



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA
CAMPUS I
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM LOGOTERAPIA E SAÚDE DA FAMÍLIA**

AMANDA SABRINA BEZERRA DOS SANTOS

**LOGOTERAPIA E ENVELHECIMENTO: UMA REVISÃO
NARRATIVA**

**CAMPINA GRANDE
2020**

AMANDA SABRINA BEZERRA DOS SANTOS

LOGOTERAPIA E ENVELHECIMENTO: UMA REVISÃO NARRATIVA

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Especialização em Logoterapia e Saúde da Família, do Centro Paraibano de Estudos do Imaginário, em parceria com a Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de Especialista em Logoterapia e Saúde da Família.

Área de concentração: Tratamento e Prevenção Psicológica.

Linha de Pesquisa: Promoção da saúde e qualidade de vida.

Orientadora: Profa. Dra. Maria do Carmo Eulálio.

**CAMPINA GRANDE
2020**

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

S2371 Santos, Amanda Sabrina Bezerra dos.

Logoterapia e envelhecimento [manuscrito]: uma revisão narrativa / Amanda Sabrina Bezerra dos Santos. - 2020.

22 p.

Digitado.

Monografia (Especialização em Logoterapia e Saúde da Família) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, 2021.

"Orientação: Profa. Dra. Maria do Carmo Eulálio , Coordenação do Curso de Psicologia - CCBS."

1. Envelhecimento. 2. Logoterapia. 3. Idosos. I. Título

21. ed. CDD 616.891 6

AMANDA SABRINA BEZERRA DOS SANTOS

LOGOTERAPIA E ENVELHECIMENTO: UMA REVISÃO NARRATIVA


Artigo apresentado ao Curso de Especialização em Logoterapia e Saúde da Família, do Centro Paraibano de Estudos do Imaginário, em parceria com a Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de Especialista em Logoterapia e Saúde da Família.

Área de concentração: Tratamento e Prevenção Psicológica.

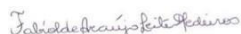
Linha de Pesquisa: Promoção da saúde e qualidade de vida.

Aprovada em: 12/12/2020

BANCA EXAMINADORA



Profa. Dra. Maria do Carmo Eulálio UNIVERSIDADE
ESTADUAL DA PARAÍBA



Profa. Dra. Fabíola de Araújo Leite de Medeiros
UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA



Prof. Dr. Gilvan de Melo Santos
UNIVERSIDADE ESTADUAL

À minha mãe, Josilene Bezerra, pela dedicação e amor, a meu pai, Iraz Bezerra (in memoriam), e a minha avó Nana (in memoriam), DEDICO.

“Acho tão bonito poder pensar que a vida que passa é sempre um ganho... Não perdi minha juventude, eu ganhei a minha maturidade. Não vou perder a minha maturidade, vou ganhar a minha velhice. Nós olhamos sempre para trás em vez de olhar para frente. E acho que nisso reside um pouco dessa aflição, desse sentimento de ser injustiçada pela vida [...].”

Lya Luft

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	8
2 REFERENCIAL TEÓRICO.....	9
2.1 O processo de envelhecimento.....	9
2.2 Fundamentos básicos da Logoterapia e da Análise Existencial de Viktor Frankl.....	11
3 METODOLOGIA.....	12
4 RESULTADOS E DISCUSSÕES.....	13
4.1 Enfrentamento de fatores negativos da velhice	14
4.2 Tríade trágica da existência	15
4.3 Vazio existencial	15
4.4 Valores na fase da velhice	16
4.5 A religiosidade na velhice	17
4.6 Expectativa positiva de futuro	18
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	19
REFERÊNCIAS.....	19

LOGOTERAPIA E ENVELHECIMENTO: UMA REVISÃO NARRATIVA LOGOTHERAPY AND AGING: A NARRATIVE REVIEW

Amanda Sabrina Bezerra dos Santos¹

RESUMO

O envelhecimento humano é um processo influenciado por aspectos sócio-históricos, culturais, econômicos, fatores intelectuais e de personalidade que ocorre de forma diferenciada para cada pessoa. A Logoterapia ou terapia do sentido ilumina o vazio existencial em busca de sentido para a vida, portanto, pessoas com maior sentido de vida tendem a buscar autocuidado. O presente trabalho tem como objetivo elucidar a relação entre a Logoterapia e o envelhecimento conforme a produção da literatura científica. A pesquisa foi realizada por meio de uma revisão bibliográfica de tipo narrativa com trabalhos científicos, publicados entre os anos 2000 a 2020, nas seguintes plataformas de artigos científicos: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Scielo, Periódicos Eletrônicos em Psicologia (PePSIC), e a Revista da Associação Brasileira de Logoterapia e Análise Existencial (Logos & Existência), Revista Interação em Psicologia e Revista Mosaico, bem como capítulos de livros. Os descritores utilizados foram: Logoterapia e Envelhecimento. Fizeram parte da pesquisa 12 textos (10 artigos e dois capítulos de livro). Os dados coletados foram analisados segundo a análise categorial temática de conteúdo. Os resultados apontaram que a relação da Logoterapia e o Envelhecimento tem como eixo das produções a busca de sentido de vida no processo de vivências experienciadas nesta fase da vida. Recorrem também as temáticas da teoria logoterápica como: o enfrentamento de fatores negativos na velhice, a tríade trágica da existência, o vazio existencial, os valores na fase da velhice e expectativa positiva de futuro. Enfim, a Logoterapia pode contribuir para a melhoria das estratégias de enfrentamento da pessoa idosa, auxiliando-a despertar para novas possibilidades de encarar os desafios naturais próprios da fase do envelhecimento.

Palavras-Chave: Envelhecimento. Logoterapia. Idosos.

ABSTRACT

The Human aging is a process influenced by socio-historical, cultural, economic, intellectual and personality factors that occurs differently for each person. Logotherapy or sense therapy illuminates the existential void in search of meaning for life, therefore, people with a greater sense of life tend to seek self-care. The present work aims to elucidate the relationship between Logotherapy and aging according to the production of scientific literature. The research was carried out through a narrative-type bibliographic review with scientific papers, published between 2000 and 2020, on the following platforms of scientific articles: Virtual Health Library (VHL), Scielo, Electronic Journals in Psychology (PePSIC), and the Magazine of the Brazilian Association of Logotherapy and Existential Analysis (Logos & Existence), Interaction em

¹ Aluna do curso de Especialização em Logoterapia e Saúde da Família do Centro Paraibano de Estudos do Imaginário – CEPESI e da Universidade Estadual da Paraíba - Campus I.
Email: amandasabrinapsi@gmail.com

Psychology magazine and Mosaic magazine, as well as book chapters. The descriptors used were: Logotherapy and Aging. Twelve texts (10 articles and two book chapters) were part of the research. The collected data were analyzed according to the thematic categorical content analysis. The results showed that the relationship between Logotherapy and Aging has as its axis of production the search for a sense of life in the process of experiences experienced in this phase of life. They also resort to the themes of logotherapy theory, such as: coping with negative factors in old age, the tragic triad of existence, existential emptiness, values in the old age phase and positive expectations for the future. Finally, Logotherapy can contribute to the improvement of coping strategies for the elderly, helping them to awaken to new possibilities to face the natural challenges inherent to the aging phase.

Keyword: 1. Aging; 2. Logotherapy; 3. Elderly.

1 INTRODUÇÃO

O envelhecimento é um processo heterogêneo e multideterminado, ou seja, varia de indivíduo para indivíduo, e durante o qual ocorrem mudanças que podem ser compreendidas de acordo com o contexto em que a pessoa está inserida. De forma geral, esse processo é marcado por um declínio biopsicossocial, que envolve perdas em muitos aspectos da vida dos sujeitos (NERI, 2008) e é considerado como universal. Inicia-se depois da maturidade sexual, acelera-se a partir da quinta década de vida do homem, período em que a reprodução é cessada ou diminuída, e é marcado por mudanças fisiológicas e morfológicas típicas (NERI, 2013).

Nas últimas décadas, a população brasileira vem passando por um processo de envelhecimento, no qual a pirâmide etária demonstra menos nascimentos, e, conseqüentemente, menos jovens e mais idosos. Portanto, é necessário que sejam desenvolvidas novas formas de pensar e encarar o envelhecimento, considerando as transformações oriundas dessa fase (OLIVEIRA, 2013). Segundo Neri (2006), como consequência desse envelhecimento populacional, cada vez mais serão exigidos mais investimentos em soluções tecnológicas voltadas para a cura e a prevenção de doenças incuráveis ou difíceis de reabilitar, porque, com esse aumento, vários problemas deverão aparecer, somando-se com as desigualdades econômicas existentes no mundo.

O Relatório Mundial da Saúde (OMS, 2015) nos mostra que são necessários recursos humanos e financeiros que visem melhorar as políticas públicas de saúde mais ativas na prestação de serviços à população idosa, que será de uma em cada cinco pessoas no planeta por volta do ano de 2050. Podemos visualizar esse crescimento, com mais precisão, na projeção do IBGE (2018), segundo a qual o número de idosos, no Brasil, tende a crescer bem mais nas próximas décadas. De acordo com a estimativa, em 2043, os idosos passarão a ocupar 1/4 da população, e os jovens de até 14 anos de idade apenas 16,3%. O Estatuto do Idoso (Lei Federal nº 10.741, 2007), apoiado pela Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003, cumpre um papel de grande importância. Seu objetivo é de proteger e defender as pessoas com mais de 60 anos de idade e lhes garantir o direito à saúde, à educação, à cultura, ao transporte e ao lazer.

A teoria desenvolvida por Viktor Frankl aborda uma psicologia centrada no sentido da existência humana (FRANKL, 2008). Para o autor até mesmo a morte é uma possibilidade de sentido, porque a consciência de finitude pode significar para o homem o momento final de realizações e motivá-lo a mudanças que ele deveria fazer ou não em direção ao seu objetivo. E como o homem é um ser que decide e é responsável por atribuir sentidos, na velhice, ele não está liberado da obrigação de responder a questionamentos diante da vida (KROEFF, 2004).

O objetivo desta pesquisa foi de elucidar a relação entre a Logoterapia e o envelhecimento, conforme a produção da literatura pesquisada. Sabe-se que, na velhice, as pessoas se sentem mais próximas da morte e tendem a sentir um vazio existencial. Por essa razão, intentamos conhecer novas formas de compreender o processo de envelhecimento e de intervir nele com base na orientação teórica da Logoterapia de Viktor Frankl.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 O processo de envelhecimento

Segundo Neri (2008), o aumento da expectativa de vida se deve, principalmente, à diminuição da mortalidade de crianças e de adultos por causas relacionadas a doenças infecciosas, graças aos avanços da tecnologia e da Medicina. O envelhecimento é marcado pelo declínio das funções biológicas, da resiliência e da plasticidade (NERI, 2004) e influenciado por aspectos históricos, culturais, fatores intelectuais e de personalidade, bem como pela rede social de apoio em que o idoso está inserido (NERI, 2008).

Cada fase da vida tem a própria dinâmica de desenvolvimento que compreende um processo multidirecional, visto que não é caracterizado por processos isolados de crescimento e declínio. Os mais variados aspectos do desenvolvimento acontecem em ritmos, domínios, momentos e direções diferentes: crescimento em determinado domínio e declínio em outro, por exemplo (NERI, 2008).

Neri (2006; 2008) classifica o envelhecimento em três estados: o normal, o patológico e o ótimo. Entretanto, esses estados podem acontecer em certos momentos da vida de forma sobreposta, razão por que é necessário reconhecê-los como indicadores gerais da saúde da pessoa idosa (SCORALICK-LEMPKES; BARBOSA, 2012).

Assim, existem mudanças previsíveis e inevitáveis que ocorrem de forma gradual, ao longo do desenvolvimento, que caracterizam o envelhecimento humano como de natureza genético-biológica, influenciado por mudanças normativas graduadas por idade ou ontogenéticas, também chamado de envelhecimento normal (NERI, 2008). Os eventos normativos graduados por idade tendem a acontecer de forma semelhante para a maioria das pessoas, no que se refere à época e à duração e são causados pela interação entre o organismo e o ambiente. Esses eventos envolvem as influências biológicas, que dizem respeito ao

crescimento, à maturação, ao envelhecimento do ser humano e às influências sociais, que dizem respeito ao processo de socialização ao longo da vida (NERI, 2006).

O processo biológico normativo de envelhecimento diminui a plasticidade comportamental e a resiliência biológica. Plasticidade é a capacidade que o ser humano tem de se adaptar ao meio, e resiliência, a capacidade de enfrentar e de se recuperar de doenças, de acidentes e de incapacidades. Essa diminuição da plasticidade e da resiliência individuais não pode ser compreendida de maneira isolada, pois depende de condições genético-biológicas, psicológicas e socioculturais. Já os eventos graduados por idade que são associados ao processo de socialização orientam a aquisição de papéis e de competências sociais associadas às idades, que envolvem a família, a educação, o trabalho, entre outros (NERI, 2006).

Assim, é possível minimizar os efeitos considerados negativos do envelhecimento, ativando a capacidade que o organismo dos idosos tem de reservar, levando em consideração o ambiente em que eles estão inseridos. No que diz respeito aos mecanismos de autorregulação da personalidade, permanecem intactos na velhice, o que pode explicar o bem-estar subjetivo do idoso que pode existir mesmo quando ele é acometido de doenças ou fatores externos que podem ser considerados insatisfatórios (NERI, 2008).

De acordo com a autora, quando a pessoa idosa sofre com o impacto causado por doenças crônicas e neurológicas, tem-se o envelhecimento patológico, que pode torná-la incapaz (NERI, 2008). As influências não normativas são as que não atingem a todos os indivíduos do mesmo grupo etário e são imprevisíveis e de caráter biológico e social. Esses eventos são caracterizados pela incontabilidade que os indivíduos experimentam, que gera insegurança e sobrecarrega os recursos pessoais e sociais, uma vez que alteram o ritmo de vida (NERI, 2006).

Segundo Baltes e Smith (2006), a capacidade reguladora adaptativa no âmbito subjetivo, ou seja, a plasticidade do *self* em idosos, é um poder que eles têm de transformar as próprias crenças, que, apesar das circunstâncias negativas, experimentam bem-estar positivo. Em vista disso, Fontes (2010) afirma que, apesar do declínio na fase do envelhecimento, a pessoa idosa pode apresentar estabilidade, autoestima, competência, autoeficácia e boa qualidade de vida.

Rowe e Kahn (1998) e Neri (2008) enunciam que um envelhecimento bem-sucedido é aquele em que há baixo risco de doenças e incapacidades e boa funcionalidade física e mental, além de estar envolvido de forma ativa na vida. Para Neri (2008), esse tipo de envelhecimento também pode ser chamado de ótimo. No entanto, Kahn (2003; apud LIMA; SILVA; GALHARDONI, 2008) pondera que, embora esses fatores sejam essenciais, podem levar ao

risco de responsabilizar somente o indivíduo pelo próprio envelhecimento bem sucedido fundamentado no autocontrole.

O envelhecimento bem-sucedido, sob o ponto de vista de Paul (2017), mantém a autonomia física, psicológica e social da pessoa idosa, individual ou socialmente, melhora a qualidade de sua vida e proporciona uma vida saudável. Entretanto, segundo Oliveira e Rocha (2016), o envelhecimento bem-sucedido não ocorre apenas através de uma vida ativa, porquanto também é produto do desenvolvimento da “produção em ciência, tecnologia e práticas de atenção à saúde dos velhos”.

A política de envelhecimento ativo orientada pela Organização Mundial da Saúde (OMS, 2005) ressalta que envelhecer bem é um processo que deve ser favorecido pelas políticas públicas e pelas iniciativas sociais e de saúde, um percurso que necessita ocorrer ao longo da vida dos indivíduos, que não é o baseado apenas em uma questão individual. Por conseguinte, a otimização de oportunidades de saúde, a participação e a segurança possibilitam o envelhecimento ativo, na medida em que melhoram a vida das pessoas.

2.2 Fundamentos básicos da Logoterapia e da Análise Existencial de Viktor Frankl

Viktor Emil Frankl (1905-1997) foi o fundador da Logoterapia e da Análise Existencial, entendida como Terceira Escola Vienense de Psicoterapia. A perspectiva teórica da Logoterapia traz uma antropologia filosófica que considera o homem em sua integralidade, como um ser único e irrepetível, que tem a capacidade de se posicionar diante de condicionamentos da vida, sejam eles de ordem psíquica, biológica ou social, devido à sua dimensão espiritual ou noológica, essencialmente humana, que perpassa as demais dimensões do homem (FRANKL, 2019). Segundo Frankl (2020), a Logoterapia fundamenta-se em três pressupostos que estão interconectados: a liberdade da vontade, a vontade de sentido e o sentido da vida.

A liberdade da vontade diz respeito ao fato de que o homem é livre para tomar uma posição em relação aos condicionamentos da vida, não só perante o mundo exterior, mas também perante si próprio, por meio do autodistanciamento, observando-se de maneira mais imparcial. O homem é capaz de se distanciar de si mesmo e de deixar sua dimensão psicológica, biológica e sociológica, até permear a dimensão noológica. Sua finitude torna essa liberdade de decidir também finita. Ele não é livre de condicionamentos, mas é livre para decidir se deve se render a esses condicionamentos ou se os enfrenta (FRANKL, 2020).

A ‘vontade de sentido’ é o que direciona o homem rumo à realização de sentidos na vida, e ele se percebe confrontado pelo sentido, que o leva ao que ele pode ser. O ser humano

é responsável pela realização de sentidos, tanto o sentido específico de sua vida, quanto em relação à sociedade, à humanidade ou até mesmo à própria consciência. O homem é, portanto, um ser responsável, pois só a ele cabe interpretar a própria responsabilidade e sua capacidade de decidir. Quando o homem tem sua vontade de sentido frustrada, pode ocorrer o que Frankl (2020) chamou de frustração existencial ou frustração de sentido (FRANKL, 2020).

O sentido da vida, para Frankl (2020), é algo para além do ser humano, direcionado a algo ou a alguém que é diferente dele mesmo. Isso se chama autotranscendência. O sentido é único, pois não se repete, é pessoal, porque cada ser humano é único, e situacional, porquanto cada situação tem um sentido. Frankl (2020, p. 34) considera que “a vida nunca cessa de ter e reter um sentido até seu último momento”. Logo, o sentido pode ser encontrado na realização de valores, sejam eles de criação, experiência e/ou atitude. Os valores de criação dizem respeito à realização de um trabalho ou prática de um ato, por meio do qual doamos a vida. Já os de experiência são os encontros verdadeiros e autênticos, como a contemplação do que é belo e bom no mundo e com outros seres, através do que recebemos do mundo. Por fim, os valores de atitude, para Frankl (2020), são o sentido do sofrimento, o mais profundo dos sentidos, baseados em uma atitude tomada diante um sofrimento inevitável, que não se pode modificar, como uma doença incurável (FRANKL, 2020).

Frankl (2020) não deixou de enfatizar os aspectos trágicos da vida humana, ao que chamou de Tríade Trágica: dor, culpa e morte. O autor fala sobre o medo de envelhecer e de morrer que é experimentado por muitas pessoas e alerta para que não seja reforçada a ideia do sujeito de querer fugir da realidade. Afirma que a transitoriedade da vida não diminui o seu sentido. Paulo Kroeff (2004, p. 100) assevera que “temos corpo que envelhece, adocece, enfraquece, mas somos espírito”, e este último está acima de tais eventualidades, motivando o homem a buscar o que é importante para ele.

3 METODOLOGIA

Trata-se de um trabalho documental, mais especificamente, um estudo de revisão narrativa que, segundo Rother (2007), propõe-se a descrever e discutir sobre o desenvolvimento do tema em questão por meio da análise e da interpretação da literatura existente.

A revisão narrativa foi composta, inicialmente, de um estudo exploratório e realizada a partir de trabalhos publicados em meios científicos entre os anos 2000 e 2020. Os dados foram coletados por meio de pesquisa bibliográfica (SILVEIRA; CÓRDOVA, 2009), buscando

artigos científicos cujo escopo trata sobre a Logoterapia e o envelhecimento publicados nas seguintes plataformas: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Scielo, Periódicos Eletrônicos em Psicologia (PePSIC), a Revista da Associação Brasileira de Logoterapia e Análise Existencial (Logos & Existência), a Revista Interação em Psicologia e a Revista Mosaico, bem como capítulos de livros.

Os critérios de inclusão desta revisão foram estudos que abordavam os temas publicados em língua portuguesa, cujo objeto de estudo fosse de interesse dessa revisão narrativa e que estivesse disponível gratuitamente na íntegra, em formato eletrônico nas bases de dados, publicados nos últimos 20 anos. Artigos repetidos nas bases de dados foram excluídos, bem como teses, dissertações e artigos publicados em periódicos não editados no Brasil.

Depois de feita a leitura dos artigos incluídos nesta pesquisa, foi feito um levantamento para extrair os dados considerados relevantes segundo nossos objetivos, em seguida, categorizados e analisados por meio da análise categorial temática de conteúdo (BARDIN, 2011), uma técnica metodológica de análise das comunicações. A partir da literatura existente a respeito do tema em questão, foram realizados procedimentos sistemáticos de descrição do conteúdo encontrado, agrupando os dados e formando categorias sínteses. Em seguida, foi feita uma comparação entre os dados e unificados de acordo com as semelhanças entres eles. Depois de agrupados em categorias e subcategorias, os dados foram interpretados e analisados.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Na base de dados BVS, foram encontrados dez artigos publicados, mas somente dois cumpriram os critérios de inclusão, e um deles foi repetido na base de dados PePsic. Esse foi o único artigo encontrado na última base de dados, três, na base de dados Scielo, um, na Revista Interação em Psicologia, um, na Revista Mosaico, e três, na Revista Logos & Existência, além de dois capítulos de livros, portanto, 12 textos que contemplam os critérios de inclusão e que foram considerados relevantes para o estudo.

A maioria dos trabalhos sobre o tema investigado foi publicada entre os anos de 2013 e 2019, o que pode ser considerado um número pequeno de publicações em língua portuguesa. Dos dez artigos analisados, três apresentam estudos bibliográficos, e sete, estudos empíricos.

Na leitura criteriosa dos textos selecionados, observou-se que os estudos são unânimes quando apontam que o ‘sentido de vida’ funciona como uma “mola” propulsora para um envelhecimento bem-sucedido, em que os idosos podem experimentar essa fase da vida com mais autonomia. Os artigos mostram a frequência unânime na abordagem do ‘sentido da vida’.

A partir dessa categoria, surgiram seis subcategorias: ‘Enfrentamento de fatores negativos da velhice’, ‘Tríade trágica da existência’, ‘Vazio existencial’, ‘Valores na fase da velhice’, ‘Religiosidade na velhice’ e ‘Expectativa positiva de futuro’.

O ‘sentido da vida’ é o fundamento essencial da teoria de Viktor Frankl e está sempre direcionado para algo ou alguém, pois o ser humano encontra identidade na medida em que se compromete com algo para além de si mesmo. Não é possível dizer ao homem qual é o sentido de sua vida, pois cada sujeito é único, razão por que o sentido também o é, portanto, é individual, e cada situação vivida tem um sentido. Então, cada ser humano deve se engajar na busca do sentido ou sentidos de sua vida a serem realizados, visto que a vida sempre terá um sentido até seu último momento (FRANKL, 2020).

4.1 Enfrentamento de fatores negativos da velhice

A fase do envelhecimento é marcada por um declínio nos âmbitos biopsicossocioculturais. Por essa razão, é imprescindível que as pessoas idosas busquem, ao longo de sua caminhada, um sentido para a vida (ESPÍNDULA; FERREIRA, 2017). Existem vários fatores negativos que elas podem enfrentar em seu cotidiano, como, por exemplo, as perdas físicas e da ocupação laboral, conforme referido por Espíndula e Ferreira (2017). Irigaray e Schneider (2008) apontam a influência de fatores negativos típicos da velhice, como a saída dos filhos de casa e o distanciamento e a perda de familiares, amigos e do cônjuge.

Na teoria de Frankl, mesmo diante de acontecimentos considerados negativos, o homem continua sendo um ser que pode decidir entre o que é o que deveria ser. Os estudos de Espíndula e Ferreira (2017) e Oliveira e Rocha (2016) entram em consonância quando afirmam que, apesar das adversidades da vida, quando o idoso aceita o que não pode mudar, mas segue a vida com propósitos e molda a si mesmo, tomando uma decisão diferente diante de tais adversidades, ele é capaz de se autodeterminar e autotranscender (ESPÍNDULA; FERREIRA, 2017).

Os fatores negativos na velhice podem servir de oportunidade para se vislumbrarem outras possibilidades na vida e realizar valores, como, por exemplo, ingressar na universidade na terceira idade (IRIGARAY; SCHNEIDER, 2008). Isso nos remete ao pensamento frankliano de que o homem é livre para tomar decisões na vida, portanto, é um ser incondicionado devido a sua dimensão espiritual (FRANKL, 2020). Essa dimensão é o que lhe possibilita estar acima dos eventos negativos, em busca do que é importante para si mesmo. A liberdade de decidir está sempre presente ao longo da vida, inclusive na velhice, e os idosos continuam a responder

sobre o sentido de sua vida (KROEFF, 2004). Eles são capazes de se autodeterminar com responsabilidade por meio de sua 'liberdade da vontade' (OLIVEIRA; SILVA, 2013).

4.2 Tríade trágica da existência

Segundo Kroeff (2004), ao longo da vida, os seres humanos passam por inúmeras experiências que são consideradas trágicas e que não podem ser evitadas. Na velhice, isso é mais recorrente, porque eles enfrentam a iminência da morte. Frankl (2020) chamou essas vivências de tríade trágica da existência humana, que são o sofrimento, a culpa e a morte, considerados como inevitáveis e inerentes ao homem, que terá de enfrentar a morte e o sofrimento ao longo da vida. A Logoterapia tem uma visão mais otimista e considera que até mesmo a morte e o sofrimento têm sentido (FRANKL, 2020).

Quando o homem se depara com sua finitude, surge uma pressão, e ele se sente motivado a vivenciar, da melhor maneira possível, cada momento de sua vida e a tomar a melhor decisão a cada instante (FRANKL, 2020). De acordo com Kroeff (2004) e Espíndula e Ferreira (2017), a consciência de finitude convida o homem a repensar o que pode fazer e as mudanças que precisa ou não fazer antes de morrer, porque com ela esgotam-se as oportunidades de realizar sentidos. E como a morte é um acontecimento que se evidencia na fase da velhice, a pessoa idosa passa a rever seus valores (ARAÚJO *et al.*, 2013; apud MOURA; AQUINO; AQUINO, 2018).

Melo *et al.* (2013) afirmam que a percepção de que o sofrimento tem sentido é uma maneira de encarar, de forma mais compreensiva e manejável, os acontecimentos negativos na velhice. Frankl (2008; apud MELO *et al.*, 2013) alega que é possível transformar uma tragédia em uma conquista humana, por meio dos valores de atitude. Quando o indivíduo se depara com acontecimentos que não pode mudar, ele é capaz de mudar a si mesmo e enxergar outras possibilidades em relação aos fatos inevitáveis, colocando-se como protagonista de sua vida, assumindo sua responsabilidade e não aceitando a sensação de que pouco se tem a fazer nessas circunstâncias. Essas vivências podem ser utilizadas para dar sentido à vida (MACEDO; SILVA, 2017; KROEFF, 2004), pois, quando se realizam valores, também se realizam sentidos (FRANKL, 2020).

4.3 Vazio existencial

Na fase do franco envelhecimento, as pessoas tendem a ter dificuldades de gerir suas emoções, e a motivação fica cada vez mais ausente e é substituída pelo sentimento de falta de sentido (ESPÍNDULA; FERREIRA, 2017). Para Frankl (2020), o homem que tem sua vontade de sentido frustrada pode experimentar o vazio existencial. Espíndula e Ferreira (2017) falam sobre esse vazio tal qual Frankl (2020) o determinou, como uma sensação de inutilidade, que se manifesta em forma de um grande aborrecimento. A falta de sentido pode levar o idoso a experimentar essa sensação e a sentir um vazio existencial (ESPÍNDULA; FERREIRA, 2017). Segundo Vieira e Aquino (2016), a presença de sentido pode aumentar a vitalidade do idoso. Por outro lado, a sensação de vazio pode diminuir sua energia e seu vigor.

A sensação de vazio e de falta de sentido pode elevar o risco de suicídio em idosos (FUSTER, 1997; apud OLIVEIRA; SILVA, 2013). Segundo o estudo de Minayo, Cavalcante, Mangas e Souza (2012; apud OLIVEIRA; SILVA, 2013), em uma série de fatores e quadros agudos de depressão, a falta de sentido da vida surgiu como uma das motivações que levariam o idoso ao suicídio como forma de solucionar esse vazio. Santos (2016) afirma que um dos sintomas do vazio existencial é o suicídio, em qualquer fase do desenvolvimento.

4.4 Valores na fase da velhice

Frankl (2020) assevera que o sentido é encontrado por meio da realização de valores, sejam eles de criação, vivência e/ou de atitude. Para Kroeff (2004), os valores de criação podem ser realizados ao longo da vida e até mesmo depois do fim dela, dedicando-se a um trabalho e concretizando-o para o mundo. O trabalho pode ser considerado como a realização do valor de criação e, até mesmo na fase do envelhecimento, continua sendo muito importante para o idoso.

Ressalte-se, todavia, que existem pessoas que, quando se aposentam, sentem-se inúteis e incapazes (OLIVEIRA; ROCHA, 2016; KROEFF, 2004), experimentam um vazio existencial (KROEFF, 2004) e entram em um declínio psicofísico (MOURA; AQUINO; AQUINO, 2008; FRANKL, 2018), porque não fazem mais parte do mercado de trabalho nem participam como antes da sociedade em que estão inseridas (OLIVEIRA; ROCHA, 2016). Em casos como esse, as pessoas idosas devem se preparar para se aposentar como medida protetiva, para que possam despertar em direção aos valores que ainda estão disponíveis (OLIVEIRA; Rocha, 2016; KROEFF, 2004; MOURA; AQUINO; AQUINO, 2018; MELO *et al.*, 2013; e ANDRADE-BOCCATO; FRANCO, 2019).

Frankl (2020) considera que a autotranscendência é o traço e a característica mais importante do homem, pois o preenche de sentido na medida em que sua vida se direciona para

algo ou alguém diferente dele mesmo. A consciência de se ter uma tarefa a cumprir capacita o ser humano a superar dificuldades, e isso pode prolongar a vida e prevenir os idosos de doenças. Não se trata aqui de uma ocupação remunerada, mas da sensação de estar preenchido e satisfeito interiormente ao realizar tal ocupação, seja na juventude ou na velhice, desde que proporcione o sentimento de existir para algo ou alguém (FRANKL, 2018).

Nessa fase, também são imprescindíveis os valores de atitude, em que se deve tomar uma posição e encontrar uma ocupação substitutiva que lhe confira realização interior (FRANKL, 2018). Esses valores envolvem a tomada de posição que o idoso pode escolher diante dos acontecimentos da vida que o levam a refletir sobre suas possibilidades e mudar sua conduta (FRANKL, 2008).

Assim, a fase do envelhecimento não é diferente das demais fases, no que diz respeito a responder à vida e a tomar decisões para melhorar ou transformar as situações, superando as perdas nos âmbitos biopsicossocioculturais (OLIVEIRA; ROCHA, 2016). Quando os idosos tomam atitudes e posicionamentos sobre suas vivências, sentem satisfação com a vida e bem-estar psicológico (ESPÍNDULA; FERREIRA, 2017).

Paulo Kroeff (2004) afirma que, se os valores de criação não estão mais acessíveis, os valores vivenciais assumem grande importância, sobretudo na velhice, uma vez que os idosos têm mais tempo para se dedicar às suas vivências, pois já não têm a obrigação de trabalhar, de produzir, de educar os filhos, entre outras exigências da fase adulta. Dedicar-se a uma tarefa concreta e pessoal ajuda o idoso a manter-se psíquica e espiritualmente saudável e a se preservar de doenças e da morte (FRANKL, 2018).

Frankl (2008) compara a fase do envelhecimento com um celeiro, e Kroeff (2004) considera que é provável que o idoso tenha guardado muitos “tesouros”, que são as criações e as vivências, ou seja, o acúmulo de experiências e as atitudes tomadas nesse percurso, que os moldaram ao longo de suas vidas (KROEFF, 2004).

4.5 A religiosidade na velhice

Segundo Frankl (2017), quando o indivíduo decide, de forma espontânea, por professar uma religião, essa religiosidade é considerada genuína. Somente a religiosidade genuína pode conferir ao homem a sensação de amparo e, como consequência disso, efeitos psico-higiênicos. Em conformidade com essa afirmação, a maioria dos achados aponta a religiosidade em idosos como um recurso que pode ser empregado para enfrentar as adversidades, atribuir novos sentidos à vida, e, conseqüentemente, visualizar as metas de vida a se cumprir (ESPÍNDULA;

FERREIRA, 2017; MOURA, AQUINO; AQUINO, 2018; OLIVEIRA; SILVA, 2013; SOMMERHALDER, 2010).

A religiosidade também é fator protetor da saúde, porque ajuda a ressignificar acontecimentos negativos, como a doença (MOURA; AQUINO; AQUINO, 2018; OLIVEIRA; SILVA, 2013), as limitações físicas, as perdas de pessoas queridas, a proximidade da morte, entre outros eventos mais frequentes na fase da velhice (OLIVEIRA; SILVA, 2013). Assim, sua fé pode contribuir para que enfrente com mais facilidade as dificuldades que surgem na vida. Os idosos que mais se realizam na vida são os que expressam mais envolvimento religioso (MOURA; AQUINO; AQUINO, 2018).

Os estudos de Guimarães e Avezum (2007; apud VIEIRA; AQUINO, 2016) revelam que o envolvimento religioso da pessoa idosa está associado positivamente a indicadores de satisfação com a vida, à felicidade e aos afetos positivos e se correlacionam ao estudo de Krause (2003; apud SOMMERHALDER, 2010), que associa a religiosidade ao bem-estar subjetivo e acrescenta que os idosos que apresentam esse significado tendem a ter um nível maior de satisfação com a vida, autoestima e otimismo.

4.6 Expectativa positiva de futuro

Espíndula e Ferreira (2017) consideram que a percepção de uma perspectiva positiva de vida é fundamental na saúde mental do idoso, assim como Vieira e Aquino (2016), que entendem que, quando o idoso tem uma visão positiva do presente, do passado e do futuro, sua vitalidade se amplia.

A esperança que advém da ‘vontade de sentido’ existente no homem é muito importante no desenvolvimento e no fortalecimento da resiliência. Por isso, quando tem esperança, o indivíduo sente-se motivado a encontrar um sentido para a vida, traçar metas futuras e acreditar que pode concretizá-las (OLIVEIRA; ROCHA, 2016). Frankl (2008) afirma que, se existe expectativa de futuro, existe sentido da vida. No estudo de Espíndula e de Ferreira (2017), os idosos entrevistados demonstraram o desejo de conhecer novos lugares e mostraram sua ‘vontade de sentido’, que são planos a se conquistar e encontrar sentido por meio do valor vivencial, conhecendo novos lugares e pessoas e atribuindo sentido às suas vivências.

Kroeff (2004) ressalta que a Logoterapia envolve o conceito de sentido da vida a ser realizado e enfatiza a dimensão do presente, em que estão nossas possibilidades de tomar atitudes e o esforço de cada indivíduo para concretizar suas metas. Oliveira e Silva (2013) entendem que o idoso deve redescobrir um sentido fundamental de sua existência, levando-o a

acreditar que sua vida, embora caminhe em direção à finitude, ainda pode ser bem vivida. A promoção da vitalidade na pessoa idosa pode se constituir por meio da resignificação de seu passado, porque, assim, ele pode enxergar as tarefas ou novas oportunidades no presente e ampliar sua perspectiva de futuro (VIEIRA; AQUINO, 2016).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base nos textos trabalhados que estudam as relações entre a Logoterapia e o envelhecimento, percebemos que a busca pelo sentido da vida perpassa o declínio biopsicossocial que marca a fase da velhice. Sobretudo nessa fase do envelhecimento, as pessoas estão mais expostas às perdas e, cada vez mais, os recursos internos de enfrentamento são exigidos.

Segundo a abordagem da Logoterapia, apesar desse declínio, a pessoa idosa pode recorrer a sua liberdade e à responsabilidade para decidir o que pode ser diante das adversidades, pois não é determinada pelos condicionantes, e continuar a buscar sentido para a vida, já que o sentido é um fator de sobrevivência que confere ao indivíduo - idoso ou não - um sentimento de realização pessoal, capacidade de ter resiliência e qualidade de vida. Dessa forma, o envelhecimento não se restringe a uma visão baseada no declínio, porquanto também é uma possibilidade de fazer outras coisas e de resignificar a vida.

Nesse contexto, a Logoterapia é uma ferramenta que pode contribuir para melhorar as estratégias que as pessoas idosas podem empregar para melhorar sua vida e despertar para novas possibilidades de encarar os desafios naturais próprios da fase do envelhecimento e, conseqüentemente, superar as perdas no âmbito biopsicossocial.

REFERÊNCIAS

ANDRADE-BOCCATO, T. N., FRANCO, A. F. O processo de envelhecimento e a atribuição de sentido à vida. **Revista Interação em Psicologia**, Maringá - Pr, v. 23, n. 01, p. 46-54, 2019. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/psicologia/article/view/54427>. Acesso em: 03 dez. 2020.

BARDIN, Lawrence. **Análise de Conteúdo**. Editora: 70. São Paulo, 2011. BALTES P. B.; SMITH J. (2006) Novas Fronteiras para o futuro do envelhecimento: a velhice bem-sucedida do idoso jovem aos dilemas da Quarta Idade. In: **A Terceira Idade**; Vol. 17 (36):7-31, São Paulo, 2006. Disponível em: https://www.sescsp.org.br/files/edicao_revista/4ed8a079-074e-4baf-8f72-6770562f0853.pdf

BRASIL. Ministério da Saúde. **Estatuto do Idoso**. 2º ed. Rev. - Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2007.

ESPÍNDULA, Joelma Ana Gutiérrez; FERREIRA, Natália Nunes. SAÚDE E SENTIDO DE VIDA: as vivências do envelhecer. **Revista Logos & Existência**: Revista da Associação Brasileira de Logoterapia e Análise Existencial, [S.L.], v. 6, n. 1, p. 37-52, 28 maio 2018. Portal de Periodicos UFPB. <http://dx.doi.org/10.22478/ufpb.2316-9923.2017v6n1.32130>.

FONTES, Arlete Portella. Resiliência, segundo o paradigma do desenvolvimento ao longo da vida (life-span). **Revista Kairós**, São Paulo. Caderno Temático 7, p. 8-20, 2010. Disponível em: <https://ken.pucsp.br/kairos/article/download/3917/2558>

FRANKL, V. E. **Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração**. Petrópolis: Vozes, 2008.

_____. **Psicoterapia e Sentido da vida**. 7º ed. - São Paulo: Quadrante, 2019. (Trabalho original publicado em 1945).

_____. **A presença ignorada de Deus**. Traduzido por Walter O. Schulup e Helga H. Reinhold. 18º ed. rev. – São Leopoldo: Sinodal; Petrópolis: Vozes, 2017.

_____. **Psicoterapia para todos**. 3º ed. – Petrópolis, RJ: Vozes, 2018.

_____. **Psicoterapia e Existencialismo: Textos selecionados em logoterapia**/ Viktor Frankl; Tradução Ivo Studart Pereira; Revisão técnica Heloísa Reis Marino. 1º ed. - São Paulo: É Realizações, 2020.

IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Idosos indicam caminhos para uma melhor idade**. 2019. Revista Retratos. Disponível em: <https://censo2020.ibge.gov.br/2012-agencia-de-noticias/noticias/24036-idosos-indicam-caminhos-para-uma-melhor-idade.html>. Acesso em: 20 ago. 2020.

IRIGARAY, Tatiana Quarti; SCHNEIDER, Rodolfo Herberto. Participação de idosas em uma universidade da terceira idade: motivos e mudanças ocorridas. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, Rio Grande do Sul – RS. v. 24, n. 2, p. 211-216, jun. 2008. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722008000200011

KROEFF, Paulo. Logoterapia e Envelhecimento. In: CASTRO, Odair Perugini de (org.). **Envelhecer – Revisitando o corpo**. Sapucaia do Sul: Notadez, 2004. p. 99-107.

LIMA, A.M.M.; SILVA, H.S.; GALHARDONI, R. Successful aging: paths for a construct and new frontiers. *Interface - Comunic., Saúde, Educ.*, v.12, n.27, p.795-807, out./dez. 2008. Disponível em: <https://www.scielo.org/pdf/icse/2008.v12n27/795-807/pt>

MELO, R. L. P., EULÁLIO, M. C., GOUVEIA, V. V., SILVA, H. D. M. O efeito do estresse na qualidade de vida de idosos: o papel moderador do sentido de vida. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, [S.L.], v. 26, n. 2, p. 222-230, 2013. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0102-79722013000200002>.

MOURA, W. C. S., AQUINO, P. M. L. P., AQUINO, T. A. A. **CONSCIÊNCIA DA FINITUDE E VALORES HUMANOS: um estudo com idosos em instituições de longa permanência. Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento**, [s. l], v. 23, n. 3, p. 9-25, 2018. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/RevEnvelhecer/article/view/76132/52828>.

NERI, Marina Liberalesso. **Velhice bem-sucedida: aspectos afetivos e cognitivos**. Psico-USF (Imp.), Itatiba, v. 9, n. 1, p. 109, 2014.

NERI, A. L. O legado de Paul B. Baltes à Psicologia do Desenvolvimento e do Envelhecimento. **Temas em Psicologia**, 2006, Vol. 14, nº1, 17-34.

NERI, A. L. Paradigmas contemporâneos sobre o Desenvolvimento Humano em Psicologia e em Sociologia. / **Desenvolvimento e Envelhecimento: Perspectivas biológicas, psicológicas e sociológicas**. 4º ed. Anita Liberalesso Neri (org.). Campinas - SP. Editora Papyrus, 2008.

NERI, A. L. Conceitos e teorias sobre o envelhecimento. In: Malloy-Diniz, Leandro F. Fuentes, Daniel. Cosenza, Ramon M. (Org.). **Neuropsicologia do Envelhecimento: uma abordagem multidimensional**. Porto Alegre: Artmed, 2013.

OLIVEIRA, E. K. de S. & SILVA, J. P. da. Sentido de vida e envelhecimento: relação entre os pilares da logoterapia e bem-estar psicológico. In: **Logos & Existência- Revista da associação brasileira de Logoterapia e Análise existencial 2 (2)**, 135-146, 2013.

OLIVEIRA, I. ROCHA, F. N. Resiliência e busca de sentido na velhice frente aos desafios dos caminhos da existência. **Revista Mosaico**. 2016. Jan/Jun.; 07(1): 04-12.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE [OMS]. (2015). **O Relatório Mundial sobre o Envelhecimento e Saúde**. Genebra; OMS. Disponível em: <https://sbgg.org.br/wp-content/uploads/2015/10/OMS-ENVELHECIMENTO-2015-port.pdf>

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE – OMS – Envelhecimento ativo: uma política de saúde. Brasília: Organização Pan-Americana de Saúde, 2005. Disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_ativo.pdf

PAÚL, C. Envelhecimento activo e redes de suporte social. **Sociologia: Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto**, v. 15, p. 275-287, 2017. Disponível em: <http://ojs.letras.up.pt/index.php/Sociologia/article/view/2392/2189>

PEREIRA, I. S. Espirito e Liberdade na obra de Viktor Frankl. Fortaleza – CE. Vol. 26. 2016. ROTHER, Edna Terezinha. **Revisão Sistemática x Revisão Narrativa**. Acta pal. Enferm.. São Paulo, v. 20, n. 2, p. v-vi, 2007.

ROWE, J.W.; KAHN, R. Successful aging. **Pantheon Books**. Nova York, 1998. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/9279031/>

SANTOS, David Moises Barreto dos. Logoterapia: compreendendo a teoria através de mapas de conceitos. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, Rio de Janeiro, n. 68, p. 128-142, 2016.

SCORALICK-LEMPKES, N. N; BARBOSA, A. J. G. Educação e envelhecimento: contribuições da perspectiva life-span. **Estudos de Psicologia**. Campinas – SP. P. 647-655, 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/estpsi/v29s1/01.pdf>

SILVEIRA, Denise Tolfo; CÓRDOVA, Fernanda Peixoto. A pesquisa científica. In: GERHARD, Tatiana Engel; SILVEIRA, Denise Tolfo (Org.). **Métodos de Pesquisa**. Porto Alegre: Editora da Ufrgs, 2009.

SOMMERHALDER, Cinara. Sentido de vida na fase adulta e velhice. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, Vinhedo - SP, v. 23, n. 2, p. 270-277, 2010. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-79722010000200009

VIEIRA, D. C. R., AQUINO, T. A. A. Vitalidade Subjetiva, Sentido na Vida e Religiosidade em Idosos: Um Estudo Correlacional. **Temas em Psicologia**. Vol. 24. n° 2, p. 483-494, 2016. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2016000200005