, foi muito interessante percorrer tantos corredores semânticos tão cheios de sentidos e imagens: isso nos mostrou que a experiência de envelhecer é diversa, múltipla e, ao mesmo tempo singular.

#### AS IDOSAS E AS RELAÇÕES FAMILIARES

As relações familiares povoam os relatos das tão diversas narrativas, assim como o ciclo vital que, descortinado pelas lembranças, sempre possibilitava revisitar o passado para ressignificar o presente. Nesse contexto de composição subjetiva e familiar, outro tema trabalhado ao longo da série de encontros foi sobre “ser avó”. Como explícito no método tal demanda partiu do próprio grupo, como uma espécie de desabafo e uma necessidade de demonstrar a insatisfação com relação à geração de seus netos, os quais, segundo as participantes, demonstravam pouco interesse em suas vidas e as consideravam como sendo ultrapassadas. Algumas idosas relataram que, às vezes, se sentiam até excluídas de um convívio mais próximo com a família, mais lembradas em situações que demandavam cuidado com os netos na infância.

Diante da demanda do grupo em discutir essa questão, fizemos um trabalho de resgate de memórias das avosidades de outras gerações, buscando imagens, lembranças e sentidos para as avós numa dimensão temporal. Esta perspectiva ia desde as avós das participantes do grupo, passando por suas mães e pelas participantes, até chegar a um exercício de prospecção para imaginarmos seus netos como futuros avós.

Nessa longa viagem temporal, cheia de afetos e significações, foi possível percorrer histórias, visitar lugares e ressignificar os papéis dos avós, especialmente como elo intergeracional de trocas simbólicas (Silva, 2014). Foi interessante notar que as imagens das avós na atualidade seguem a dinâmica da reconfiguração do envelhecer com a terceira idade. Nesse sentido, boa parte do grupo afirmava que não gostaria de ser vista com aquela imagem que elas possuem das próprias avós, com o estereótipo de “senhora com o lenço na cabeça”, pelo contrário, elas se orgulhavam de serem avós, mas conseguiam realizar um difícil contraponto de terem a própria vida, e não viverem somente para a família.

Também não podemos ignorar o valor do sujeito idoso no seio familiar que, por meio de suas contribuições, sejam elas de brincadeiras, de memórias, de contos fantásticos, entre tantos outros, colaboram para a manutenção de um vínculo familiar e social. Uma participante narra um encontro com seu neto, que se tornou inesquecível para ela, ao apresentá-lo a uma brincadeira que fez parte da sua infância, a criação própria de brinquedos, como bonequinhos com espiga de milho, boizinhos feitos a partir de um legume e palitinhos, entre outros. Consideramos que as avós estão mergulhadas em um processo de movimento constante e que os laços geracionais são fundamentais para o entendimento das configurações familiares no contemporâneo e, ainda, favorecem reflexões tanto para a infância quanto para a velhice. O exemplo da fala acima aduz que os ensinamentos passados de geração para geração, que outrora eram tão significativos e

simbólicos, parecem ter dificuldades para encontrar interlocutores. Não podemos perder de vista que esses ensinamentos fazem parte de uma herança cultural e são expoentes na formação da infância, da vida familiar e de toda a sociedade. Arrefecer esses laços e trocas pode produzir um distanciamento intergeracional, empobrecer as relações e dificultar a apropriação e ressignificação da própria história familiar e do grupo social.

#### TRABALHO E SUBJETIVIDADE

O mundo do trabalho foi uma temática recorrente das participantes ao longo dos encontros no grupo. Seus ofícios se fundem às suas histórias de vida. Sejam em ambientes domésticos ou públicos, todas as lembranças nesses espaços são muito valorizadas pelas participantes. Outro ponto importante evidenciado por essas narrativas é a questão gênero como um expoente de análise da velhice brasileira.

Tais relatos apontam que essas mulheres foram as personagens que integraram uma geração submetida aos ditames patriarcais e que, por sua vez, reproduziram valores machistas de forma passiva, afinal era esse o “ser mulher” que elas conheciam. A sujeição do trabalho na “lida”, como elas chamavam no trabalho no campo, ainda na infância, o trabalho doméstico que as esperava no retorno ao lar, e por fim, o destino reduzido e em comum nos estudos: o curso de Corte e Costura ou o Magistério. Ainda estavam embutidas nessas falas a dor do não reconhecimento, afinal o trabalho valorizado é aquele realizado pelo masculino, como a cultura patriarcal exige (Zanello, 2018).

Entretanto, também são essas mesmas mulheres as personagens da revolução feminista ocorrida durante o século passado. Algumas das participantes revelaram que também tiveram as mesmas obrigações na infância e na juventude, mas conseguiram romper com esse círculo de repetições ao se formarem em um curso superior e conseguirem empregos com cargos de chefia – um lugar que nem sempre era “destinado” ao público feminino. Estas idosas orgulham-se de suas conquistas.

A aposentadoria também foi tema discutido pelas idosas durante esses encontros, em que o trabalho esteve em evidência, e, nesse quesito, outro incômodo foi evidente: a invisibilidade.

O emergir do modelo capitalista de produção, entre os séculos XVIII – XIX, retirou a velhice da posição privilegiada de detentora da sabedoria devido aos anos vividos, e a colocou no lugar da inutilidade (Bosi, 1994). O novo sistema demandava a imediatez descontrolada e a produção massiva, impondo ao trabalhador requisitos de força e agilidade. Qualidades estas representadas principalmente por trabalhadores jovens; os mais velhos eram considerados como impróprios ao mercado de trabalho, em alguns casos exilados compulsoriamente em suas aposentadorias (Felix, 2016).

Herdeiras desse sistema produtivo e desmerecedor dos mais velhos, nossas participantes revelaram que, ao se aposentarem, se sentiram desamparadas e não encontraram abrigo na sociedade que suas mãos ajudaram a construir. Tal relato nos traz a densidade dos sentidos no trabalho: seu afastamento é sentido como uma “morte social”, segundo a expressão de Gurgel (2007). Para além dos salários, estão pavimentadas nas avenidas da memória o trabalho como um lugar de afetos, lutas, valorizações, que as compõem subjetivamente.



Nesse movimento do trânsito dos anos que modificam as relações entre trabalhadores e mercado de trabalho, a UNATI revelou-se como um refúgio para que suas potencialidades sobrevivessem, como lócus de acolhimento, tanto para suas experiências adquiridas ao longo dos anos como também para a ânsia de novos aprendizados.

#### CORPO E ESTIGMAS

A questão corporal permeou, de forma reiterada, os discursos das idosas nos encontros grupais: as mudanças corporais recentes, o aumento de peso, o confrontar do espelho, os dispositivos anti-idade, os interditos de vestimenta e maquiagem, entre tantos outros. Portanto, atividades sobre a temática não poderiam faltar e algumas delas foram marcantes tanto para as idosas quanto para nós, atuantes da psicologia no trabalho com a população idosa.

Em uma das ocasiões sugerimos a escuta de uma música chamada *Na Pele*, nas vozes de Elza Soares e Pitty, que justamente trata sobre as marcas do corpo como reveladoras de uma história. A partir daí entregamos cartolinas para que as idosas pudessem desenhar primeiro as marcas externas que o envelhecimento produziu e em seguida as marcas internas desse mesmo processo. Por fim, foi perguntando: *O que você aprendeu com essas marcas?*

Nessa atividade, as marcas externas do tempo foram destacadas pelo discurso das participantes: as rugas, as manchas nos braços e no rosto, cabelos brancos, as gordurinhas, foram os primeiros sinais marcados no papel, sempre pela via do negativo.

As marcas internas, de acordo com as participantes, eram impossíveis de representar no papel, mas foram verbalizadas. Elas diziam das duras cobranças da vida, como a difícil escolha entre a atividade profissional e a criação dos filhos, a tentativa de conciliar as duas atividades e a sensação de culpa e falha. Também trataram de lembrar de seus amores do passado e as lembranças da adolescência. Os aprendizados de todas essas marcas, segundo elas, fazem parte da bagagem de suas experiências, que proporcionou e elas compreender melhor o que realmente importava em suas vidas.

Outra atividade promovida e que deflagrou diversos incômodos e reflexões foi a que batizamos de *“Espelho, espelho meu”*. Para tal ação, dispusemos de um espelho que era colocado em frente a cada idosa, que ia relatando o que via. Primeiramente todas se recusaram a participar da experiência, até que uma das idosas aceitou, mas não sem antes alertar sobre a benção divina da perda visão conforme o envelhecer, afinal, não há rugas se não pudermos vê-las.

O envelhecimento, como diz Simone de Beauvoir (1970/2018), é visto como declínio, como decadência, e nos encontros com as idosas foi possível notar que esse imaginário é persistente: a sociedade valoriza o imperativo juvenil. O impacto disso na subjetividade da pessoa que envelhece foi bastante visível na fala das participantes. Claro que reconhecemos as limitações que a passagem do tempo impõe, no entanto, notamos que, nas duas atividades propostas sobre o tema, o corpo foi visto, de forma mais incisiva, pela via do negativo.

Não à toa vivemos uma época em que a busca por mudanças ou por adiar do curso de vida se faz cada vez mais intensa. Segundo Gerolamo (2019), no Brasil houve uma explosão de procedimentos estéticos não cirúrgicos, como aplicação de Botox,

preenchimento com ácidos, peelings, lasers, suspensão com fios, entre outros. Justamente técnicas que buscam esconder ou apagar as marcas do tempo. Goldenberg (2011) complementa a discussão sobre padrões estéticos em consonância com a velhice ao afirmar que “o corpo é um capital simbólico, um capital econômico e um capital social” (p.49). Debates acerca desse tema se fazem urgentes, uma vez que é impossível menosprezar o sofrimento psíquico decorrente da definição de beleza e da aceitação condicionadas pelo corpo jovem.

## SEXUALIDADE

Trabalhar com as questões que envolvem a sexualidade e o envelhecimento não é tarefa fácil. Contudo, os encontros nos quais abordamos o assunto possibilitaram narrativas muito potentes e significativas, evidenciando como a sexualidade é e/ou foi construída e ressignificada ao longo da vida.

Em um dos encontros, perguntamos ao grupo como cada uma construiu sua vida no casamento – nessa ocasião, havia casadas, viúvas e separadas – como pressuposto para conversarmos sobre sexualidade. Uma das idosas tomou partido e nos relatou que seu casamento foi uma escolha infeliz; ela festejava sua viuvez. Seu relato nos emocionou ao trazer lembranças de um passado de proibições e violências tanto concretas como simbólicas, expondo abuso físico e psicológico. Foi na velhice que ela verbalizou e ressignificou suas dores, ao compreender que saiu de uma prisão que se concretizava na convivência familiar para outra, o casamento, no qual a sexualidade nunca foi exercida com prazer. A densidade do relato denuncia que sua história é herdeira de um machismo que deixou marcas profundas e indelévels.

Algumas participantes, por sua vez, não quiseram compartilhar histórias, comentários ou percepções, pois diziam que este assunto (sexualidade) é muito íntimo e que não deveria ser falado em público. Como nos apresentou em seu trabalho Silva (2019), a sexualidade na velhice ainda permanece como tabu, e se fazem necessários muitos olhares e escutas sobre essa temática que ainda permanece em segredo, sob os véus de muitos preconceitos e estigmas.

Foi possível compreender, por meio das narrativas das idosas, que essas mulheres não se veem com direito ao prazer e que a sexualidade envolve muitas questões para além do sexo. Tabus, preconceitos e condutas a serem automaticamente obedecidas e reproduzidas, principalmente na maneira como foram educadas em suas famílias, expressadas pela inseparabilidade entre sexualidade e subjetividade, ou seja, a sexualidade é uma construção social e individual permeadas pela cultura, como aponta Silva (2019).

Neste encontro conseguimos discorrer, também, sobre o estereótipo da velhice assexuada, ou seja, sobre a sexualidade ser inexistente na velhice, como se com o passar dos anos, perdêssemos possibilidade de sentirmos e buscarmos prazer. No caso de mulheres, em específico, a assexualidade é facilmente associada à menopausa e seu destino trágico: o prenúncio de uma vida sem prazeres (Abdo & Fleury, 2015). Refletimos, em grupo, sobre a possibilidade de vivência da sexualidade independentemente da idade. Segundo Debert e Brigeiro (2012), a sexualidade, especialmente na velhice, pode ganhar novos contornos, novas práticas e gerar outras formas de prazer, somada a experiências vividas.

## SOLIDÃO E PROCESSOS DE LUTO

No início dos encontros do ano de 2019, após as devidas apresentações individuais tanto das participantes quanto das coordenadoras, perguntamos sobre possíveis temáticas as quais elas gostariam que fossem trazidas para a roda de conversa ao longo do ano. O tema “solidão” foi unânime entre os membros do grupo. Por se tratar de um assunto denso, resolvemos trazer um pouco de leveza ao trabalhar tal questão, utilizando como disparador alguns poemas que tratavam as diversas facetas da solidão.

Distribuímos folhas com diferentes poemas para cada uma das participantes. Elas deveriam lê-los para si mesmas e em seguida, quem se sentisse à vontade, poderia ler em voz alta para todo o grupo. Em seguida, perguntamos sobre as experiências de solidão que as acompanharam ao longo da vida. No início, houve um silêncio, como se elas ainda estivessem absorvendo as palavras recém-ditas. Logo após houve uma longa discussão acerca da ambiguidade do estar só: por vezes, solidão; por vezes, solitude, que pode ser descrito como estar sozinha mas não se sentir só. Para nós, pareceu-nos que elas diziam de algo íntimo à velhice: o processo de isolamento social.

Diversos outros dizeres sobre a forma com que as idosas experienciaram a solidão emergiram. Algumas relataram as experiências de morte e luto dos companheiros, a necessidade de ficar só em alguns momentos, o deixar de trabalhar como um desfazer de vínculos que desencadeou o isolamento, a saída dos filhos de casa, a ociosidade de alguns momentos na velhice, entre outros. Compreendemos que falar sobre a solidão era de grande importância para esse grupo, pois muitas estavam vivendo diversos lutos que advinham da experiência do envelhecer e que desencadeavam momentos de solidão.

O envelhecimento é um processo que pode desencadear diversos lutos (Färber, 2012). A morte se expõe de forma constante na velhice, seja diante da morte daqueles por quem se têm afeto ou o avizinhamo de sua própria finitude, seja pelo enlutamento advindo da perda de outros papéis simbólicos, como o trabalho, o corpo, a saúde, as relações pessoais, as idealizações e o status social.

A referência identitária da profissão, que outrora exigiu a renúncia do exercício pleno da maternidade, ou vice-versa, gerou arrependimentos diante da aposentaria. Sobre tal questão, ainda foi possível perceber que muitas não se reconhecem como produtoras de algo significativo, pois, não sendo mais bancárias, professoras, secretárias, a pergunta que fica é: “*Sou o quê, então?*”. Outro incômodo foi manifesto com relação ao corpo, que antes enquadrado nos padrões e valorizado socialmente, hoje parece sentir que não mais ocupa espaço algum, sente-se invisibilizado e assexuado.

Os encontros em grupo abriram espaço para que esses lutos fossem escutados, refletidos, compartilhados, ressignificados. O tangenciamento destes lutos simbólicos, que, por muitas vezes, desembocam no sentimento de solidão, ecoaram sob a forma de novo olhar sobre determinadas vivências e uma nova percepção de si. Munidas de mais gentileza para consigo mesmas, foi possível enxergar as potências existentes na transformação e as possibilidades que habitam nessa nova forma de existir no mundo.

A abertura deste espaço e a exteriorização do luto por meio do falar colabora muito para a elaboração dessas perdas. Abrir esse espaço de escuta grupal, o qual a

psicologia oferece como alternativa, é um potente aparato de promoção de saúde mental para a população idosa.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este artigo relata uma experiência de quatro anos de intervenção em grupo com mulheres idosas. Foram muitas trocas, aprendizados e histórias ao longo desse processo grupal. São experiências que transcendem as margens do texto, o número de caracteres e palavras, pois se tornaram parte de nossas vidas e das idosas com quem convivemos. Esperamos que a escrita aqui concretizada possa contribuir para a produção de conhecimentos e práticas que envolvem a psicologia de grupos com a velhice, especialmente no que tange à possibilidade de se trabalhar com oficinas temáticas e dispositivos como poemas, músicas, dentre outros aqui relatados, como elementos disparadores do processo grupal e da tarefa do grupo.

Os “Encontros com a Terceira Idade” foram de extrema importância não somente para as participantes da oficina, mas também para nós, coordenadoras das atividades. Acreditamos que essa experiência nos beneficia pelo contato, pela troca de experiências e saberes, pois, durante esse tempo de convivência, aprendemos muito com elas, e consideramos que elas também tenham aprendido algo conosco. Com essa rica união de saberes e experiências, nos é possível produzir novos pensares com relação, não somente ao processo de envelhecimento, mas também ao de ser jovem, construindo assim, uma nova maneira de se olhar a Psicologia e a pesquisa e a extensão no âmbito universitário. Nesse sentido, o grupo operativo foi uma ferramenta de grande importância para a produção de novas aprendizagens e para romper com as estereotipias do pensamento.

As temáticas apresentadas nos permitiram conceituar que o envelhecimento feminino é composto por muitas nuances que perpassam por algumas dificuldades exclusivas ao gênero, tais como a desigualdade salarial, a obrigação e desvalorização do trabalho doméstico, o ambiente ainda clandestino da sexualidade, os padrões de beleza, entre outros. Contudo, nossas participantes, a cada grupo, com cada fala, também nos trouxeram uma história em constante movimento, ávidas pela discussão e circulação de ideias. Assim como conceitua Bosi (1994), Beauvoir (2018), Goldenberg (2011), entre outros, envelhecemos a cada dia e somente será possível pensar em uma concepção saudável de velhice se pensarmos e lutarmos em coletivo.

## REFERÊNCIAS

- Abdo, C., & Fleury, J. H. (2015). Sexualidade da mulher idosa. *Diagnóstico e Tratamento*, 20(3), 117-120. <http://www.apm.org.br/imagens/Pdfs/revista-145.pdf>
- Abreu, M. C. (2017). *Velhice: uma nova paisagem*. Ágora.
- Beauvoir, S. (1970/2018). *A velhice*. 2ª ed. Nova Fronteira.
- Bezerra, I. M. P., & Sorpreso, I. C. E. (2016). Conceitos de saúde e movimentos de promoção da saúde em busca da reorientação de práticas. *Journal of Human Growth and Development*, 26(1), 11-20. <https://dx.doi.org/10.7322/jhgd.113709>

- Bosi, E. (1994). *Memória e Sociedade: Lembranças de velhos*. Companhia das Letras.
- Cachione, M. (2012). Universidade da terceira idade: História e pesquisa. *Revista Kairós Gerontologia*, 15(7), 1-8.
- Conselho Federal de Psicologia [CFP]. (2008). *Envelhecimento e subjetividade: Desafios para uma cultura de compromisso social*. [https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2009/05/livro\\_envelhecimentoFINAL.pdf](https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2009/05/livro_envelhecimentoFINAL.pdf)
- Correa, M. R. (2019). A psicologia na universidade aberta à terceira idade: Experiências de atuação com idosos na Unati/Unesp, Campus de Assis. *Olhar de Professor*, 19(2), 219-227. <https://doi.br/10.5212/OlharProf.v.19I2.0008>
- Correa, M. R., Justo, J. S., & Rozendo, A. S. (2013). Os desafios da Psicologia frente ao envelhecimento populacional. Em T. S. Emidio, & F. Hashimoto. *A Psicologia e seus campos de atuação: Demandas contemporâneas* (pp. 15-50). Cultura Acadêmica.
- Debert, G. G. (2004). A reinvenção da velhice: Socialização e processos de reprivatização do envelhecimento. EDUSP/FAPESP.
- Debert, G. G., & Brigueiro, M. (2012). Fronteiras de gênero e sexualidade na velhice. *Revista Brasileira de Ciências Sociais*, 27(80), 37-54. Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=10724731003>
- Färber, S. S. (2012). Envelhecimento e elaboração das perdas. *A Terceira Idade: Estudos sobre Envelhecimento*, 23(53), 7-17. [https://www.sescsp.org.br/online/artigo/6443\\_ENVELHECIMENTO+E+ELABORACAO+DAS+PERDAS](https://www.sescsp.org.br/online/artigo/6443_ENVELHECIMENTO+E+ELABORACAO+DAS+PERDAS)
- Felix, J. S. (2016). O idoso e o mercado de trabalho. Em A. O. Alcântara, et al. (Orgs.), *Política nacional do idoso: Velhas e novas questões* (pp. 241-263). IPEA. [http://repositorio.ipea.gov.br/bitstream/11058/9092/1/O Idoso e o mercado.pdf](http://repositorio.ipea.gov.br/bitstream/11058/9092/1/O%20Idoso%20e%20o%20mercado.pdf)
- Gerolamo, J. C. (2019). *O tempo não para: O envelhecimento feminino como ato revolucionário*. Dissertação de mestrado não publicada. Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, Faculdade de Ciências e Letras de Assis. <http://hdl.handle.net/11449/191056>
- Goldenberg, M. (2011). Afinal, o que quer a mulher brasileira? *Psicologia Clínica*, 23, 47-69. [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-56652011000100004&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-56652011000100004&lng=pt&tlng=pt).
- Goldenberg, M. (2016). *Velho é lindo*. Civilização Brasileira.
- Gurgel, W. B. (2007). A morte como questão social. *Barbarói*, 27, 60-91. <http://dx.doi.org/10.17058/barbaroi.v0i0.138>
- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística [IBGE]. (2018). *Projeções da população: Brasil e Unidades da Federação: Revisão 2018*. IBGE.
- Minayo, M. C. S. (2011). Envelhecimento demográfico e lugar do idoso no ciclo da vida brasileira. Em B. Trench & T. E. C. Rosa, (Orgs.), *Nós e o outro: Envelhecimento, reflexões, práticas e pesquisa* (pp. 7-17). Instituto de Saúde.
- Neri, A. L. (2004). Contribuições da psicologia ao estudo e à intervenção no campo da velhice. *Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano*, 1(1), 69-80. <https://doi.org/10.5335/rbceh.2012.46>
- Papaléo Netto, M., & Kitadai, E. T. (2015). *A quarta idade: Os desafios da longevidade*. Editora Atheneu.
- Peixoto, C. (1998). Entre o estigma e a compaixão e os termos classificatórios: velho, velhote, idoso, terceira idade. Em M. M. Lins de Barros (Org.), *Velhice ou terceira*

- idade: Estudos antropológicos sobre identidade, memória e política* (pp. 69-84). Fundação Getúlio Vargas.
- Pichon-Rivière, E. (1983/2005). *O processo grupal*. Martins Fontes.
- Picolo, C. C. R. D., & Fernandes, B. S. (2008). Re-significando o grupo e a velhice. *Revista SPAGESP*, 9(2), 50-55.  
[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1677-29702008000200009&lng=pt&nrm=iso&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-29702008000200009&lng=pt&nrm=iso&tlng=pt)
- Santos, S. T. D., & Souza, L. V. (2015). Envelhecimento positivo como construção social: Práticas discursivas de homens com mais de sessenta anos. *Revista da SPAGESP*, 16(2), 46-58.  
[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1677-29702015000200005&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-29702015000200005&lng=pt&tlng=pt).
- Silva, C. C. F. M. (2014) *Avós e netos: Um encontro de diferentes tempos verbais*. Dissertação de Mestrado em Psicologia não publicada. Universidade Estadual Paulista. Assis. <http://hdl.handle.net/11449/113799>
- Silva, C. C. F. M. (2019). *Sexualidade Feminina na trama do tempo: Narrativas indizíveis por mulheres invisíveis*. Tese de Doutorado em Psicologia não publicada. Universidade Estadual Paulista. Assis. <http://hdl.handle.net/11449/191278>
- Veras, R. P., & Oliveira, M. (2018). Envelhecer no Brasil: A construção de um modelo de cuidado. *Ciência & Saúde Coletiva*, 23(6), 1929-1936.  
<https://doi.org/10.1590/1413-81232018236.04722018>
- Villareal, H. (2018). *Psicología de Grupos*. Bogotá: Fundación Universitaria del Área Andina.
- Yasui, S., Luzio, C. A., & Amarante, P. (2018). Atenção psicossocial e atenção básica: A vida como ela é no território. *Revista Polis e Psique*, 8(1), 173-190.  
<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpps/v8n1/v8n1a11.pdf>
- Zanello, V. (2018) *Saúde mental, gêneros e dispositivos: Cultura e processos de subjetivação*. Appris.

*Submetido: 04/08/2020*

*Revisado: 05/10/2020*

*Aceito: 19/10/2020*

### **Sobre as autoras:**

**Camila Cuencas Funari Mendes e Silva** é doutora em Psicologia pela Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho” (UNESP).

**Joselene Cristina Gerolamo** é mestre em Psicologia pela Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho” (UNESP).

**Mariele Rodrigues Correa** é professora do Departamento de Psicologia Social e Educacional da Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho” (UNESP).

**Correspondência:** [camila\\_cfms@hotmail.com](mailto:camila_cfms@hotmail.com)