

# 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. Lidiene 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

# Memória operacional em pessoas idosas: Estudo do envelhecimento bem-sucedido em Programa de inclusão digital no Município de Novo Hamburgo/RS

 10.46420/9786588319192cap3

Clair Bergmann Warmling<sup>1</sup> 

Andrea Varisco Dani<sup>2</sup> 

Yasmin Daniele Garcia<sup>3</sup> 

Marcele Medina Silveira<sup>4</sup> 

Natanael de Campos Klein<sup>5</sup> 

Sabina Maria Stedile<sup>6</sup> 

Marcus Levi Lopes Barbosa<sup>7</sup> 

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

## INTRODUÇÃO

O aumento da população de idosos qualifica a importância dos estudos e das estratégias de intervenção para compreender o envelhecimento em suas várias perspectivas (IBGE, 2016). Neste contexto, Paul Baltes (1997), um grande estudioso da área do envelhecimento, desenvolveu a metodologia da perspectiva do ciclo de vida ou *Life span*, onde o envelhecimento é considerado um processo contínuo e heterogêneo, o que significa que corresponde a diferentes padrões, de acordo com o indivíduo e seu contexto histórico. Ele consiste em diversas mudanças, normativas e não normativas, as quais são determinadas por questões genéticas, biológicas, sociais e culturais e estão, portanto, associadas às perdas e ganhos decorrentes da interação entre o indivíduo, a cultura e o meio em que está inserido.

---

<sup>1</sup> Psicóloga. Especialista em Neuropsicologia. Mestre em Diversidade Cultural e Inclusão Social. Universidade Feevale.

<sup>2</sup> Psicóloga. Especialista em Neuropsicologia. Mestranda em Diversidade Cultural e Inclusão Social. Universidade Feevale. Bolsista Fapergs.

<sup>3</sup> Psicóloga. Mestranda em Psicologia.

<sup>4</sup> Graduanda em Psicologia. Bolsista de Iniciação Científica Fapergs.

<sup>5</sup> Graduando em Psicologia. Bolsista de Iniciação Científica.

<sup>6</sup> Graduanda em Psicologia. Bolsista PIBIC/CNPq.

<sup>7</sup> Psicólogo. Mestrado e Doutorado em Ciências do Movimento Humano. Professor adjunto e Coordenador do curso de Psicologia e Mestrado Acadêmico em Psicologia e professor do Programa de Pós-Graduação em Diversidade Cultural e Inclusão Social 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

Segundo Yassuda (2002) dentre as várias dificuldades encontradas por esses idosos no caminho do envelhecimento bem-sucedido está a memória. A memória no processo de envelhecimento está entre os assuntos mais pesquisados nas últimas décadas no campo da gerontologia. Pois dentro do processo de envelhecimento bem-sucedido são esperadas mudanças nas funções cognitivas do ser humano, e dentre elas está a memória. Os problemas com a memória são a queixa mais comum entre os idosos. Ainda, segundo a autora, os efeitos do envelhecimento da memória, e seus subsistemas, não acontecem de maneira uniforme, assim como também existe uma grande variabilidade na intensidade desses efeitos entre as pessoas. Ainda conforme a autora, a memória é a função cognitiva fundamental do ser humano. É através dela que adquirimos e armazenamos informações e conhecimentos. Ela é premissa básica para o desenvolvimento da linguagem, para reconhecer pessoas e objetos, para nos identificar, nos reconhecer e para a continuidade de nossas vidas. Sem a memória o ser humano estaria sempre recomeçando a vida sem a possibilidade de recorrer ao que já aprendeu anteriormente.

A memória é dividida em vários tipos de memória, e os principais sistemas de memória reconhecidos pela psicologia cognitiva são a memória sensorial, a memória operacional (também conhecida como memória de trabalho), e a memória de longa duração que ainda se divide em memória declarativa (subdividida em memória episódica e memória semântica) e memória de procedimentos. Diversos estudos no campo da memória mostram que nem todos os subsistemas da memória são atingidos de maneira uniforme durante o processo de envelhecimento, alguns são mais afetados que outros, como por exemplo a memória operacional, que é o objeto de estudo desta pesquisa (Sé et al., 2004).

Memória operacional é a capacidade de armazenar informação por um tempo curto e limitado, para solução de algum problema, atualizando informações necessárias. Permite a manipulação mental da informação, possibilitando relacionar ideias, integrar informações, lembrar de sequência ou ordem de acontecimentos (Baddeley et al., 2011).

Pelo exposto, e diante do crescimento acelerado da população idosa tanto no Brasil quanto no mundo, verifica-se a grande importância do estudo e da pesquisa nesta área, pois vivemos um período importante da longevidade. O objetivo principal deste trabalho é realizar uma análise descritiva do perfil da memória operacional do grupo de pessoas idosas participantes de cursos de informática, que tem por finalidade a inclusão digital de idosos no Município de Novo Hamburgo/RS.

## **MÉTODOS**

A metodologia utilizada é de delineamento quantitativo, descritivo e transversal. A amostra deste estudo é não probabilística por conveniência e compreende 22 idosos, acima de 60 anos, de ambos os sexos, que frequentam regularmente as atividades de informática da Diretoria de Inclusão Digital do

Município de Novo Hamburgo. Os critérios de inclusão foram: ter mais de 60 anos de idade, não estar institucionalizado ou hospitalizado; possuir condições mentais e de saúde para ter independência e autonomia para participar do estudo. Os critérios de exclusão foram apresentar processos demenciais, síndrome de fragilidade, estar internado ou institucionalizado.

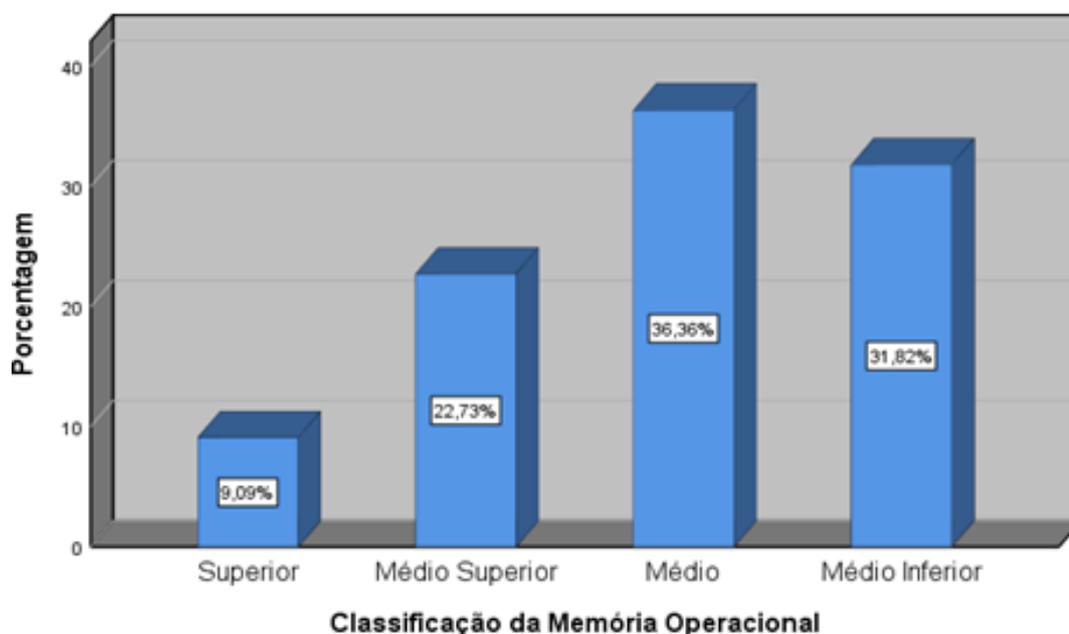
O instrumento de coleta de dados utilizado foi a Escala de Inteligência de Wechsler para Adultos (Wais III), um instrumento utilizado para a avaliação clínica individual, da capacidade intelectual de adultos na faixa etária entre 16 e 89 anos (Wechsler, 2004). Os subtestes utilizados foram Aritmética, Dígitos e Sequência de Números e Letras, que somados os percentis fornecem o Índice de Memória Operacional.

Este estudo faz parte da pesquisa intitulada “Estudo dos parâmetros de cognição, resiliência, estresse psicossocial, auto eficácia, qualidade de vida, dor, risco de quedas e marcadores bioquímicos da resposta ao estresse fisiológico durante o envelhecimento bem-sucedido. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética da Universidade Feevale com o parecer de n.º 3. 096. 990. Em conformidade com a Resolução n.º466 de 12 de dezembro de 2012, do Conselho Nacional de Saúde.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

No subteste Dígitos os resultados da amostra avaliados indicaram que a média de desempenho foi 10,36 ( $dp=2,479$ ), sendo que o percentil mínimo obtido foi de 6 e o máximo de 16. Quanto à classificação, 31,82% da amostra apresentou déficit cognitivo, 45,45% desempenho médio e 22,73% acima do esperado. No subteste Aritmética a amostra estudada apresentou uma média de 10,23 ( $dp=2,759$ ), onde o resultado mínimo obtido foi 5 e o máximo 17. Na classificação, 22,27% da amostra apresentou déficit cognitivo, 36,36% ficou na média e 36,36% acima do esperado. No subteste Sequência de Números e Letras (SQNL) a média foi de 10,41 ( $dp=2,09$ ), sendo o resultado mínimo obtido de 6 e o máximo de 17. No que se refere à classificação deste subteste 22,27% da amostra apresentou déficit cognitivo, 36,36% ficou na média e 36,36% acima do esperado.

Na tabela 1 apresentamos o Índice de Memória Operacional, relativo ao desempenho dos 22 idosos nos subtestes do WAIS-III, que demonstrou a média de 101,95 ( $dp=12,87$ ), com resultado mínimo de 81 e o máximo de 121 pontos. Quanto à classificação pode-se perceber que a maioria dos idosos obteve bom desempenho nas tarefas de memória operacional propostas, e que o índice médio inferior de 31,82% não configura déficit, pois não apresenta um déficit significativo.



**Figura 1.** Classificação Geral da Memória Operacional. Fonte: os autores.

O presente trabalho objetivou identificar a contribuição de um curso de informática, na memória operacional de pessoas idosas que apresentam um envelhecimento bem-sucedido. Os resultados apontam que a informática pode ser um fator que contribui na memória operacional dos idosos, pois em estudo realizado por Schelini et al. (2014) com 15 idosos saudáveis, demonstrou um percentil médio no subteste SQNL de 8 pontos ( $dp=3,62$ ), onde a máxima obtida foi de 12 e mínima de 0. Enquanto em nossa amostra os resultados apresentarem-se superiores a estes. Ainda, nossa amostra apresentou bons resultados no subteste Aritmética, o que vai ao encontro do que consta na literatura, pois na pesquisa de Godino e Flores-Mendoza (2016), os idosos que participavam de uma oficina de treino cognitivo obtiveram média de 10,29 ( $dp=3,25$ ) após a intervenção. Além disso, nosso estudo mostrou resultados um pouco maiores do que a amostra de idosos saudáveis na pesquisa de Menezes e Nascimento (2011), onde o Índice de Memória Operacional foi de 99,89 ( $dp=12,92$ ) e ainda maiores, do que a amostra de Trentini et al. (2009), no subtestes Dígitos, onde os idosos deste estudo apresentaram média de 6,57 ( $dp=2,45$ ).

## CONCLUSÃO

Os resultados aqui encontrados vão ao encontro do que consta na literatura quanto aos benefícios obtidos através de estimulação cognitiva por meio da tecnologia, que pode auxiliar tanto a melhora das funções cognitivas como prevenir futuros declínios cognitivos. Desta forma, ressalta-se a

importância de programas que promovam Cursos de Inclusão Digital para pessoas idosas como um fator protetivo de declínio da capacidade mnemônica e promotor de envelhecimento bem-sucedido.

## REFERÊNCIAS

- Baddeley A, Anderson MC, Eysenck MW (2011). *Memória*. Porto Alegre: Artmed.
- 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.
- Golino MTS, Flores-Mendoza CE (2016). Desenvolvimento de um programa de treino cognitivo para idosos. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, 19(5): 769 - 785. Disponível em: <<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=403848026006>>. Acesso em: 09/07/2018.
- IBGE (2016). *Relações entre as Alterações Históricas na Dinâmica Demográfica Brasileira e os Impactos Decorrentes do Processo de Envelhecimento da População 2016*. Disponível em: <<https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv98579.pdf>>. Acesso em: 28/04/2018.
- Menezes ACZ, Nascimento E (2011). Estudo longitudinal das habilidades intelectuais de idosos avaliados com a WAIS-III. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 24(3): 419-428. Disponível em: <<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=18821107002>>. Acesso em: 09/07/2018.
- Schelini PW, Prado FB, Franca AB, Boruchovitch E (2014). Metamemória em idosos: comparação entre desempenhos reais e estimados. *Boletim de Psicologia*, 64(140): 79-90.
- Sé EVG, Queros NC, Yassuda MS (2004). O Envelhecimento do Cérebro e a Memória. In: Neri AL, Yassuda MS, Cachioni M (Orgs.). *Velhice bem-sucedida: aspectos afetivos e cognitivos*. 3ª. ed. Campinas, SP: Papirus. 141-162.
- Trentini CM, Werlang BSG, Xavier FM, Argimon IIL (2009). A Relação entre Variáveis de Saúde Mental e Cognição em Idosos Viúvos. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 22(2): 236-243.
- Wechsler D (2004). *Wais III: Manual para administração e avaliação*. Adaptação brasileira Elizabeth do Nascimento. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Yassuda MS (2002). Memória e Envelhecimento Saudável. In: Freitas EV et al. (Orgs.). *Tratado de geriatria e gerontologia*. Rio de Janeiro: 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: [maristelaPeixoto@feevale.br](mailto:maristelaPeixoto@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

