

Fernando Pereira
(Coordenação)

Teoria e Prática da Gerontologia

Um Guia Para Cuidadores de Idosos

GERONTOLOGIA(S)

Titulo Original	Teoria e Prática da Gerontologia Um Guia para Cuidadores de Idosos
Autores	Fernando Pereira (Coordenação)
Copyright	2012, PsicoSoma
Paginação e Capa	Hugo Carvalho, Catarina Amaro- PsicoSoma
Impressão e Acabamento	Sá Pinto Encadernadores - Viseu

ISBN: 978-972-8994-34-1
Depósito Legal N.º: 342279 / 12

1ª Edição, Viseu, Abril de 2012

Reservados todos os Direitos para:
Psico & Soma - Livraria, Editora, Formação e Empresas, Lda.
Largo do Pintor Gata, N.º13
3500-136 Viseu
Portugal

Telefone: +351 232 431 060
FAX: +351 232 431 059

<http://www.psicosoma.pt>

editora@psicosoma.pt;

info@psicosoma.pt

Telefone: +351 232 431 060

FAX: +351 232 431 059

ESTA OBRA É UM LIVRO TÉCNICO E DESTINA-SE AO ENSINO.

NENHUMA PARTE DESTA OBRA PODE SER REPRODUZIDA POR QUALQUER PROCESSO (INCLUINDO A FOTOCÓPIA),
TRANSMITIDA OU TRADUZIDA EM LINGUAGEM MÁQUINA SEM A AUTORIZAÇÃO POR ESCRITO DO EDITOR.

Ferramenta para a prática I	154
Ferramenta para a prática II	156
Referências bibliográficas	156

Capítulo 11 - Relações intergeracionais/Ferramenta para a prática 157

Fernando Pereira

Evidências para a Prática	161
Referências bibliográficas	162

Capítulo 12 - A família provedora de cuidados ao idoso dependente 163

Maria José Gomes e Augusta Mata

O cuidado ao idoso em família	165
Sobrecarga do cuidador informal de idosos	170
Ferramenta para a prática	172
Referências bibliográficas	173

Capítulo 13 - Mapa mínimo de Relações do idoso: Uma Ferramenta para avaliar rede de suporte social 175

Maria Accioly Domingues

Um breve panorama sobre a abordagem com redes sociais	175
A rede de suporte social do idoso	177
Apoio comunitário	177
Amigos	178
Vizinhos	179
Família	179
A avaliação da rede de suporte social do idoso	181
Referências bibliográficas	186

Capítulo 14 - Autoeficácia do cuidador informal de idosos 189

Augusta Mata & Teresa Veja Rodríguez

Autoeficácia como elemento fundamental da Teoria Social Cognitiva	190
Autoeficácia do cuidador informal de idosos	195
Ferramenta para a prática	202
Referências bibliográficas	204

V ANDAMENTO – O IDOSO COMO RECURSO 205

Capítulo 15 - A ideia de vida ativa 207

Fernando Pereira

A ideia de vida ativa em lugar da ideia de envelhecimento ativo	209
Ferramenta para a prática	213
Referências bibliográficas	213

CAPÍTULO 11 - RELAÇÕES INTERGERACIONAIS

Fernando Pereira

Assumindo como válidos e incontornáveis os condicionalismos próprios da pós-modernidade qual é então o tempo e o espaço das relações intergeracionais. As relações intergeracionais familiares podem ser apreciadas em três planos: o plano afetivo familiar que é essencial na manutenção de ambientes socializantes ótimos no sentido dado por Erikson (1972), e como tal devem ser proporcionados aos indivíduos desde o berço ao leito de morte, constituindo o que Sgreccia (1997) denomina de serenidade do mundo dos afetos; o plano normativo, que enquadra o conjunto de normas, costumes, crenças e valores partilhado pelos membros da família; e o plano instrumental que pode incluir, entre outros: apoio financeiro, o cuidado de crianças ou de idosos, realização de tarefas domésticas, troca de bens materiais não monetários.

As interdependências entre estes três planos são profundas. Nas relações intergeracionais familiares afetos, normatividade e apoio instrumental só fazem verdadeiro sentido se pensados em simultâneo e de forma articulada. Quaisquer forma de apoio instrumental se concedido sem referência a valores e/ou despido de afetos, rapidamente assume o caráter de instrumentalização. Vejamos um exemplo concreto. Um avô passa a ir buscar o neto diariamente à escola e trá-lo para sua

casa até à chegada dos pais do trabalho. É bom para os pais que podem cumprir a sua rotina de trabalho mais descansados, mas também deve ser bom para o neto e para o avô, pois ambos têm assim a possibilidade de conviver e aprenderem os papéis sociais respetivos de neto e de avô. Se por um qualquer acaso esta tarefa deixar de ser necessária é imperioso que o convívio entre ambos continue, embora sobre outra forma e sob outro pretexto; caso contrário, estaríamos apenas perante a execução de uma tarefa, uma forma de instrumentalização, não fundadora de relações intergeracionais saudáveis.

Discutida, embora de forma breve, a interdependência entre o plano afetivo, normativo e instrumental, passemos a discussão das contingências societárias que atravessam as relações intergeracionais no contexto da pós-modernidade.

A primeira grande mudança registada nas sociedades ocidentais e na portuguesa consiste nos crescentes índices de urbanidade. A maioria inequívoca da população portuguesa vive agora em contexto urbano, concentrada no litoral e nas cidades de pequena e média dimensão do interior do país. A urbanidade está associada ao predomínio da família nuclear, isto é, famílias compostas apenas por duas gerações, pais e filhos. Este modelo de organização familiar dificulta, obviamente, a manutenção das relações intergeracionais intensas e continuadas, por exemplo entre avós e netos, embora as mesmas continuem a existir em muitos casos. O que já não existe é o ambiente de família alargada como meio socializante, um ambiente que também era em parte explicado pela dupla valência da casa de habitação como local de habitação e como local de trabalho, designadamente: na agricultura, na pequena indústria artesanal e nas pequenas empresas de comércio e de serviços. Nestes contextos as relações intergeracionais coincidiam, diria naturalmente, com o *modus vivendi* das famílias. Na família nuclear a naturalidade das relações intergeracionais já não é tão evidente e as mesmas precisam de ser pensadas e organizadas como apenas mais uma entre as inúmeras tarefas a realizar pelos e entre os membros do agregado familiar. Em virtude destas alterações ganham protagonismo as relações intergeracionais especializadas, isto é, frequentemente avós e netos relacionam-se entre si por propósitos concretos tais como, por exemplo: desenvolvimento de uma atividade desportiva, apoio no estudo, acompanhamento à escola, acompanhamento às compras. Esta tipologia de relação está muito divulgada entre as classes sociais média/alta. Todavia a tipologia dos avós educadores, que partilham ou substituem o papel educativo dos pais ocorre também frequentemente no seio das classes sociais mais desfavorecidas ou então no caso das famílias monoparentais, seja por divórcio, viuvez ou no caso das mães (ou pais) solteiros.

A segunda evolução fundamental consiste na verticalização das relações intergeracionais. O aumento gradual da longevidade das pessoas verificado nas últimas décadas possibilita a coexistência de três gerações por períodos de tempo muito mais dilatados e mesmo já com alguma frequência a coexistência de quatro gerações. Esta verticalização das gerações só não é mais pronunciada porque um outro fenómeno demográfico de sinal contrário é também, e por sua vez, mais frequente, referimo-nos ao aumento da idade média de procriação que se aproxima já dos trinta anos. Se assim não fosse (e não quer dizer que consideremos isso positivo, pelo contrário) seria muito mais frequente e extensa a coexistência de quatro e mesmo cinco gerações. Ainda assim no contexto atual o fenómeno de verticalização das relações intergeracionais é inequívoco e incontornável, potenciando o desenvolvimento das relações avós/netos e bisavós/bisnetos. Além deste estender das relações intergeracionais assiste-se, em paralelo, à centralização e intensificação das relações intergeracionais nos poucos indivíduos que constituem cada geração; passamos de um tempo em que havia muitos netos para poucos avós para um tempo em que há muitos avós para poucos netos. O que resulta desta constatação é simples de compreender, se as relações são fortes e saudáveis excelente para todos os envolvidos; pelo contrário, se as relações são fracas ou conflituosas sobrevêm o isolamento. Um exemplo curioso e frequente nos dias de hoje é pensar na “competição” gerada em torno de um só neto pelos quatro avós. Indiscutivelmente esta situação obriga a complexos equilíbrios das relações intergeracionais com a posição dos pais da criança a ser fundamental.

A terceira alteração reside na maior partilha dos papéis de género no contexto da família atual, o que introduz alterações na dinâmica das relações intergeracionais no sentido de um maior equilíbrio na distribuição das tarefas (tempos e espaços de partilha de afetos e valores) entre a linha matrilinear e patrilinear, facto que em si só é positivo. Isto é visível, por exemplo, na atenção e cuidado dispensado às crianças e aos idosos. Duas consequências de sinal negativo ocorrem quando: a mulher deixa de desempenhar, de todo, o seu papel de mãe; e quando o papel de principal cuidadora, tradicionalmente desempenhado pela mulher, não encontra compensação no elemento masculino, resultando, em grande medida, desta situação, a via-sacra da institucionalização já referida anteriormente.

A quarta alteração consiste na diversificação e reciprocidade dos processos socializantes. Tradicionalmente, sobretudo no plano normativo (valores, saberes, crenças, tradições, etc.), o conhecimento fluía no sentido descendente; os mais velhos possuíam mais experiência e saberes e naturalmente o “vertiam” nas gerações mais novas; a idade

conferia, e ainda confere no seio de algumas sociedades, um estatuto e papel social elevados. O “mundo” significante era o conjunto das coisas próximas, a vida decorria à escala local, prevalecia o sistema de comunidade tradicional de aldeia ou de bairro. Os idosos detinham o conhecimento das coisas da natureza, das artes e dos ofícios, do imaginário, das relações entre as pessoas de quem se conhecia o nome e a condição. A pós-modernidade inverteu por completo esta situação. As gerações com maior capital social real e simbólico são as gerações em idade ativa. Idosos e jovens, ambos em idade não produtiva detêm um estatuto social menos elevado. Existem políticas para a terceira idade e para a juventude, mais ou menos sofisticadas, mas são quase sempre frágeis, sendo as primeiras a serem abandonadas em momentos de crise como o da atualidade. Hoje, o conhecimento que faz girar o “mundo” está contido nos designados sistemas abstratos (baseados no conhecimento científico e tecnológico). A comunidade e a família enquanto meio socializante compete agora com os *media* e com a *internet*. O fluxo de conhecimento deixou de ser unicamente descendente dos mais idosos para os mais jovens e passou a ser multidirecional. Vivemos numa “nuvem” de conhecimento, de índole diversa, pobremente auditada no que respeita a sua importância e pertinência como elemento socializante. Há muitos aspetos positivos resultantes da “nuvem” de conhecimentos, a qual pode conferir algum equilíbrio e democraticidade nas relações intergeracionais. Porém, se usada sem critério, se não for complementada pelas relações pessoais face a face e pelos padrões de cultura, que conferem continuidade existencial e sentido de pertença, a “nuvem” pode antes cegar ao invés de iluminar. Em concreto, o desejável é que se passe de um tempo em que os avós ensinavam os netos para um tempo em que todos aprendem com todos, sem esquecer a geração dos pais de que falaremos a seguir.

Por fim, as dificuldades acrescidas da geração dos pais, conhecida na literatura por geração “sandwich”. Aos pais incube a difícil missão de desempenhar papéis de família de orientação (com os seus pais) e de família de procriação (com os seus filhos); cabe-lhes o papel de mediação no plano dos afetos, das normas e dos apoios materiais. Dependem de forma cada vez mais intensa do apoio dos avós na educação dos filhos mas, frequentemente, encontram dificuldades em conciliar expectativas e metodologias educacionais distintas. Por outro lado, a geração dos pais é a mais afetada por fenómenos de desestruturação da família, como o desemprego, o divórcio, a monoparentalidade, a parentalidade tardia e a autonomização dos filhos também tardia. Um exemplo concreto resulta das situações de divórcio em que a guarda dos filhos fica entregue a um dos progenitores, ficando a relação das crianças enfraquecida com a família do progenitor a quem não foi concedida a guarda dos filhos. Conhecida

por geração “sandwich” numa alusão a sua situação mediadora entre a geração dos seus pais e a geração dos seus filhos, em nossa opinião, dada a dificuldade da sua missão, far-se-ia maior justiça se antes fosse designada por geração “entada”. Fica a proposta.

Em síntese, na pós-modernidade, malgrado todas as mudanças verificadas na sociedade, a missão última das relações intergeracionais mantêm-se no essencial, continuando a ser um meio de partilha de afetos, de valores e de bens materiais. O que muda são os exatos contornos dessa partilha (em grau e em espécie) e as circunstâncias societárias que a envolvem e que enformam as relações familiares (Figura 1). O sinal mais das relações intergeracionais deriva da existência de mais gerações (verticalização), de uma maior intensidade das relações (também potenciada pela elevação geral da qualidade de vida), da maior longevidade das relações avós/netos que podem alcançar duas ou três dezenas de anos (Bernal, 2007) e de um certo equilíbrio e variação dos contextos socializantes, que promove uma maior partilha do conhecimento. O sinal menos deriva sobretudo dos condicionalismos demográficos e da relativa falta de controlo sobre os conteúdos socializantes. Cabe a cada geração envolvida encontrar o tempo e o espaço necessário para manter a coesão das relações intergeracionais as quais, no meu ponto de vista, são o mais eficaz e seguro meio de inclusão social na atualidade.

No contexto tradicional		No contexto da pós-modernidade
horizontalidade, menor diferenciação dos contextos socializantes e das expectativas.	Relações Intergeracionais	verticalidade, maior diferenciação dos contextos socializantes e das expectativas.
maior número de relações, menor intensidade das mesmas.		menor número de relações, maior intensidade das mesmas.
sentido da acção socializadora predominantemente descendente.		efeito de “núvem” socializadora envolvendo todas as gerações.
afectos e valores partilhados espontaneamente no âmbito do apoio instrumental		afectos, valores e apoio instrumental partilhado de forma independente, logo a sua articulação carece de ser socialmente pensada e construída.

Figura 1 – Evolução das relações intergeracionais familiares

EVIDÊNCIAS PARA A PRÁTICA

Cuidados a observar no sentido de fortalecer as relações intergeracionais familiares.

1. As trocas intergeracionais quando possível devem ser compósitas, isto é, devem ser simultaneamente afetivas, normativas e instrumentais.

2. No seio da família deve ser promovida a entreaajuda em tarefas simples, por vezes meramente simbólicas, mas geradoras de cumplicidades e de laços para o futuro, como por exemplo: ajudar os irmãos mais novos a vestir-se; aos sábados de manhã levar o pequeno-almoço aos pais; acompanhar os avós no passeio de fim de tarde.
3. Manter o hábito de celebrar em família datas e acontecimentos significativos, como aniversários, festividades, etc..
4. Valorizar e promover a memória da família pois nela se podem encontrar elementos orientadores para a gestão dos afetos e para a normatividade das relações. Filmes, fotografias, cartas, documentos oficiais, objetos antigos, entre outros, podem ser usados com este fim.
5. Promover a partilha de códigos e dos meios comunicacionais, os tradicionais e os pós-modernos.
6. Estimular o hábito de abordar em conjunto os problemas e as dificuldades que eventualmente surjam no seio familiar.
7. Recorrer a programas de terapia familiar quando se sentir que isso poderá ser útil.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

- Bernal, J. (2007). Características de los Abuelos del Siglo XXI. *International Journal of Developmental and Education Psychology*(2), 29-42.
- Erikson, E. (1972). *Identidade, Juventude e Risco*. Rio de Janeiro: Zahar Editores.
- Magalhães, M. (2003). Quem Vive Só em Portugal. *Revista de Estudos Demográficos - INE*, 33, 55-68.
- Sgreccia, E. (1997). *Manual de Bioética. Aspectos Médico-Sociais*. São Paulo: Edições Loyola.