

# Desenvolvimento ao longo da vida

Estudos sobre o processo de  
envelhecimento bem-sucedido

Geraldine Alves dos Santos  
Andrea Varisco Dani  
Anna Regina Grings Barcelos  
Caroline Fagundes  
Maristela Cassia de Oliveira Peixoto

Org.

Geraldine Alves dos Santos  
Andrea Varisco Dani  
Anna Regina Grings Barcelos  
Caroline Fagundes  
Maristela Cassia de Oliveira Peixoto  
(Organizadores)

# **Desenvolvimento ao longo da vida**

**Estudos sobre o processo de envelhecimento bem-  
sucedido**



Pantanal Editora

2020

Copyright© Pantanal Editora  
Copyright do Texto© 2020 Os Autores  
Copyright da Edição© 2020 Pantanal Editora  
Editor Chefe: Prof. Dr. Alan Mario Zuffo  
Editores Executivos: Prof. Dr. Jorge González Aguilera  
Prof. Dr. Bruno Rodrigues de Oliveira

Diagramação: A editora  
Edição de Arte: A editora. Capa: canva.com  
Revisão: Os autor(es), organizador(es) e a editora

#### Conselho Editorial

- Prof. Dr. Adaylson Wagner Sousa de Vasconcelos – OAB/PB
- Profa. Msc. Adriana Flávia Neu – Mun. Faxinal Soturno e Tupanciretã
- Profa. Dra. Albys Ferrer Dubois – UO (Cuba)
- Prof. Dr. Antonio Gasparetto Júnior – IF SUDESTE MG
- Profa. Msc. Aris Verdecia Peña – Facultad de Medicina (Cuba)
- Profa. Arisleidis Chapman Verdecia – ISCM (Cuba)
- Prof. Dr. Bruno Gomes de Araújo - UEA
- Prof. Dr. Caio Cesar Enside de Abreu – UNEMAT
- Prof. Dr. Carlos Nick – UFV
- Prof. Dr. Claudio Silveira Maia – AJES
- Prof. Dr. Cleberton Correia Santos – UFGD
- Prof. Dr. Cristiano Pereira da Silva – UEMS
- Profa. Ma. Dayse Rodrigues dos Santos – IFPA
- Prof. Msc. David Chacon Alvarez – UNICENTRO
- Prof. Dr. Denis Silva Nogueira – IFMT
- Profa. Dra. Denise Silva Nogueira – UFMG
- Profa. Dra. Dennyura Oliveira Galvão – URCA
- Prof. Dr. Elias Rocha Gonçalves – ISEPAM-FAETEC
- Prof. Me. Ernane Rosa Martins – IFG
- Prof. Dr. Fábio Steiner – UEMS
- Prof. Dr. Gabriel Andres Tafur Gomez (Colômbia)
- Prof. Dr. Hebert Hernán Soto Gonzáles – UNAM (Peru)
- Prof. Dr. Hudson do Vale de Oliveira – IFRR
- Prof. Msc. Javier Revilla Armesto – UCG (México)
- Prof. Msc. João Camilo Sevilla – Mun. Rio de Janeiro
- Prof. Dr. José Luis Soto Gonzales – UNMSM (Peru)
- Prof. Dr. Julio Cezar Uzinski – UFMT
- Prof. Msc. Lucas R. Oliveira – Mun. de Chap. do Sul
- Prof. Dr. Leandro Argente-Martínez – ITSON (México)
- Profa. Msc. Lidiane Jaqueline de Souza Costa Marchesan – Consultório em Santa Maria
- Prof. Msc. Marcos Pisarski Júnior – UEG
- Prof. Dr. Mario Rodrigo Esparza Mantilla – UNAM (Peru)
- Profa. Msc. Mary Jose Almeida Pereira – SEDUC/PA
- Profa. Msc. Nila Luciana Vilhena Madureira – IFPA
- Profa. Dra. Patrícia Maurer
- Profa. Msc. Queila Pahim da Silva – IFB
- Prof. Dr. Rafael Chapman Auty – UO (Cuba)
- Prof. Dr. Rafael Felipe Ratke – UFMS
- Prof. Dr. Raphael Reis da Silva – UFPI

- Prof. Dr. Ricardo Alves de Araújo – UEMA
- Prof. Dr. Wéverson Lima Fonseca – UFPI
- Prof. Msc. Wesclen Vilar Nogueira – FURG
- Profa. Dra. Yilan Fung Boix – UO (Cuba)
- Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme – UFT

#### Conselho Técnico Científico

- Esp. Joacir Mário Zuffo Júnior
- Esp. Maurício Amormino Júnior
- Esp. Tayronne de Almeida Rodrigues
- Esp. Camila Alves Pereira
- Lda. Rosalina Eufrausino Lustosa Zuffo

#### Ficha Catalográfica

<b>Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)</b> (eDOC BRASIL, Belo Horizonte/MG)	
D451	<p>Desenvolvimento ao longo da vida [recurso eletrônico] : estudos sobre o processo de envelhecimento bem sucedido / Organizadores Geraldine Alves dos Santos... [et al.]. – Nova Xavantina, MT: Pantanal, 2020. 94p.</p> <p>Formato: PDF            Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader            Modo de acesso: World Wide Web            ISBN 978-65-88319-19-2            DOI <a href="https://doi.org/10.46420/9786588319192">https://doi.org/10.46420/9786588319192</a></p> <p>1. Envelhecimento. 2. Qualidade de vida. 3. Velhice – Aspectos sociais – Brasil. I. Santos, Geraldine Alves dos. II. Dani, Andrea Varisco. III. Barcelos, Anna Regina Grings. IV. Fagundes, Caroline. V. Peixoto, Maristela Cassia de Oliveira.</p> <p style="text-align: right;">CDD 305.26</p>
<b>Elaborado por Maurício Amormino Júnior – CRB6/2422</b>	

O conteúdo dos livros e capítulos, seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva do(s) autor (es). O download da obra é permitido e o compartilhamento desde que sejam citadas as referências dos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

#### **Pantanal Editora**

Rua Abaete, 83, Sala B, Centro. CEP: 78690-000.  
 Nova Xavantina – Mato Grosso – Brasil.  
 Telefone (66) 99682-4165 (Whatsapp).  
<https://www.editorapantanal.com.br>  
[contato@editorapantanal.com.br](mailto:contato@editorapantanal.com.br)

## APRESENTAÇÃO

O desenvolvimento humano é muito complexo. O ser humano tem uma personalidade que se forma em constante interação com um ambiente cultural também em transformação. Por isso há uma tendência da ciência em dividir em etapas ou fases este desenvolvimento na esperança de definir padrões que auxiliem no entendimento deste processo.

Entretanto, padronizar e tentar encontrar a normalidade é uma tarefa difícil que pode levar à criação de muitos estereótipos. Ao longo da história da psicologia desenvolveu-se a dificuldade de entender e aproximar os conceitos de desenvolvimento e envelhecimento.

Envelhecemos à medida que nos desenvolvemos. Conseqüentemente, nos desenvolvemos enquanto envelhecemos. Estes dois conceitos aparentemente tão distantes e contrários expressam o mesmo processo. Neste sentido, como abordam Erik H. Erikson e Joan M. Erikson existe um nono estágio que nos ajuda a entender tanto o desenvolvimento quanto o envelhecimento como um processo contínuo ao longo da vida.

Neste contexto, identificamos na evolução das teorias da psicologia do envelhecimento o paradigma dialético do desenvolvimento ao longo da vida (life span) que nos apresenta o desenvolvimento humano como um processo. Vários pesquisadores no decorrer das últimas décadas têm desenvolvido teorias dentro deste paradigma que permite às pessoas viverem as fases da vida de uma forma subjetiva e única. É muito importante para todos os pesquisadores da área da gerontologia entender que a velhice, o desenvolvimento e o envelhecimento não ocorrem da mesma forma, variando de pessoa para pessoa e também de cultura para cultura. Alguns elementos se mantem, mas não são todos. Portanto, não se justifica a padronização de comportamentos que forcem as pessoas a se comportarem de determinadas maneiras.

Diante deste cenário é necessário continuarmos estudando o processo de desenvolvimento/envelhecimento em suas diferentes facetas. A associação das variáveis psicológicas, sociais, biológicas e espirituais são muito relevantes para o avanço dos estudos gerontológicos.

Neste livro os estudos são baseados nos pressupostos teóricos de Paul Baltes e seus colaboradores, do Instituto Max Planck, na Alemanha. O conceito central utilizado é o processo de envelhecimento bem-sucedido que pressupõe compreender o balanço entre as perdas e ganhos das fases da vida, a necessidade de utilizar a tecnologia nos processos de adaptação da seleção, otimização e compensação, a atenção ao estilo de vida adotado no decorrer do tempo, a exploração de potenciais ainda não desenvolvidos e a importância da resiliência.

Os capítulos apresentados neste livro são o resultado dos Estudos sobre o Desenvolvimento/Envelhecimento Bem-Sucedido desenvolvidos, desde 2003, na Universidade

Feevale, no Grupo de Pesquisa Corpo, Movimento e Saúde. Este grupo é vinculado ao Programa de Pós-Graduação em Diversidade Cultural e Inclusão Social e ao Mestrado em Psicologia.

Os estudos apresentados neste livro e divididos em 12 capítulos abordam realidades diferenciadas. Os primeiros capítulos analisam o processo de envelhecimento bem-sucedido e o potencial a ser desenvolvido durante o ciclo de vida. Na sequência é apresentando o contraponto desta realidade identificando aspectos da Síndrome da Fragilidade do Idoso e da institucionalização.

Consequentemente, estas pesquisas permeiam situações que desenvolvem os potenciais das pessoas durante o desenvolvimento, mas também identifica as dificuldades que podem ocorrer neste processo do ponto de vista físico como as doenças crônicas não transmissíveis, o COVID -19, as internações em UTIs, mas também do ponto de vista sociocultural como a solidão e a vulnerabilidade.

Profa. Dra. Geraldine Alves dos Santos  
Universidade Feevale

## SUMÁRIO

<b>Apresentação</b> .....	4
<b>Capítulo I</b> .....	8
Aposentadoria e qualidade de vida durante o processo de envelhecimento bem-sucedido de pessoas idosas residentes no Município de Ivoti/RS.....	8
<b>Capítulo II</b> .....	19
Estratégia de envelhecimento bem-sucedido em pessoas idosas residentes do Município de Ivoti/RS.....	19
<b>Capítulo III</b> .....	26
Memória operacional em pessoas idosas: Estudo do envelhecimento bem-sucedido em Programa de inclusão digital no Município de Novo Hamburgo/RS.....	26
<b>Capítulo IV</b> .....	31
Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT): Estudo do Envelhecimento Bem-Sucedido no Programa de Hidroginástica do Município de Dois Irmãos/RS .....	31
<b>Capítulo V</b> .....	38
Atividade comercial e potencial de consumo de pessoas idosas residentes na região metropolitana de Porto Alegre/RS.....	38
<b>Capítulo VI</b> .....	45
Avaliação da ansiedade pré-competitiva durante o processo de desenvolvimento bem-sucedido	45
<b>Capítulo VII</b> .....	50
Estudo da vulnerabilidade em pessoas idosas: uma revisão integrativa.....	50
<b>Capítulo VIII</b> .....	58
A percepção de solidão durante o processo do envelhecimento bem-sucedido.....	58
<b>Capítulo IX</b> .....	65
Análise da percepção de corporeidade durante a pandemia do COVID-19: um estudo qualitativo em pessoas idosas residentes no Município de Dois Irmãos/RS .....	65
<b>Capítulo X</b> .....	72
Análise do perfil de pacientes idosos na unidade de terapia intensiva adulta .....	72
<b>Capítulo XI</b> .....	78
Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPIs): Estudo do bem-estar subjetivo de pessoas idosas no Município de Ivoti/RS .....	78

<b>Capítulo XII</b> .....	86
Análise sociodemográfica de pessoas idosas residentes em Instituições de Longa Permanência no Vale do Rio dos Sinos/RS.....	86
<b>Índice Remissivo</b> .....	93

# Estratégia de envelhecimento bem-sucedido em pessoas idosas residentes do Município de Ivoti/RS

 10.46420/9786588319192cap2

Diego da Silva Souza<sup>1\*</sup> 

Raquel Maria Rossi Wosiack<sup>2</sup> 

Maristela Cassia de Oliveira Peixoto<sup>3</sup> 

Anna Regina Grings Barcelos<sup>4</sup> 

Caroline Fagundes<sup>5</sup> 

Gilson Luís da Cunha<sup>6</sup> 

Daiane Bolzan Berlese<sup>7</sup> 

Geraldine Alves dos Santos<sup>8\*</sup> 

## INTRODUÇÃO

O Brasil, como um país em desenvolvimento, enfrenta novos desafios na área social, dentre os quais se destaca o rápido envelhecimento populacional. Uma vez que as pessoas vivem mais tempo, abre-se um novo campo de interesse nos estudos que buscam o entendimento do processo de envelhecimento, o qual deve servir como base para políticas públicas buscando uma idade avançada com qualidade de vida. Neste contexto a metateoria *lifespan*, do desenvolvimento ao longo de toda a vida, vem se destacando como uma das mais relevantes na busca do envelhecimento bem-sucedido. Esta abordagem indica que, para alcançar o envelhecimento bem-sucedido, os indivíduos necessitam buscar o balanço entre as perdas e ganhos advindos deste processo e, para tanto, devem lançar mão de

---

<sup>1</sup> Psicólogo. Doutor em Diversidade Cultural e Inclusão Social.

<sup>2</sup> Psicóloga. Mestre em Educação. Doutora em Diversidade Cultural e Inclusão Social.

<sup>3</sup> Enfermeira. Mestre em Diversidade Cultural e Inclusão Social. Doutoranda em Diversidade Cultural e Inclusão Social. Bolsista CAPES PROSUP. Docente do Curso de Enfermagem da Universidade Feevale.

<sup>4</sup> Licenciatura plena em Educação Física. Mestre em Diversidade Cultural e Inclusão Social.

<sup>5</sup> Bacharel em Quiropraxia. Mestre em Diversidade Cultural e Inclusão Social. Doutoranda em Diversidade Cultural e Inclusão Social pela Universidade Feevale (Bolsista PROSUP/CAPES).

<sup>6</sup> Biólogo. Doutor em Genética e Biologia Molecular. Pós-doutorado no Programa de Pós-Graduação em Diversidade cultural e Inclusão Social pela Universidade Feevale.

<sup>7</sup> Licenciatura plena em Química. Doutora em Bioquímica Toxicológica. Docente do Programa de Pós-Graduação em Qualidade Ambiental da Universidade Feevale.

<sup>8</sup> Psicóloga. Doutora em Psicologia. Professora titular da Universidade Feevale. Pesquisadora do Programa de Pós-Graduação em Diversidade Cultural e Inclusão Social e Mestrado em Psicologia.

\* Autora correspondente: geraldinesantos@feevale.br

mecanismos internos denominados de seleção, otimização e compensação (SOC). Por outro lado, a nível nacional são escassos os estudos envolvendo estes mecanismos, o que faz destes, juntamente como um aprofundamento da metateoria o interesse deste estudo. Assim, objetiva-se avaliar o envelhecimento bem-sucedido dos idosos residentes no Município de Ivoti/RS através do inventário SOC, que afere este processo através dos mecanismos de seleção, otimização e compensação.

## **ENVELHECIMENTO BEM-SUCEDIDO**

Quando se pensa no processo de envelhecimento, é muito comum que em um primeiro momento sejam referenciadas as perdas já esperadas que chegam com a idade, juntamente com as dificuldades que se associam a elas. Porém, tendo em vista que o processo de envelhecimento, atualmente, é irreversível, deve-se sempre levar em consideração que o mais importante é como o idoso consegue lidar com as perdas relacionadas à idade avançada, de forma a manter sua capacidade funcional e qualidade de vida em níveis adequados. Este aspecto é fortemente ligado à forma como o indivíduo idoso percebe sua vida e com as características subjetivas referentes a um envelhecimento com qualidade de vida (Baltes, 1997).

Uma tentativa para entender o envelhecimento de maneira integradora nos aspectos físicos, psicológicos e sociais, culminou na teoria do desenvolvimento ao longo da vida, de Paul B. Baltes e Margret M. Baltes (1993), conhecida como *lifespan*, que preconiza a possibilidade de um processo de envelhecimento bem-sucedido. O paradigma *lifespan* lida com o estudo do desenvolvimento individual desde o nascimento até a velhice. A principal premissa desta abordagem é que o desenvolvimento não é concluído na idade adulta, mas se estende por todo o curso da vida. Desde a concepção estão envolvidos processos adaptativos de aquisição, manutenção, transformação, e desgaste nas estruturas psicológicas e funcionais.

Sendo assim, considera a ontogênese do comportamento e da mente dinâmica, multidimensional, multifuncional e não linear. Este paradigma de desenvolvimento é de natureza pluralista, uma vez que considera múltiplos níveis, temporalidades e dimensões do desenvolvimento. Também pode ser considerado transacional, dinâmico e contextualista (Baltes; Smith, 2004). Sob esta ótica, o desenvolvimento é entendido como um processo contínuo, multidimensional e multifatorial de modificações, influenciadas por questões genético-biológicas e socioculturais, de natureza normativa e não normativa, demarcado por ganhos e perdas e pela interação entre o indivíduo e a cultura.

Assim, Baltes (1997) desenvolveu o modelo de intervenção SOC - Seleção, Otimização e Compensação, como uma forma de descrever o desenvolvimento em geral. Porém, este modelo busca situar como os indivíduos podem manejar as mudanças nas condições biológicas, psicológicas e sociais

que se constituem ao longo do envelhecimento. A seleção significa especificação e diminuição das alternativas permitidas pela plasticidade individual. Com relação a seleção encontra-se dois tipos: a baseada em perdas e a eletiva. A primeira refere-se à reorganização da vida da pessoa baseada em alguma perda. Nesse tipo de seleção ocorre uma reestruturação da hierarquia de objetivos, uma busca por novas metas ou adaptação de novos padrões que possam ser atingidos de acordo com a pessoa ou com ambiente em torno. A seleção eletiva caracteriza-se pela escolha de um determinado objetivo e a desconsideração e outro não tão importante (Freund; Baltes, 1998, 2002; Bajor; Baltes, 2003). A otimização condiz com a aquisição, ampliação e manutenção de recursos internos e externos envolvidos no alcance de um funcionamento mais adaptado ao contexto individual. O foco da otimização é sobre a aquisição, aprimoramento e manutenção de meios ou recursos que são eficazes para alcançar resultados desejáveis e evitar os indesejáveis. Ela requer uma coalizão sistêmica entre fatores de saúde, ambiente e condições psicológicas, assim como o investimento nas metas e busca de objetivos. A compensação relaciona-se com a resposta funcional que o indivíduo manifesta a uma perda, buscando a manutenção do funcionamento. A compensação é dividida em duas categorias, sendo a primeira caracterizada como a mudança de objetivos a serem alcançados, muitas vezes alterando para um objetivo menos ambicioso, uma vez que as limitações começam a se desenvolver. Já a segunda, caracteriza-se por manter a mesma meta, mas com a adição de estratégias diferenciadas para atingi-las. Em resumo, a compensação vai envolver a adoção de alternativas visando à manutenção do funcionamento (Neri, 2006).

Dentro do modelo SOC, o declínio decorrente da idade biológica, pode ser compensado até que o indivíduo alcance uma idade bastante avançada. Esta compensação é determinada pela alocação de recursos internos e pela contribuição da cultura, que agem de forma interacional. Este processo ocorre adequadamente até que estes fatores entrem em desequilíbrio, o que se daria a partir dos 80 anos, na atualidade (Baltes, 1997).

## **MÉTODOS**

O presente estudo caracteriza-se como uma pesquisa com delineamento quantitativa e transversal. A população foi constituída pelos idosos residentes no Município de Ivoti/RS. A população residente total de idosos acima dos 60 anos no município é de 1959 idosos (IBGE, 2013). Já a amostra desta pesquisa foi composta por 193 pessoas idosas na faixa etária compreendida entre 60 e 79 anos de idade, de ambos os sexos, residentes na cidade de Ivoti. Os critérios de inclusão foram ter mais de 60 anos de idade, residir no Município de Ivoti, não estar institucionalizado ou hospitalizado. Possuir condições mentais e de saúde para ter independência e autonomia para participar do estudo. Realizar a

assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Os critérios de exclusão foram: apresentar processos demenciais, síndrome de fragilidade, estar internado ou institucionalizado.

Utilizou-se como instrumento o Inventário SOC (Seleção, Otimização, Compensação) que explica o conceito de envelhecimento bem-sucedido, desenvolvido por Paul Baltes e Margret Baltes, Alexandra Freund e Frieder Lang em 1999. Na análise dos dados foi realizada uma avaliação da distribuição da SOC, análise descritiva e em seguida a comparação entre sexo e idade, método de correlação. Foi utilizado o programa estatístico SPSS v. 25. 0. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de ética da Universidade Feevale sob número 747.080 e preserva os aspectos éticos dos sujeitos da pesquisa.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Freund e Baltes (1998) avaliaram os processos de seleção, otimização e compensação (SOC) através de auto relato, buscando testar a previsão dos indicadores subjetivos de envelhecimento bem-sucedido. Serviram como medidas de envelhecimento bem-sucedido: bem-estar subjetivo, emoções positivas e ausência de sentimentos de solidão. Os resultados confirmaram a hipótese central do modelo SOC, uma vez que as pessoas que relataram uso de gerenciamento de vida relacionadas com o SOC, tiveram pontuações mais altas nos 3 indicadores de envelhecimento bem-sucedido.

No caso dos idosos avaliados neste estudo, a média de SOC total obtida ficou em 7,59, que pode ser considerada alta já que a pontuação máxima é de 12 como pode ser observado na tabela a seguir.

**Tabela 1.** Inventário SOC. Fonte: os autores.

	N	Média	Desvio Padrão	Mínimo	Máximo
<b>SOC</b>	193	7,59	2,244	1	12
Seleção Eletiva	193	1,82	0,880	0	3
Seleção Baseada em Perdas	193	2,04	0,831	0	3
Otimização	193	1,84	0,852	0	3
Compensação	193	1,89	0,894	0	3

Em relação ao recurso de seleção utilizado pelos idosos para chegar a um envelhecimento bem-sucedido autores como Freund e Baltes (1998; 2002) bem como Bajor e Baltes (2003) distinguiram a seleção baseada em perdas e a eletiva. No estudo aqui apresentado, pode-se observar que a seleção baseada em perdas obteve uma média de 2,04 enquanto que a eletiva foi de 1,82. Este fato pode nos levar a pensar que a seleção por perdas tenha sido utilizada mais comumente pelos idosos como

estratégia de vida. Abraham e Hansson (1995) afirmam que, o modelo de envelhecimento bem-sucedido que envolve seleção, otimização e compensação (SOC), pode ajudar a explicar como os indivíduos mantêm importantes competências apesar das perdas relacionadas com a idade.

Considerando os itens otimização e compensação, o segundo obteve média de 1,89, enquanto o primeiro de 1,84. Desta forma, a estratégia mais utilizada pelos idosos participantes deste estudo parece ser a seleção por perdas (2,04), seguida pela compensação (1,89), otimização (1,84) e por fim pela seleção eletiva (1,82).

Ao aplicar-se o teste Mann-Whitney, buscando-se verificar se havia diferença entre homens e mulheres, considerado a utilização destas estratégias não foi encontrado resultado significativo. Buscando entender se havia diferença entre as faixas etárias de 60 a 69 anos e de 70 a 79 na utilização das estratégias, também não foi encontrada diferença significativa.

Em pesquisa realizada por Freund e Baltes (2002), os autores constataram que ao longo da vida existe um aumento da utilização de estratégias de seletiva otimização com compensação, relacionada à idade. O que diferenciava as faixas etárias era o tipo de estratégia compensatória utilizada adequada ao que a pessoa achava mais importante naquele seu momento de vida, já que este estudo observou pessoas de 40 a 69 anos (Kemper; Herman; Lian, 2003). Como a população deste estudo é de conveniência, escolhida especificamente entre os adultos maduros, talvez as estratégias utilizadas sejam semelhantes, já que as dificuldades enfrentadas também possam ser basicamente as mesmas, por isso não havendo diferença significativa entre as faixas analisadas.

## CONCLUSÃO

Uma vez que, na literatura nacional, existem escassos estudos que buscam entender as estratégias de seleção, otimização e compensação para um envelhecimento bem-sucedido, a presente pesquisa traz importantes dados, quanto às estratégias SOC. Ressalta-se a importância do entendimento destes mecanismos quanto aos planejamentos interventivos para os idosos em situação de vulnerabilidade, uma vez que os mesmos são subjetivos e suscetíveis de incremento.

## REFERÊNCIAS

- Abraham JD, Hansson RO (1995). Successful aging at work: an applied study of selection, optimization, and compensation through impression management. *J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci*, 50(2): 94-103.
- Bajor JK, Baltes BB (2003). The relationship between selection optimization with compensation, conscientiousness, motivation, and performance. *Journal of Vocational Behavior*, 63(3): 347-367.

- Baltes MM (2002). *New frontiers in the future of aging: from successful aging of the young old to the dilemmas of the fourth age*. Valencia.
- Baltes PB (1997). On the incomplete architecture of human ontogeny. Selection, optimization, and compensation as foundation of developmental theory. *American Psychologist*, 52(4): 366 - 380.
- Baltes PB, Baltes MM (1993). *Successful aging: perspectives from the behavioral sciences*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Baltes PB, Mayer KU (1999). *The Berlin Aging Study: Aging from 70 to 105*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Baltes PB, Smith J (2006). Novas fronteiras para o futuro do envelhecimento: a velhice bem-sucedida do idoso jovem aos dilemas da quarta idade. *A Terceira Idade*, 17(36): p.7-31.
- Baltes PB, Smith J (2004). Psychology: from developmental contextualism to developmental biocultural co-constructivism. *Research in Human Development*, 1(3): 123 – 144.
- Cosenza RM, Malloy-Diniz LF (2013). Declínio cognitivo, plasticidade cerebral e o papel da estimulação cognitiva na maturidade. In: Malloy-Diniz LF, Fuentes D, Cosenza RM (Orgs). *Neuropsicologia do envelhecimento*. Porto Alegre, RS: Artmed. p. 337-347.
- Farinatti PTV, Monteiro W (2008). Aspectos fisiológicos da aptidão física no envelhecimento: função cardiorrespiratória e composição corporal. In: Farinatti PTV (Org.). *Envelhecimento: promoção da saúde e exercício*. Barueri, SP: Manole. 73 - 88.
- Freund AM, Baltes PB (1998). Selection, optimization, and compensation as strategies of life management: Correlations with subjective indicators of successful aging. *Psychology and Aging*, 13(4): 531-543.
- Freund AM, Baltes PB (2002). Life-management strategies of selection, optimization and compensation: measurement by self-report and construct validity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2(4): 642-62.
- Kemper S, Herman R, Lian C (2003). The cost of doing two things at once for young and older adults: talking while walking, finger tapping and ignoring speech or noise. *Psychology and Aging*, 18(2): 181-92.
- Mcardle WD, Katch FI, Katch VL (1985). *Fisiologia do exercício: energia, nutrição e performance humana*. Rio de Janeiro, RJ: Interamericana.
- Neri AL (2006). O legado de Paul. B. Baltes à psicologia do desenvolvimento e do envelhecimento. *Temas em Psicologia*, 14(1): 17-34.
- Neri AL, Yassuda MS, Araújo, LF, Eulálio MC, Cabral BE, Siqueira MEC, Santos GA, Moura JGA (2013). Metodologia e perfil sociodemográfico, cognitivo e de fragilidade de idosos comunitários de sete cidades brasileiras: Estudo FIBRA. *Cadernos de Saúde Pública*, 29(4): 778-792.

Stuart-Hamilton I (2008). *Psicologia do envelhecimento: uma introdução*. Porto Alegre, RS: Artmed.

Yassuda MS (2002). Memória e envelhecimento saudável. In: Freitas EV et al. (Orgs.). *Tratado de geriatria e gerontologia*. Rio De Janeiro, RJ: Guanabara Koogan. 914-920.

## ÍNDICE REMISSIVO

### A

ansiedade pré-competitiva, 45, 46, 49  
aposentadoria, 8, 10, 11, 12, 13, 16, 50, 59  
autonomia, 11, 12, 13, 15, 16, 21, 28, 51, 53,  
54, 69, 70, 81, 82, 83

### B

bem-estar subjetivo, 22, 78, 81

### C

compensação, 5, 19, 21, 22, 23, 81, 95  
competição, 45, 46, 47, 48  
consumo, 38, 40  
corporeidade, 65, 67  
COVID-19, 65, 66, 67, 70, 71

### D

desenvolvimento humano, 49, 84  
doenças crônicas não transmissíveis, 6, 32, 36,  
37  
doenças infectocontagiosas, 66

### E

economia do envelhecimento, 39, 40, 43  
envelhecimento bem-sucedido, 2, 5, 6, 8, 10,  
13, 19, 20, 22, 23, 26, 28, 29, 30, 32, 33, 58,  
59, 61, 62, 63, 70, 95  
*envelhecimento populacional*, 17, 19, 31, 32, 39, 50,  
62, 63, 75  
estilo de vida, 5, 32, 35, 36, 48, 55, 59, 61, 95  
estratégia, 17, 23, 52, 56, 66, 82, 83

### F

família, 9, 10, 11, 16, 17, 52, 54, 56, 65, 66, 69  
Funcionamento sensorial, 15

### H

Hidroginástica, 31, 67, 68

### I

inclusão digital, 26, 27  
Instituições de Longa Permanência para  
Idosos, 78, 87, 92  
intimidade, 13, 14, 15, 16  
isolamento, 11, 12, 50, 59, 61, 62, 66, 67, 68,  
69, 70

### L

lazer, 36, 39, 40, 43, 54

### M

memória operacional, 26, 27

### N

natação, 46  
nível de dependência, 77

### O

otimização, 5, 19, 21, 22, 23, 62, 95

### P

pandemia, 65, 66, 67, 69, 70  
perfil sociodemográfico, 24, 87

### Q

qualidade de vida, 8, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 16,  
17, 19, 20, 28, 32, 33, 34, 37, 48, 51, 52, 54,  
56, 57, 61, 62, 64, 67, 68, 69, 71, 79

### R

relações sociais, 16, 32, 51, 52, 53, 54, 59, 63

### S

satisfação com a vida, 57, 61, 78, 80, 81, 87  
saúde pública, 17  
seleção, 5, 19, 20, 22, 23, 33, 51, 95  
Síndrome da Fragilidade, 6, 83  
solidão, 6, 22, 58, 59, 60, 61, 62, 63

**T**

tecnologia, 5, 9, 29, 43, 72, 95

**U**

unidade de terapia intensiva, 72

**V**

velhice, 5, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 16, 20, 24, 39,  
50, 54, 55, 57, 60, 61, 62, 63, 71, 74, 79, 81,  
82, 92

vulnerabilidade, 6, 23, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56,  
57, 59, 63, 66, 72

## SOBRE OS ORGANIZADORES



  **Geraldine Alves dos Santos**

Doutora em Psicologia, pela Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul. Realizou o Pós-Doutorado no Programa de Pós-Graduação em Serviço Social, na ênfase de Gerontologia Social da PUCRS. Atualmente, é professora titular da Universidade Feevale no Programa de Pós-Graduação em Diversidade Cultural e Inclusão Social, Mestrado em Psicologia e Graduação em Psicologia. Graduou-se em Psicologia. Especialista em Gerontologia Social. Formação nos Métodos de Rorschach e de Zulliger. Formação em Psicodrama. Mestre em Psicologia Clínica. Participou da diretoria da Associação Nacional de

Gerontologia (ANGRS), da Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia (SBGGRS), da Associação Brasileira de Rorschach e Outros Métodos Projetivos (ASBRo). Participou da Rede FIBRA de pesquisa sobre a síndrome de fragilidade do idoso brasileiro. No momento pertence à diretoria da Sociedade Brasileira de Gerontecnologia (SBGTec). Coordena Grupo de Pesquisa Corpo, Movimento e Saúde cadastrado no diretório do CNPq, onde desenvolve projetos interdisciplinares relacionados à psicogerontologia, ao processo de desenvolvimento humano e ao envelhecimento bem-sucedido.

Contato: [geraldinesantos@feevale.br](mailto:geraldinesantos@feevale.br).



  **Andrea Varisco Dani**

Graduada em Psicologia pela Universidade Feevale (2009). Título de Especialista em Neuropsicologia, pelo Conselho Regional de Psicologia do Rio Grande do Sul, com especialização em Neuropsicologia pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (2013) e Reabilitação Neuropsicológica pela Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (2015). Mestranda em Diversidade Cultural e Inclusão Social na Universidade Feevale, pesquisando temas relacionados ao Envelhecimento Bem-Sucedido, junto ao grupo de pesquisa Corpo, Movimento e Saúde. Atende em consultório particular na cidade de Novo Hamburgo – Rio Grande do Sul. Tem

experiência na área de Psicologia, com ênfase em Desenvolvimento Humano. Contato: [andreavarisco5@gmail.com](mailto:andreavarisco5@gmail.com).



  **Anna Regina Grings Barcelos**

Mestra em Diversidade Cultural e Inclusão Social pela Universidade Feevale, Rio Grande do Sul. Possui graduação em Educação Física pela Universidade Feevale. Especialização em Educação Física para Terceira Idade pela Unisinos. Foi Docente do curso de Educação Física da Universidade Feevale. Atualmente é Bolsista no Programa de Aperfeiçoamento Científico Feevale (PACF). Grupo de Pesquisa: Corpo, Movimento e Saúde. Contato: [annagrings@gmail.com](mailto:annagrings@gmail.com)



  **Caroline Fagundes**

Mestra em Diversidade Cultural e Inclusão Social e Bacharela em Quiropraxia pela Universidade Feevale. Possui especialização em Cinesiologia pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul e especialização em Acupuntura e Eletroacupuntura pelo Colégio Brasileiro de Acupuntura e Medicina Chinesa. Atual membro da Associação Brasileira de Quiropraxia, atuando como quiropraxista e acupunturista em consultório particular na região do Vale do Paranhana, Rio Grande do Sul, Brasil. Doutoranda do Programa de Pós-Graduação em Diversidade Cultural e Inclusão Social, na Universidade Feevale, como bolsista PROSUP/CAPES,

pesquisando temas relacionados ao envelhecimento junto ao grupo de pesquisa Corpo, Movimento e Saúde. Contato: [caroline@espacotao.net.br](mailto:caroline@espacotao.net.br).



  **Maristela Cassia de Oliveira Peixoto**

Doutoranda e Mestre em Diversidade Cultural e Inclusão Social, pela Universidade Feevale, Rio Grande do Sul. Atualmente é docente do curso de enfermagem e medicina da Universidade Feevale. Tutora e docente do Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Universidade Feevale. Coordenadora do Curso de Especialização Multidisciplinar em Gestão do Cuidado na Saúde Coletiva na perspectiva da Atenção Primária da Universidade Feevale. Tem especialização em Gestão de Serviços e Sistemas Públicos de Saúde (2010) Especialista em Avaliação de Serviços da Saúde (2015) -UNASUS; Especialista em Gestão em Saúde

(2015) - FIOCRUZ. Especialista em Saúde Pública com ênfase em saúde da Família - UNINTER (2016). Especialista em Gestão de Política de DST, AIDS, Hepatites Virais e Tuberculose - UFRN (2017). Graduiu-se em Enfermagem pela Universidade do Rio Sinos – Unisinos/RS, atua nas áreas da gestão pública em saúde, saúde do idoso, mulher e criança. Email: [maristela.peixoto@feevale.br](mailto:maristela.peixoto@feevale.br).



**N**este livro os estudos são baseados nos pressupostos teóricos de Paul Baltes e seus colaboradores, do Instituto Max Planck, na Alemanha. O conceito central utilizado é o processo de envelhecimento bem-sucedido que pressupõe compreender o balanço entre as perdas e ganhos das fases da vida, a necessidade de utilizar a tecnologia nos processos de adaptação da seleção, otimização e compensação, a atenção ao estilo de vida adotado no decorrer do tempo, a exploração de potenciais ainda não desenvolvidos e a importância da resiliência.

**Pantanal Editora**

Rua Abaete, 83, Sala B, Centro. CEP: 78690-000  
Nova Xavantina – Mato Grosso – Brasil  
Telefone (66) 99682-4165 (Whatsapp)  
<https://www.editorapantanal.com.br>  
[contato@editorapantanal.com.br](mailto:contato@editorapantanal.com.br)

ISBN 978-658831919-2

