

Conceitos e Alocuções interdisciplinares no envelhecimento: Indagações entre a Gerontologia os aspectos Psicoeducacionais e Socioculturais

Thais da Silva-Ferreira¹
Jeniffer Ferreira-Costa²
Dante Ogassavara³
Ana Paula Santos Soares de Paula⁴
José Maria Montiel⁵

Resumo

O envelhecimento populacional traz consigo diversas demandas sociais e implica em mudanças abrangentes nos aspectos sociais e psicológicos. Para compreender a complexidade do envelhecimento, é necessário adotar uma abordagem interdisciplinar. Nesse contexto, este estudo busca explorar questões relacionadas ao processo de envelhecimento, suas tendências e as alternativas para promover a saúde individual e coletiva, destacando especialmente os aspectos psicológicos do envelhecimento, em conjunto com os conhecimentos gerontológicos. É essencial compreender as transformações comuns que ocorrem no envelhecimento, como as questões afetivas, a regulação emocional e a autoregulação, influenciadas por fatores intrínsecos e extrínsecos, como o declínio funcional e a presença ou ausência de uma rede de apoio. Nesse sentido, intervenções psicológicas, como aquelas baseadas na educação e aprendizagem, desempenham um papel importante na manutenção e proteção da qualidade de vida durante o envelhecimento, promovendo fatores de proteção secundários, como fortalecimento e criação de redes de apoio, autoestima e autonomia.

Palavras-chave: Envelhecimento; Qualidade de vida; Saúde Mental; Aprendizagem; Psicogerontologia.

Concepts and Discourses in Aging: Inquiries among Gerontology, Psychoeducational and Sociocultural Aspects

Abstract

Population aging brings forth various social demands and entails comprehensive changes in social and psychological aspects. To comprehend the complexity of aging, an

¹ Universidade São Judas Tadeu, São Paulo, SP, Brasil. E-mail: thais.sil.fe@hotmail.com

² Universidade São Judas Tadeu, São Paulo, SP, Brasil. E-mail: cjf.jeniffer@gmail.com

³ Universidade São Judas Tadeu, São Paulo, SP, Brasil. E-mail: ogassavara.d@gmail.com

⁴ São Paulo, SP, Brasil. E-mail: anapaulasoaresadvogada@gmail.com

⁵ Universidade São Judas Tadeu/Instituto Ânima, São Paulo, SP, Brasil. E-mail: montieljm@hotmail.com

interdisciplinary approach is necessary. In this context, this study aims to explore issues related to the aging process, its trends, and alternatives to promote individual and collective health, with a particular focus on the psychological aspects of aging, in conjunction with gerontological knowledge. Understanding the common transformations that occur in aging, such as affective issues, emotional regulation, and self-regulation influenced by intrinsic and extrinsic factors, such as functional decline and the presence or absence of a support network, is essential. In this regard, psychological interventions, such as those based on education and learning, play an important role in maintaining and protecting the quality of life during aging, promoting secondary protective factors such as strengthening and creating support networks, self-esteem, and autonomy.

Keywords: Aging; Quality of life; Mental health; Learning; Psychogerontology.

Introdução

Atualmente, têm sido observadas mudanças no meio social que ocorrem em ritmo acelerado. Fenômenos de diferentes naturezas convergem de modo a criar conjunturas que permitem o envelhecimento da população de modo geral. Para além de questões biológicas, é válido mencionar a participação de fatores econômicos, culturais e políticos na formação das condições propícias ao envelhecimento populacional (Centro Internacional de Longevidade Brasil [ILC-BR], 2015).

Com o intuito de conceber uma perspectiva panorâmica acerca da dimensão que esse movimento apresenta no território brasileiro, é oportuno atentar-se aos levantamentos realizados

pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE (2023). Conforme os primeiros resultados do Censo mais recente, a nação brasileira ultrapassou a marca de 203 milhões de habitantes, indicando um crescimento de aproximadamente 13 milhões de pessoas em 12 anos. Ao adentrar nas características da população, o IBGE (2019) indicou em suas projeções populacionais que já no ano de 2018 quase 13% da população brasileira possuía uma idade igual ou superior a 60 anos, havendo expectativas para que essa representação dobrasse dentro do período de 30 anos.

Com foco no indivíduo que envelhece, percebe-se a tendência de que, em algum momento da velhice, seja

desenvolvido um declínio da funcionalidade (Hajek & König, 2021), havendo a possibilidade de que isso seja favorecido por uma vasta gama de fatores. Contudo, pode-se sugerir que a perda da funcionalidade seja uma consequência proporcionada pelas condições alteradas em decorrência do envelhecimento, como alterações anatômicas do cérebro e declínios do funcionamento cognitivo (Resende-Neto, Silva-Grigoletto, Santos & Cyrino, 2016).

Frente às demandas geradas pelo processo de envelhecimento, exige-se que seja dada maior atenção ao envelhecimento humano, com o intuito de preservar a integridade da população idosa. Em nível coletivo, o envelhecimento da população gera demandas para a sociedade brasileira de forma geral, não se resumindo meramente a uma questão de saúde, mas induzindo transformações na força de trabalho do país, problemáticas econômicas e de seguridade social de modo geral. Assim, esta obra objetivou discorrer sobre questões relativas ao processo de envelhecimento, suas tendências e as alternativas para promover a manutenção da saúde individual e coletiva nesse contexto,

sobretudo elementos relacionados aos aspectos psicológicos do envelhecer em paralelo com os conhecimentos gerontológicos.

Desenvolvimento

O envelhecimento é permeado por diferentes vivências que podem contribuir para proporcionar um maior grau de bem-estar em pessoas idosas. Ao focar no bem-estar subjetivo, é importante considerar que os fenômenos subjetivos são influenciados pelo contexto sociocultural e pelo ambiente nos quais a pessoa se encontra inserida, mas não pelos aspectos objetivos envolvidos em cada um desses cenários. O que realmente importa é a percepção do indivíduo sobre as coisas, mediante a atribuição de sentidos e significados. Conforme abordado por alguns estudos (Teixeira, Scortegagna & Lampert, 2015; Ventura, 2020), o construto do bem-estar subjetivo tem como enfoque as próprias experiências individuais, integrando os afetos positivos e negativos, além de ser uma medida de autoavaliação global da vida. Portanto, trata-se de um fenômeno multifacetado que engloba aspectos cognitivos e afetivos, por meio das autoavaliações

que o indivíduo realiza acerca de suas próprias vivências.

No processo de envelhecer, o ser humano passa por diversas mudanças, incluindo em seu funcionamento cognitivo, afetivo e papel nos meios sociais. É esperado que ocorram declínios em domínios cognitivos, os quais também são influenciados por fatores ambientais e comportamentais, como o sedentarismo, o isolamento social e a baixa escolaridade. Nota-se, então, a interação entre aspectos multidimensionais. De maneira abrangente, aspectos da qualidade de vida são derivados de atitudes e comportamentos adotados em fases anteriores do desenvolvimento humano, como se explicita no caso da escolaridade formal, ou seja, atitudes voltadas à busca de aprendizagem auxiliam na construção de um repertório de neuroplasticidade (Bettoni, Ottaviani & Orlandi, 2017).

Observa-se que o desenvolvimento intelectual é um processo contínuo, ocorrendo em diferentes fases da vida. Um desenvolvimento intelectual adequado permite uma maior habilidade em pensamentos abstratos e no raciocínio lógico, bem como um melhor processamento de informações nas ações

cotidianas. Evidenciam-se as estratégias de aprendizagem para a continuidade do desenvolvimento intelectual ao longo da vida por meio de atividades significativas, ocasionando também melhorias na qualidade de vida de pessoas idosas. Além disso, as habilidades intelectuais costumam atingir seu ápice de desenvolvimento na vida adulta, mas isso não significa que, com a chegada da velhice, ocorra necessariamente um declínio diante das mudanças nas habilidades cognitivas em pessoas idosas, já que pode ocorrer uma compensação no que tange às estratégias cerebrais adotadas (Matos et al., 2021).

Convergentemente ao processo de envelhecimento, é comum que a participação social ativa diminua devido à saída do indivíduo de espaços como o mundo do trabalho e acadêmico. No entanto, outros locais e espaços devem servir como mediadores do contato social e na construção de redes de apoio, como a família, grupos informais com interesses comuns ou comunidades religiosas. É interessante notar que o formato das relações humanas muda e se adapta em diferentes fases da vida. Crianças, adolescentes, adultos e idosos se relacionam de formas específicas com seus pares. Na meia-idade, é comum que

os laços mais duradouros da vida já estejam no centro das relações, ou seja, a construção de uma família. Na velhice, tais relações são mais consolidadas e dá-se importância à qualidade desses vínculos em detrimento da quantidade. É importante mencionar que a criação de novos vínculos é possível em todas as fases do desenvolvimento, e a manutenção da rede de apoio é uma variável de influência direta sobre a qualidade de vida das pessoas (Okuno et al., 2019).

Posicionamentos em relação ao envelhecer

As mudanças decorrentes do processo de envelhecimento influenciam as percepções das experiências e a forma como os indivíduos se adaptam ao longo da vida. Cabe citar que o ajustamento e a resiliência são partes constituintes desse processo adaptativo, sendo que entre as possíveis estratégias para favorecer essa dinâmica, observa-se a busca por novos interesses e atividades, a integração com pares e entre gerações, a utilização de recursos disponíveis e a aceitação e reconhecimento das limitações. Quanto mais eficazes forem as estratégias adotadas para enfrentar as adversidades advindas do processo de envelhecer,

mais positivas serão as percepções na velhice, bem como o indivíduo idoso conseguirá se adaptar ao contexto em que se encontra inserido e enfrentar possíveis desafios (Moreira, Collares-da-Rocha & Fornasier, 2021).

O enfrentamento individual do envelhecer perpassa questões relativas à personalidade, sendo que os traços de personalidade são aspectos intrínsecos aos indivíduos que se manifestam como disposições duradouras ao longo de toda a vida. Ou seja, o modo como o sujeito é e se constitui é um aspecto interno que não sofre grandes mudanças, mas pode ser flexibilizado para atender diferentes contextos e ambientes. Diante dessa condição, surgem novas demandas multidimensionais que requerem do sujeito aspectos relacionados à adaptação. A forma como o sujeito irá lidar e gerenciar esses novos contextos baseia-se, entre outros aspectos, em características da personalidade. Esse construto influencia a significação e as atribuições do sujeito em diferentes etapas da vida e pode promover comportamentos mais assertivos para suprir determinadas necessidades. Traços da personalidade, como a maior propensão à estabilidade emocional, são fatores de proteção para o bem-estar e a

saúde mental na velhice, na medida em que favorecem o enfrentamento e a melhor adaptação às demandas dessa fase (Ogassavara et al., 2023).

As variadas alterações evidenciadas no contexto do envelhecer podem favorecer a vivência de estresse na realização de atividades cotidianas, afetando negativamente a saúde, o bem-estar e a qualidade de vida de pessoas idosas. Nesse sentido, o *coping* é um conceito que se refere às estratégias de enfrentamento de estressores. Como definição, são estratégias cognitivas e comportamentais que podem ser categorizadas em dois aspectos principais: enfoque no problema, que consiste em aparatos cognitivos para lidar com o estressor em si, e enfoque em processos emocionais, que são aparatos para gerenciar os afetos decorrentes do estímulo estressor. Ainda é válido salientar que as estratégias de *coping* podem ser influenciadas por outros aspectos, como os traços de personalidade do indivíduo, as vivências desafiadoras no geral ou que ocasionam mudanças, e a rede de apoio existente (Carvalho et al., 2021).

As vivências cotidianas proporcionam diferentes emoções e sentimentos, e à medida que ocorre o

avanço do processo de envelhecimento, notam-se mudanças na regulação emocional. Embora seja mais frequente que pessoas idosas vivenciem mais afetos positivos do que negativos, devido às mudanças de percepção da vida, ainda pode ocorrer a experiência de mais afetos negativos diante das adversidades e transformações ocasionadas pelo envelhecimento. Isso ocorre porque a regulação emocional pode sofrer alterações devido às transformações advindas do envelhecimento, uma vez que é um processo que envolve habilidades de processamento emocional associadas aos processos cognitivos, sendo influenciado por outros fatores, como a qualidade do sono, a adoção de hábitos saudáveis, o nível de estresse apresentado pelo indivíduo e aspectos de saúde geral (Gurera & Isaacowitz, 2018).

Os mecanismos de autorregulação são essenciais para o direcionamento de comportamentos, emoções e pensamentos, sejam eles relativos às normas diante de um contexto ou segmentos pessoais, e realizam a manutenção da saúde geral. Evidencia-se que os mecanismos de autorregulação não ocorrem de forma independente, sendo influenciados por outros aspectos, como o contexto social em que a pessoa

idosa está inserida, sua personalidade e condições de saúde. Ao focar no envelhecimento, há diferentes mecanismos de autorregulação, citando como exemplo a regulação emocional, que corresponde à capacidade de gerenciar emoções, e a autorregulação cognitiva, que corresponde à capacidade do indivíduo em ajustar seus pensamentos e comportamentos como resposta cognitiva diante das variadas demandas (Assunção & Chariglione, 2022).

Ao reconhecer a multiplicidade morfológica que o envelhecimento pode apresentar, é necessário compreender os fatores motivacionais relacionados ao contexto da velhice, que remetem a atividades e desejos em busca da qualidade de vida e bem-estar por meio do engajamento em atitudes saudáveis. Evidencia-se que tais aspectos variam de pessoa para pessoa, conforme proposto por diferentes teorias, como a Teoria da Autodeterminação, a Teoria da Expectativa-Valor e a Teoria da Hierarquia das Necessidades de Maslow. Ao focar nesta última, a Teoria de Maslow, ela aborda que as necessidades humanas podem ser divididas em cinco categorias distintas que vão desde as necessidades fisiológicas básicas até as

necessidades de autorrealização. Cita-se ainda que, segundo Maslow, há uma hierarquização a ser seguida no que diz respeito ao gerenciamento das necessidades. Sendo assim, de acordo com tais pressupostos, os profissionais de saúde devem construir um plano de cuidados para pessoas idosas priorizando as necessidades básicas e, posteriormente, outras atividades como as recreativas (Wyse, 2018; Camargo, Camargo & Souza, 2019).

Estabelecimento de metas e intervenções

A Psicogerontologia é um campo de estudos específico na psicologia que se debruça sobre os processos de envelhecimento, abrangendo as mudanças cognitivas, sociais e emocionais que ocorrem na velhice. Esse campo de estudo é direcionado por alguns pressupostos, e dentre eles está o fato de que o envelhecimento é um processo natural que afeta, assim como as outras fases do desenvolvimento humano, o sujeito de maneira multidimensional. Além disso, a aprendizagem está presente na velhice, assim como em outras etapas da vida, e o envelhecimento é um processo biopsicossocial e heterogêneo,

individual. O ambiente também influencia a qualidade de vida do sujeito em processo de envelhecimento. A partir da consideração sobre a heterogeneidade do envelhecimento, as metas interventivas pautam-se nas necessidades individuais de cada sujeito, sendo direcionadas para o alcance de determinados objetivos. Essas metas interventivas podem variar desde a melhoria na qualidade da comunicação intergeracional na família da pessoa idosa e no suporte para a manutenção de sua autonomia e independência, até intervenções pautadas na prevenção de abuso ou negligência contra a pessoa idosa e no fornecimento de suporte para os cuidadores desses sujeitos idosos (Oliveira, Ribeiro & Neri, 2018).

A intervenção psicológica com pessoas idosas é uma abordagem terapêutica que visa promover melhorias na saúde mental desse grupo, de modo geral, diante das transformações biopsicossociais que ocorrem nessa fase. Além disso, observam-se benefícios em relação ao aumento do bem-estar e da qualidade de vida em indivíduos idosos. Dentre as possibilidades de intervenção, tornar conscientes as situações e sentimentos vivenciados cotidianamente pode favorecer positivamente as pessoas

no enfrentamento das adversidades supracitadas, maximizando os afetos e percepções positivas das experiências do envelhecimento. Além disso, quando tais estratégias de cunho psicológico são associadas à prática de atividade física e à possibilidade de aprendizagem ao longo da vida, bem como à consolidação de uma rede de apoio, auxiliam ainda mais na promoção da saúde mental e física entre pessoas idosas (Fronza & Pillatt, 2018).

Destaca-se a relevância de aspectos educacionais para a vivência da velhice. Mesmo sendo mais enfatizados nas primeiras décadas de vida, a aprendizagem é um processo contínuo que envolve aspectos muito além das questões formais, pois também aprendemos no cotidiano. Durante o processo de envelhecimento, ocorrem mudanças em diversos aspectos e, nessa fase, é necessário tanto manter comportamentos e atitudes saudáveis como aprender novas formas de autocuidado para atender às novas demandas. Essas transformações exigem do indivíduo uma série de adaptações, além das mudanças naturais desse estágio de desenvolvimento. É comum, por exemplo, a diminuição da participação social e a redução das

relações estabelecidas ao longo da vida. Nesse contexto, é importante considerar as vulnerabilidades e potencialidades do sujeito idoso. Participar de atividades de aprendizagem na vida adulta, em diferentes espaços, propicia a criação de novos vínculos e redes de apoio e aumenta a flexibilidade cognitiva por meio da neuroplasticidade, melhorando a qualidade de vida das pessoas idosas (Ogassavara et al., 2023).

Aponta-se o efeito benéfico que o contato com a aprendizagem proporciona para a população idosa. É válido mencionar a existência de programas educativos voltados a esse público, sendo oferecidos frequentemente por instituições de ensino superior sob a alcunha de "Universidades Abertas à Terceira Idade - UNATI". Dentro dessas oportunidades, são abordadas práticas de autocuidado, incluindo instruções que favorecem o letramento funcional em saúde. Assim, a participação nesses contextos educacionais favorece a vivência de estados afetivos mais positivos, marcados por níveis mais elevados de autoestima e percepções mais positivas em relação a si mesmo (Derhun et al., 2022).

Ainda tratando dos benefícios para o bem-estar das pessoas idosas, a experiência oferecida em contextos educacionais pode ser encarada como uma oportunidade para vivenciar experiências acadêmicas que em outros momentos da vida do indivíduo não foram possíveis devido a questões financeiras ou laborais. Nesse sentido, também é possível superar crenças limitantes sobre o próprio senso de autoeficácia, o que culmina em uma autoestima mais elevada (Choi & Cho, 2021).

Dentre as estratégias educacionais propostas em contextos geradores de aprendizagem, é válido mencionar o Problem Based Learning (PBL) como uma abordagem pautada na resolução de problemas de contextos reais, trabalhados em grupo por meio da aplicação de conhecimentos prévios para encontrar soluções. Ao inferir sobre suas aplicações para o contexto do processo de envelhecimento, essa pode ser uma estratégia eficaz no incentivo à aprendizagem e aos processos reflexivos e críticos entre pessoas idosas diante das transformações e desafios distintos enfrentados, como as mudanças nas relações sociais e alterações de saúde, entre outros. Além disso, o contato com

os pares permite a ampliação da rede de apoio desse indivíduo idoso, permitindo que sejam compartilhados saberes e experiências. Além disso, aprimorar as habilidades sociais, a comunicação e a colaboração em comunidades ou equipes pode promover melhorias na autoestima e autoconfiança entre os participantes (Leon, 2023).

Em busca de complementar a eficácia das estratégias educacionais empregadas, é necessário refletir sobre os elementos motivacionais imbricados na aprendizagem nessa fase do desenvolvimento. As estratégias a serem adotadas nesse período devem instigar a interação social, uma vez que o desejo por essa experiência é frequentemente motivado por esses elementos interacionais. Assim, não só é assegurado o sucesso do processo ensino-aprendizagem, mas também propiciam condições para a formação de redes de apoio como recursos para auxílio em questões funcionais, emocionais e educacionais (Derhun et al., 2019).

Considerações finais

É oportuno reafirmar que a obra teve o objetivo de apresentar aspectos do envelhecimento, destacando questões

pertinentes à dimensão psicológica dos indivíduos que estabelecem relações com outras esferas relevantes. Deste modo, o processo de envelhecimento foi apontado como um fenômeno natural que se desenvolve de forma multifatorial e acarreta alterações no funcionamento individual, em questões de ordem física, psicológica e simbólica no meio social. Neste sentido, projetou-se a atenção para movimentos que tange o campo da Psicologia em relação à Gerontologia, como a continuidade do desenvolvimento psicológico nas fases mais avançadas do desenvolvimento.

Os hábitos e estados afetivos vivenciados foram questões pautadas por serem elementos suscetíveis a alterações em função do processo de envelhecimento dos indivíduos. Essas disposições perpassam dimensões encobertas, valendo destacar o funcionamento fisiológico e cognitivo. Nessas condições, é evidenciada a necessidade de adequações e estabelecimento de novas estratégias para enfrentar os desafios relacionados ao envelhecer, configurando-se como estratégias de enfrentamento que podem ser direcionadas à regulação emocional ou ambiental.

Foram apresentadas tendências associadas ao envelhecer que se sobrepõem e assim transcendem a diferenciação de autorregulação emocional e suporte social, indicando redes de apoio como recursos benéficos para os indivíduos ao desempenharem a função de dispositivos de amortecimento de impactos à integridade individual. Nesse sentido, a participação social é apontada como uma prática que possibilita a manutenção da própria integridade de forma indireta. Ainda tratando de atividades no contexto social, a aprendizagem durante a velhice se evidencia como um fator vantajoso para a pessoa idosa, uma vez que nesses contextos geradores de aprendizagem é promovida a autonomia e a capacidade

de resolução de problemas cotidianos por meio da instrução e trocas interpessoais com pares.

Salienta-se a necessidade urgente do desenvolvimento e implementação de medidas para satisfazer as necessidades da população idosa, adotando estratégias efetivas e não apenas considerando a prioridade dessa população em esferas normativas. A Gerontologia adquire uma relevância ainda maior para a compreensão da realidade ao propor a investigação da realidade de forma a respeitar a interdisciplinaridade demandada pela temática e ao apontar inevitavelmente possibilidades para outras áreas do conhecimento, elucidando a diversidade de fatores intrincados à realidade.

Referências

- Assunção, J. L. A., & Chariglione, I. P. F. S. (2022). Autoeficácia em idosos submetidos a diferentes intervenções combinadas. *Conjecturas*, 22(15), 367-382.
- Bettoni, L. C., Ottaviani, A. C., & Orlandi, F. S. (2017). Associação entre o autocuidado e a qualidade de vida de pacientes com doença renal crônica. *Revista Eletrônica de Enfermagem*, 19, 1-9. <https://doi.org/10.5216/ree.v19.27442>
- Camargo, C. A. C. M., Camargo, M. A. F., & de Oliveira Souza, V. (2019). A importância da motivação no processo ensino-aprendizagem. *Revista Thema*, 16(3), 598-606.
- Carvalho, L. M., da Costa, G. P., Feitosa, L. G. G. C., Ribeiro, I. P., de Carvalho, C. M. S., Macêdo, V. S., ... & do Nascimento, L. O. (2021). Idosos e suas estratégias de enfrentamento em saúde mental. *Research, Society and Development*, 10(5), e40110515103-e40110515103.

- Centro Internacional de Longevidade Brasil - ILC-BR. (2015). *Envelhecimento ativo: um marco político em resposta à revolução da longevidade*. Rio de Janeiro: ILC-BR. Disponível em: https://sbgg.org.br/wp-content/uploads/2014/11/Envelhecimento-Ativo-Um-Marco-Pol-tico-ILC-Brasil_web.pdf. Acessado em: 1 de Julho de 2023.
- Choi, I., & Cho, S. R. (2021). A case study of active aging through lifelong learning: psychosocial interpretation of older adult participation in evening schools in Korea. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(17), 9232.
- Derhun, F. M., Scolari, G. A. S., Salci, M. A., Llobet, M. P., & Carreira, L. (2022). Contribuições das atividades universitárias para o envelhecimento ativo: teoria fundamentada nos dados. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 56: e20210237. <https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2021-0237>
- Derhun, F. M., Scolari, G. A. S., Pulg-Llobet, M., Salci, M. A., Baldissera, V. D. A., & Carreira, L. (2019). A participação em atividades universitárias para idosos: motivações de brasileiros e espanhóis. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 72(Suppl 2), 112-118. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2018-0181>
- Fronza, J. L., & Pillatt, A. P. (2018). Tratamentos psicológicos para idosos com doença de alzheimer: uma revisão narrativa. *Psicol. saúde doenças*, 19(3), 764-775.
- Gurera, J. W. & Isaacowitz, D. M. (2018). Emotion regulation and emotion perception in aging: a perspective on age-related differences and similarities. *Progress in Brain Research*, 247, 329-351. doi: 10.1016/bs.pbr.2019.02.007
- Hajek, A., & König, H. H. (2021). Personality and functional impairment. Evidence from the Survey of Health, Ageing and Retirement in Europe. *Psychogeriatrics*, 21(6), 861-868. <https://doi.org/10.1111/psyg.12751>
- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE. (2019). *Projeções da população por sexo e idades*. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/estatisticas-novoportal/sociais/populacao/9109-projecao-da-populacao.html?=&t=resultados>. Acesso em: 08 de Abril de 2023.
- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE. (2023). *Crescimento populacional*. Disponível em: https://censo2022.ibge.gov.br/panorama/?utm_source=ibge&utm_medium=home&utm_campaign=portal. Acesso em: 01 de Julho de 2023.
- Leon, E. B. (2023). Efetividade das teorias da aprendizagem utilizadas nos estudos, para o sucesso do idoso na usabilidade das novas tecnologias. *Revista Científica Multidisciplinar*, 4(2), e422601-e422601.

- Matos, S. A., Nogueira, E. A., Ferreira-Costa, J., da Silva-Ferreira, T., & Montiel, J. M. (2021). Aprendizagem como fator de influência na qualidade de vida de pessoas idosas. *Scientia Generalis*, 2(2), 281-288.
- Moreira, L. V. C., Collares-da-Rocha, J. C. C., & Fornasier, R. C. (2021). Representações sociais sobre a velhice, o envelhecer e o ser velho segundo homens e mulheres idosos. *Research, Society and Development*, 10(16), e339101623709-e339101623709.
- Ogassavara, D., Silva-Ferreira, T., Brites, C. G. de M., Ferreira-Costa, J., & Montiel, J. M. (2023). Diálogo sobre o aprender: Envelhecimento e educação não formal. *Educação E Fronteiras*, 13(00), e023003. <https://doi.org/10.30612/eduf.v13i00.16524>
- Ogassavara, D., Silva-Ferreira, T., Ferreira-Costa, J. ., Bartholomeu, D. ., Wallan Tertuliano, I., & Montiel, J. M. (2023). Dinamismo da subjetividade: interrelações entre o envelhecer e a personalidade. *PSI UNISC*, 7(1), 236-245. <https://doi.org/10.17058/psiunisc.v7i1.17945>
- Okuno, M. F. P., Rosa, A. S., Lopes, M. C. B. T., Campanharo, C. R. V., Batista, R. E. A., & Belasco, A. G. S. (2019). Qualidade de vida de octogenários hospitalizados. *Texto Contexto Enfermagem*, 28: e20180207. <https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2018-0207>
- Oliveira, E. A., Ribeiro, O. R., & Neri, A. L. (2018). Psicogerontologia no Brasil: revisão sistemática da produção científica na área. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 35(2), 199-2
- Resende Neto, A. G., Silva-Grigoletto, M. E., Santos, M. S., & Cyrino, E. S. (2016). Treinamento funcional para idosos: uma breve revisão. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, 24(3), 167-177. <http://dx.doi.org/10.31501/rbcm.v24i3>
- Teixeira, C. R., Scortegagna, S. A. & Lampert, C. D. T. (2015). Bem-Estar Subjetivo e o cuidado na Velhice. In S. A. Scortegagna, N. D. Pichler, L. A. Bettinelli & A. M. B. Migott (Orgs.), *O cuidado na multidimensionalidade do envelhecimento humano* (pp. 105-114). Editora Méritos. Recuperado em: <https://www.meritos.com.br/livros/145--livro--O-cuidado-na-multidimensionalidade-do-envelhecimento-humano---Meritos-Editora--2015.pdf>
- Ventura, C. F. (2020). Envelhecimento, qualidade de vida e bem-estar subjetivo: percepções de idosos participantes de um grupo social. *New Trends in Qualitative Research*, 3, 927-935.
- Wyse, R. M. (2018). Motivação: teorias motivacionais do comportamento humano. *Revista de ciências gerenciais*, 22(36), 134-141.

Fecha de recepción: 7 de julio de 2023

Fecha de aceptación: 17 de noviembre de 2023