

Relacionamentos Interpessoais na Terceira Idade: Uma Análise Comportamental a Partir da Série *Modern Love*

Bruna Pires¹, Isabela Espezin², Júlia Ritzmann³ e Júlia Sievert Alves⁴

¹⁻⁴ Graduandas de Psicologia, Departamento de Psicologia, Universidade Federal de Santa Catarina

Notas sobre os Autores

Este artigo foi produzido para uma disciplina da Graduação em Psicologia da Universidade Federal de Santa Catarina. Os autores deste artigo se encontram em processo de formação superior. Correspondências relacionadas a esse artigo devem ser encaminhadas para Bruna Pires, por meio do endereço de e-mail brunamainguepires@gmail.com.

Resumo

A análise do presente artigo foi construída pensando como ocorre o entendimento acerca das vivências de um relacionamento amoroso entre casais da terceira idade, e quais são as implicações dessa relação para a vida do casal. Para isso, foram utilizadas as categorias de comportamento afeto, amizade e luto, pois elas relacionam-se com temas presentes na velhice. Além disso, a revisão de literatura juntamente com a observação do episódio “A Corrida Fica Mais Gostosa na Volta Final” da série americana “*Modern Love*” foram utilizadas como método. Ao analisar recortes de cena do episódio supracitado, concluiu-se que a relação dos personagens principais, Margot e Kenji, é um ótimo retrato da realidade, pois a ideia de que idosos não podem, ou não querem, viver uma relação amorosa nesse estágio da vida é antiquada e preconceituosa. Ademais, a análise do episódio atribuída às leituras feitas, concluiu a importância de vínculos interpessoais e envolvimento em atividades

para evitar declínios no funcionamento cognitivo de idosos, demonstrando, assim, que o laço de amizade estruturado entre os dois personagens vai muito além de mero capricho, e relaciona-se com o bem-estar físico e mental. Pode-se finalizar afirmando que, apesar da morte ser um assunto comum na velhice, a responsabilidade de suas realizações, relacionamentos, conquistas, e pela forma de finalizar a vida, é somente dele próprio.

Palavras-chaves: relacionamentos amorosos; afeto; amizade; morte; terceira idade.

Introdução

A demarcação cronológica para indicar a velhice costuma cercar os 60 anos (Schneider & Irigaray, 2008). Todavia, segundo a pesquisa exposta em Bowling et al, (2005), a cronicidade, embora aliada à funcionalidade física, não abrange com totalidade a caracterização da velhice, que inclui, também, fatores sociais e psicológicos. Segundo Bowling et al, (2005) conceitualiza-se a idade subjetiva, evidenciando a sensibilidade à fatores identitários, que compreendem a saúde mental e a sociabilidade do idoso como relevantes para o desenvolvimento de práticas e estudos qualitativos a respeito da velhice.

Nesse sentido, destaca-se a importância na materialização da qualidade de vida na terceira idade e a manutenção da autoestima, autoimagem e sentido acerca da existência, durante o curso do envelhecimento (Borglin et al., 2005). Esse processo envolve, segundo Borglin et al., (2005), a constante reinterpretação das experiências vividas e polimento significativo sobre valores, saúde, experiências e relacionamentos.

Isto posto, destaca-se, também, os conceitos bem-estar psicológico (BEP) e bem-estar subjetivo (BES), ambos aliados à potencial qualidade de vida na velhice. O primeiro conceito - BEP - pressupõe a fundamentalidade de relações sociais positivas, saúde mental, determinação e autoestima, por exemplo. Já o bem-estar subjetivo, vincula-se à alegria ao contentar-se com a qualidade de suas relações interpessoais amigas, com a autonomia

propiciada por atividades de lazer e, principalmente, com sua existência de maneira geral (Cachioni & Batistoni, 2012). Nesse contexto, destaca-se um estudo com idosos que concluiu a significância de vínculos interpessoais e envolvimento em atividades, para evitar o desgaste do funcionamento cognitivo (Wilson et al., 2007).

Dessa forma, a relevância da reciprocidade em afeto, amor, amizade e aceitação na interpessoalidade durante a velhice, representa a essencialidade das habilidades emocionais presentes nesta fase do ciclo de vida (Määttä, 2016). Nesse contexto, o amor e intimidade verificados em relacionamentos amorosos na terceira idade, contribuem à auto estima do idoso, por meio de representações de atração, carinho, gratidão, afeto, compreensão e escuta, favorecendo, assim, a qualidade de vida deste (Borglin et al., 2005) (Määttä, 2016; Rao, 2016). Além disso, o conforto resultante das expressões amorosas, auxilia no suporte social deste indivíduo, o que é fundamental na terceira idade devido à constante estigmatização e marginalização dos enquadrados neste estágio da vida (Määttä, 2016; Rao, 2016).

Ainda, os benefícios do namoro na velhice englobam não somente a saúde mental do idoso, com a ascensão de energia e felicidade nas vivências diárias, mas também a condição funcional fisiológica destes (Määttä, 2016; Laurentino et al., 2006). Nesse âmbito, ressalta-se o mito da incompatibilização entre a terceira idade e sexualidade, sustentado pelo preconceito e limitações vinculadas socialmente à velhice. Assim, confirma-se a existência da sexualidade nessa fase do ciclo de vida, que, no entanto, manifesta-se de maneiras variadas - sorrisos, admiração, abraços, afeto - e não apenas no ato sexual em si (Määttä, 2016; Laurentino et al., 2006; Rao, 2016).

Nessa circunstância, entregar-se ao namoro na velhice vincula-se, ainda, a inseguranças decorrentes, principalmente, da estigmatização social acerca do assunto que abrange a concepção de familiares e grupos de convívio do idoso, por exemplo. Esta

estigmatização perpetua-se por percepções equivocadas de que o envolvimento amoroso, emocional e sexual divergem do envelhecer, logo, são categorizados como impróprios aos idosos (Määttä, 2016; Laurentino et al., 2006) .

Justifica-se a relevância social acerca de estudos sobre as vivências e os impactos do relacionamento amoroso na terceira idade, devido proporcionarem dados empíricos que evidenciam a relevância do envolvimento interpessoal afetivo na velhice, e auxiliarem, assim, na conscientização sobre o assunto. Estudos na área destacam a desproporcionalidade de materiais que abordam a temática de amor na velhice, em comparação a outros estágios do desenvolvimento, como juventude e adultez (Määttä, 2016; Laurentino et al., 2006; Rao, 2016; Borglin et al., 2005). Portanto, o auxílio para conscientizar a família, os idosos e, também, estimular outros estudos sobre o tema, validam-se como implicações relevantes das pesquisas para a sociedade.

A Paixão para os Idosos e o Preconceito Envolvido

A concepção do que é ser idoso é contraditória, isso porque é a sociedade que determina quem e com que idade se é considerado da terceira idade. Além disso, pode-se dizer que a ideia de que idosos são indivíduos frágeis e incapazes de realizarem tarefas é algo ultrapassado e antiquado, pois, atualmente, os idosos viajam, estudam, saem com amigos e, principalmente, apaixonam-se (Määttä, 2011).

Nesse contexto, a paixão compreende a primeira fase do amor. Caracterizada por sentimentos intensos e pela necessidade que o ser humano tem em mudar, a paixão pode ressignificar o cotidiano de um indivíduo, e claro, acontecer em qualquer fase da vida, como na terceira idade (Baptista & Roldão, 2016). Segundo a antropóloga Mirian Goldenberg (2012, p. 138): “a paixão, quando não acaba como fogo de palha, se transforma em algo mais tranquilo e administrável: o amor, que, para durar, deve conter resíduos dessa paixão inicial,

ou corre o risco de se transformar em outro tipo de sentimento, a amizade”.

A partir disso, a importância das relações humanas e a interação com outros indivíduos em todas e quaisquer idades da vida, torna-se um tema ainda mais importante de ser discutido (Reis & Rusbult, 2004 como citado em Määttä, 2011). O estudo feito pela mesma autora demonstrou que os idosos descrevem a vida de uma pessoa apaixonada sob uma nova luz, alguns ainda falam sobre “a melhoria do estado de saúde e a diminuição do consumo de medicamentos” (Määttä, 2011, p. 19).

Mesmo sendo comprovado que o relacionamento e a sexualidade na terceira idade é algo positivo à saúde dos idosos, os mesmos ainda estão associados à ideia de que sua vida amorosa teria morrido, e que o romance e as necessidades sexuais não pertencem mais a eles (Määttä, 2011). Pode-se atribuir essas ideias ao preconceito que a sociedade em geral tem, no que se refere a vida amorosa/sexual ativa na velhice. Inclusive, quando um idoso ou idosa é visto(a) paquerando ou trocando gestos de carinho, a atitude é tida como algo estranho ou, até mesmo, repugnante e doentia (Baptista & Roldão, 2016). Dessa forma, faz-se necessário compreender como os relacionamentos amorosos repercutem na qualidade de vida desse público.

Relacionamentos Amorosos na Terceira Idade

“Amor é privilégio de maduros/ estendidos
na mais estreita cama/ que se torna a mais
larga e mais relvosa/ roçando, em cada poro,
o céu do corpo/
É isto, amor: o ganho não previsto/ o prêmio
subterrâneo e coruscante/ leitura de relâmpago

cifrado/ que, decifrado, nada mais
existe/ Valendo a pena e o preço terrestre/
salvo o minuto de ouro no relógio/ minúsculo,
vibrando no crepúsculo/
Amor é o que se aprende no limite/ depois de
se arquivar toda a ciência/ herdada, ouvida/
Amor começa tarde.” (Andrade, 1973)

Segundo Viktor Frankl (2016), o amor é definido como um encontro autêntico entre duas pessoas, no qual estabelece uma relação dialógica onde o outro (tu) exerce um papel principal. Frente a isso, os idosos relacionam-se com outra pessoa tendo em consideração sua trajetória de vida e a significação atribuída ao amor durante ela. Já que nessa idade possuem uma personalidade mais amadurecida e maior autoconhecimento, torna-se mais fácil alcançar um amor equilibrado (Marazziti 2007). Sendo assim, na terceira idade, as pessoas buscam um amor que faça sentido para elas naquela fase (Baptista & Roldão 2016). Atualmente a concepção de amor valoriza características de amizade, respeito, carinho (Giddens, 1993) e principalmente, na senilidade, o amor companheiro (Jablonski, 1991).

Um aspecto central nos relacionamentos amorosos da terceira idade são as vivências de luto. Nessa fase, a viuvez torna-se muito mais provável do que quando comparada com as outras idades, sendo assim, tem grandes influências no bem-estar físico e mental dos idosos. Tal perda é vivida de maneira singular, porém segundo Santos & Silva (2018) costuma promover mudanças na estrutura familiar e no cotidiano, trazendo à tona os sentimentos (principais) de tristeza, saudade, vazio e abandono. Quando durante o tempo de convivência o casal conseguiu viver o que desejavam, o luto normalmente costuma ser vivido de forma mais resiliente pelo viúvo. Além disso, após a perda do cônjuge, a maioria dos idosos não buscam nem desejam novos parceiros, o que pode comprometer a qualidade de vida e saúde

dos mesmos (Santos & Silva, 2018). Para o cardiologista Ornish (1998), o amor saudável – independente de qual seja – evita o isolamento, preza as conexões e a comunidade e, assim, diminui o risco de adoecimento.

Para os autores Vecchia *et al* (2005), o conceito de qualidade de vida está atrelado a uma série de aspectos, como capacidade funcional, autoestima, bem-estar pessoal, nível socioeconômico, autocuidado, o estado de saúde, entre outros. Portanto, pode ser entendido como “um conceito subjetivo dependente do nível sociocultural, da faixa etária e das aspirações pessoais do indivíduo” (Vecchia *et al*, 2005, p. 247).

Nesse sentido, o envelhecimento ativo vem para aumentar a expectativa de uma vida saudável e de qualidade. O “ativo” não refere-se propriamente à questão de trabalho ou força física, mas sim, da participação de idosos em questões sociais, culturais, econômicas e espirituais (Miranda & Banhato, 2008). Para os autores,

A inserção de idosos em grupos de suporte social proporciona uma mudança no paradigma de velhice enquanto limitação e incapacidade, porque nesses grupos é possível encontrar idosos ativos, autônomos, satisfeitos com sua condição geral e que se relacionam interpessoalmente com outras pessoas de mesma faixa etária ou não (Miranda & Banhato, 2008, p. 73)

Dessa forma, a qualidade de vida dos idosos está ligeiramente ligada ao ato de se relacionar interpessoalmente com outro alguém. Em uma pesquisa feita por Kinas & Vendruscolo (2010), que teve como objetivo compreender o despertar do amor nos bailes da terceira idade, os resultados mostraram o que leva um idoso a buscar relacionamento amoroso. Segundo os autores, todos responderam como sendo para buscarem companhia e não se sentirem à sós. As falas confirmam os estudos de Ferreira & Schultz (2005, citado em Kinas & Vendruscolo, 2010), onde dizem que todos buscam um companheiro ao longo da vida, e com a viuvez, é possível repensar em novas relações amorosas. Ademais, as pesquisas feitas por Miranda & Banhato (2008), concluíram que os idosos que têm uma vida

participativa ativa nas questões de grupos e amorosas, possuem uma qualidade de vida melhor comparada aos que não são ativos.

Diante todo o exposto, o presente estudo teve como objetivo compreender as vivências e implicações dos relacionamentos interpessoais na terceira idade. Além disso, procurou-se entender a dinâmica dos relacionamentos amorosos na terceira idade, compreender o processo do luto em relacionamentos amorosos na terceira idade, conhecer o papel do afeto e da amizade no bem estar e qualidade de vida na terceira idade.

Método

O método escolhido para realizar o presente trabalho foi a abordagem qualitativa de análise de conteúdo do episódio “A Corrida Fica Mais Gostosa Na Volta Final”, da série norte-americana de comédia romântica “*Modern Love*”, produzida no ano de 2019. A partir da fundamentação teórica e observação de aspectos comportamentais no contexto da terceira idade, destacados durante o episódio, a análise propõe entender a estruturação dos parâmetros do relacionamento amoroso consolidado entre personagens principais, Margot e Kenji, dois idosos que se conhecem durante uma competição de corrida para a terceira idade. Também, pretende-se associar o desenvolvimento amoroso entre idosos, com outros padrões visualizados no âmbito relacional na terceira idade. Para isso, as categorias de comportamento amizade, afeto e luto serão utilizadas.

Descrição do material utilizado para análise

Utilizou-se para análise um recorte do episódio número 8 da primeira temporada da série *Modern Love*, intitulado “A Corrida Fica Mais Gostosa Na Volta Final”; escrito por John Carney e co-escrito e dirigido por Tom Hall, o episódio teve seu lançamento em 18 de outubro de 2019. O recorte ocorre entre os minutos 5:45 e 14:20. O episódio se situa em um

centro urbano norte-americano e retrata a dinâmica de relações amorosas na terceira idade.

Participantes

Margot: Margot é uma senhora de cor branca, pele muito clara, cabelos completamente grisalhos na altura do ombro, olhos castanhos escuros e estatura média para alta. Tem um filho que mora em outra cidade e é muito dedicado ao trabalho.

Kenji: Kenji é um senhor de cor amarela, cabelos curtos e pretos com alguns fios grisalhos e estatura média. É viúvo há seis anos após ser casado por trinta e seis.

Os dois personagens se caracterizam por serem lúcidos, ativos e independentes, apesar da dificuldade que a idade trás (a qual Kenji apresenta mais) eles praticam e gostam muito de corrida.

Procedimentos

A partir da revisão bibliográfica e análise do episódio, definiu-se três categorias de comportamento: amizade, afeto e luto. A categoria afeto foi dividida em uma subcategoria para que as análises fossem mais precisas a partir dos elementos das cenas escolhidas. Para conhecimento, a subcategoria foi nomeada como sexualidade. As análises foram feitas a partir de observação não participante com seleção prévia de cenas relacionadas com as categorias feitas pelas autoras.

Amizade: A amizade caracteriza-se por vínculos recíprocos e verdadeiros de carinho, afeto, amor, conversa, intimidade e confiança, que impactam no desenvolvimento social. O âmbito quantitativo aliado ao tempo e número de pessoas que integram o ciclo de amizades possui impacto secundário ao indivíduo, em relação a qualidade e intensidade compreendidas nessas relações. Além das trocas simbólicas, a amizade proporciona, também, trocas físicas como abraços, carinhos e toques que intensificam o laço e demonstram acolhimento. Assim, a

amizade caracteriza-se como a construção interpessoal de relacionamentos favoráveis ao amparo, harmonia e satisfação dos envolvidos. Além disso, vínculos amigos são benéficos ao longo de todos os estágios desenvolvimentais. Na velhice, por exemplo, as amizades auxiliam na saúde mental, instigam a autonomia e aliam-se à melhora na qualidade de vida do idoso (Cachioni & Batistoni, 2012).

Afeto: Apresenta-se nas relações humanas e caracteriza-se pela afeição por algo ou alguém. O afeto influencia diretamente na forma de pensarmos e agirmos sobre algo, ele pode gerar sentimentos e emoções tanto de maneira positiva quanto negativa. Intimidade, carinho, amizade, companheirismo, desejo, ciúmes e raiva normalmente se fazem presentes nos laços criados a partir do afeto. Na terceira idade, é muito visto na interação interpessoal, onde a partir dali – tendo em vista que o outro sente quando o afeto é manifestado – há grandes chances de crescer um relacionamento amoroso.

Luto: É caracterizado por uma sequência de estados emocionais que o indivíduo passa após a perda de um outro ser. Usualmente são 5 estágios conhecidos nesse período, são eles: negação, raiva, negociação para reverter o acontecido, depressão e aceitação. Porém, nem todos os indivíduos passam por todos os estágios e nessa ordem. O comportamento em cada um dos estágios é muito perceptível. Por exemplo, na negação e na negociação é comum vermos a pessoa falando que ele(a) irá voltar, com sentimento esperançoso, etc. Já na raiva, podemos ver expressões faciais e corporais de ódio, tom de voz alto, testa e sobrancelhas franzidas. Na depressão podemos identificar uma tristeza no indivíduo, chorando diariamente, ficando somente em casa, etc. E por fim, na aceitação vemos uma melhora no humor, conseguindo falar sobre o assunto e com semblante mais sadio.

Resultados e Discussão

Diante da análise do episódio “A corrida fica mais gostosa na volta final” da série “*Modern Love*”, observou-se o destaque de determinadas categorias comportamentais como “amizade”, “afeto” e “luto”. Isto posto, evidencia-se a presença destas categorias comportamentais mediante a construção de relacionamentos interpessoais e, assim, estrutura-se o foco deste estudo.

Nesse âmbito, objetiva-se, com o trabalho vigente, o recorte específico de cenas que figuram a expressividade dos comportamentos supracitados entre os personagens em destaque, Margot e Ken. Então, baseando-se nisso, intui-se, também, teorizar as circunstâncias que fundamentam o desenvolvimento do amor na velhice, e explicitar a sua relevância multifacetada nessa fase do desenvolvimento.

Amizade

Na terceira idade, vínculos empáticos de amizade, além do laço familiar, que se estruturam no compartilhamento de dificuldades pessoais, experiências positivas e momentos alegres, beneficiam a qualidade de vida do idoso, potencializando sua saúde mental e física (Almeida & Maia, 2010). Nesse sentido, diante da cena descrita, observa-se, no vínculo amigo entre Margot e Ken, a materialização do descrito por Bowling et al., (2005), que disserta sobre a significância de relacionamentos e da reinterpretação de experiências para sustentar a qualidade de vida na velhice. Assim, destaca-se que a inclusão de Ken no grupo de corrida, o incentivo vocalizado para ele por Margot e as trocas humorísticas entre ambos, influenciam na estruturação da idade subjetiva deste, pois, por intermédio do laço de amizade instituído entre os dois (Souza & Hutz, 2012), os fatores identitários de Ken, como saúde mental, valores e sociabilidade, são potencializados (Bowling et al., 2005).

Margot e Ken estão correndo junto a um grupo da terceira idade, totalizando, em média, 10 corredores. Ken iniciou neste grupo há poucos dias, após o convite e incentivo de Margot, quando o observou correndo sozinho. A cena se passa em um

parque a céu aberto, iluminado pela luz solar. A rota em que está sendo realizada a corrida contorna um canteiro com árvores e arbustos verdes no lado direito, passando, também, por um cercado de madeira ao lado esquerdo. Margot e uma amiga correm, inicialmente, alguns passos à frente de Ken. Em seguida, Margot vira-se para Ken, e, desacelerando um pouco seu ritmo de corrida, questiona-o se “está tudo bem”, então Ken responde rindo e abrindo um sorriso: “Sem coragem, sem glória!” Margot respondeu, também sorrindo: “Você está indo superbem hoje!” Ken, que continua sorrindo, responde “Estou usando um marca-passo”, Margot, nesse momento, para de sorrir e o questiona: “Mesmo? O Cardíaco?”, Ken, que até então olhava para frente, vira o rosto a Margot falando “Não, humano” e, então continua sua explicação “Escolho uma pessoa num ritmo bom e moderado, colo no calcanhar dela, e ela me leva”, assim, Margot também o encara e, sorri com os lábios e responde “ E por acaso essa pessoa sou eu?”

Outrossim, relaciona-se ao exposto na cena os conceitos de bem-estar psicológico (BEP) e bem-estar subjetivo (BES), devido ao vínculo desenvolvido entre os personagens em destaque auxiliar, também, na autoestima e na autonomia destes, por propiciar uma relação social positiva, que influencia qualitativamente em suas existências como sujeitos (Cachioni & Batistoni, 2012). Isto posto, pode-se inserir, também, a partir da reflexão do recorte “ [...]“Escolho uma pessoa num ritmo bom e moderado, colo no calcanhar dela, e ela me leva”, assim, Margot também o encara e, sorri com os lábios e responde “ E por acaso essa pessoa sou eu?”[...] ”, que os recursos energéticos para a formação de vínculos na velhice são realocados de maneira mais seletiva do que em outras fases do ciclo vital. Dessa forma, a seleção destes vínculos inclina-se para laços que proporcionam certa regulação emocional sustentada pelo suporte moral, como o fornecido por Margot e reconhecido por Ken (Carstensen, 2006; Charles & Carstensen, 2010; Cachioni & Batistoni, 2012).

Por fim, a análise da cena supracitada, que evidencia o entusiasmo e satisfação de Ken e Margot em praticarem uma atividade juntos, corrobora com os dados de Wilson et al. (2006), ao ponto que confirma a significância de vínculos interpessoais e envolvimento em atividades para evitar declínios no funcionamento cognitivo, demonstrando, assim, a importância deste laço de amizade estruturado entre os dois personagens.

Afeto

Na cena descrita a seguir, observa-se que Margot descreve momentos marcantes do seu relacionamento com Ken, os quais estão carregados de afeto. Os laços criados por eles tinham significações únicas, todavia, a personagem equipara tal afeto vivido na terceira idade com as demais, reforçando que os dois faziam tudo que era comum em um relacionamento amoroso de qualquer idade. Frente a isso, é possível compreender que no seu relacionamento com Ken não existiam grandes empecilhos decorrentes da velhice, o que materializa a ideia de Määttä (2011) que os idosos não são indivíduos frágeis e incapazes de realizarem tarefas, e ao contrário do preconceito que vigora na sociedade, muitos são capazes de viver uma vida super ativa.

Margot está fazendo um discurso no velório do seu ex companheiro Ken. Ela está parada, em pé, ao lado do caixão e na frente de um palanque marrom. O ambiente está cheio de flores coloridas e os familiares e amigos do Ken estão sentados de frente para Margot. Margot relembra, emocionada, momentos importantes que os dois viveram juntos e também simboliza o que a relação significava para cada um. Em um dos momentos do seu discurso a personagem relata: “o amor maduro é diferente, mais realista talvez, quando nos conhecemos já tínhamos vivido muitos altos e baixos, aprendido a nos comprometer e superado perdas e equívocos [...] O amor maduro é diferente mas ao mesmo tempo é igual, Eu e Ken fizemos tudo que os jovens fazem, nós nos apaixonamos, viajamos, reformamos uma casa juntos, plantamos um jardim, eu terminei um livro de memórias, ele me chamava de querida. Quando saíamos juntos, bastava um olhar lá do outro lado da sala para ele saber que era hora de me levar para casa, onde então sentávamos na borda da banheira passando fio dental e fofocando sobre a noite. Toda vez que cruzávamos em casa, Ken fazia questão de parar para me beijar, massagear meu ombro ou acariciar minha mão [...]

Constata-se ainda, que Margot reconhece a diferença da maturidade quando duas pessoas envolvem-se já idosas, ela aponta que por já terem vividos diversas fases boas e ruins, os cônjuges já aprenderam a se comprometer e os relacionamentos tornam-se mais realistas. Frente a isso, igualmente descrito por Marazziti (2007), é possível conceber que o afeto nessa idade propicia um relacionamento mais equilibrado e menos conflituoso.

Luto

Baseada no ciclo da vida, a morte tende a ser vista como algo natural, um acontecimento que irá acometer a todos nós. Na terceira idade, essa visão deveria ser ainda mais natural, pois o envelhecer revela um indivíduo carregado de lembranças e momentos bons, ou até ruins. As recordações se perpetuaram em todo o seu existir (Frumi & Celich, 2006). Mas apesar disso, a morte de alguém querido, sendo idoso ou não, é sempre muito complicada, e o processo para quem fica é doloroso. Na cena descrita a seguir, podemos notar que Margot está encarando o processo do luto após a morte de Kenji:

Episódio iniciado com Margot deitada na cama, sozinha e com o quarto todo fechado. Ela está com uma expressão de tristeza e desânimo. Ao fundo, o locutor da rádio explica como está a previsão lá fora, ao mesmo tempo que a campainha toca, então ela sai da cama para atender, porém já volta a deitar logo em seguida. Quem chega é o seu filho, ele está vestido de preto e com um sobretudo preto, fazendo perguntas à mãe de como ela está, como dormiu, etc. Ele sai para preparar um café, e ela levanta, encontrando o casaco antigo de Kenji e o cheira. [...] Na cena do velório, ela discursa sobre seu relacionamento com Kenji, e como eles construíram uma bela história juntos. No fim, a personagem completa com “E agora que Kenji completou sua prova, eu só não sei como vou conseguir, sinceramente. No momento, parece uma tarefa difícil, mas, onde quer que ele esteja, e por mais que demore, desejo que ele espere por mim” [...] Encerrando o episódio, Margot deixa o velório e vai andando em direção à rua que conheceu Kenji, ao chegar lá, ela começa a correr, tal como a primeira vez que se viram.

Toda perda é vivida de maneira singular, porém, como citado anteriormente, e de acordo com Santos & Silva (2018), a morte de alguém sempre promove mudanças na estrutura familiar e no cotidiano, trazendo à tona os sentimentos (principais) de tristeza, saudade, vazio e abandono. Assim, como visto na cena, podemos perceber que Margot estava vivendo a experiência do luto, deixando que esse sentimento voasse para fora. Apesar da dor da perda ser grande, os indivíduos devem sentir todas as emoções desse período, pois somente assim eles irão se curar e conseguir seguir a vida.

Foi visto que o luto tem 5 principais fases, mas elas não são obrigatórias. Na personagem Margot, podemos ver que as duas fases principais retratadas foram a depressão e

a aceitação. Na depressão, a personagem estava somente deitada, chorando, com expressões de tristeza e abandono, porém ao fim, ela conseguiu lidar com essa situação, encarar os fatos, e aceitar a perda, voltando a fazer uma das coisas que mais gostava, mas ao mesmo tempo que mais lembrava de Kenji, que era correr.

Considerações Finais

As categorias de comportamento apresentadas neste estudo compõem o ciclo vital, as discussões previamente expostas colocam em destaque a importância dos relacionamentos interpessoais nas experiências de vida dos indivíduos.

Como demonstrado por Wilson et al. (2006), os vínculos interpessoais promovem a qualidade de vida, analogamente, em Garcia & Leonel (2007), expõe-se a capacidade da amizade na terceira idade, em gerar nos indivíduos idosos sentimentos positivos como alegria, além de propiciar o desejo de viver. Com isso, nota-se que a amizade tem papel fundamental na vida do indivíduo em sua totalidade, mas em destaque na terceira idade, pois um amigo na senilidade, quando na ausência de um parente - seja por morte, abandono ou distância - passa a desempenhar funções que previamente eram exercidas por familiares (Silva et al.,2006).

Ainda no âmbito dos relacionamentos interpessoais, o afeto, como categoria de comportamento, pode ser encontrado principalmente nos relacionamentos amorosos. Assim, entende-se que as relações afetivas a terceira idade não são restritas e atividades joviais podem ser livremente realizadas, haja vista que velhice não é sinônimo de incapacidade (Määttä 2011). Além disso, os relacionamentos amorosos na terceira idade podem contar com mais maturidade e realismo, advindos de experiências prévias de comprometimentos, erros e

acertos (Marazziti 2007).

Por fim, no que tange o conceito de luto, infere-se que este processo conta com a aparição de sentimentos negativos, como tristeza, raiva e saudade; porém, o luto deve ser vivenciado a fim de que se atinja o amadurecimento e se reconquiste a felicidade e a qualidade e vida. Desse modo, com enfoque na terceira idade, o processo do luto parece mais perto, pressupondo que seus companheiros amorosos e amigos estejam, também, na velhice; a morte é um tópico, de certa forma, mais recorrente na terceira idade do que na juventude. Entretanto, passa a ser vista com mais aceitação, mesmo que não seja descartado o processo do luto, visto que este é o ciclo natural da vida, e a velhice pode representar uma bagagem imensa de experiências e recordações que são preservadas durante a vida (Frumi & Celich, 2006).

Portanto, conclui-se que o ser humano é confrontado diariamente com o dilema do que fazer em vida, e o que fazer quando morrer. Porém, a resposta de como isso deverá ser feito, como ele viverá e o que fará, está conectado a sua história de vida, ao seu esforço pessoal para enfrentar essas questões, e assim, responsabilizar-se por suas realizações, relacionamentos, conquistas, e claro, pelo fim da vida (Ribeiro, 2009). Margot e Kenji escreveram uma bela história, e conseguiram viver a vida no ponto máximo de sua finitude.

Referências Bibliográficas

- Andrade, C. D. (1973). Amor e seu tempo em C. Andrade (Ed). *As Impurezas do Branco*. Rio de Janeiro; José Olympio.
- Baptista, P. C. D., & Roldão, F. D. (2016). Significações e sentidos de amor na terceira idade: a perspectiva de idosas da FAE sênior. *Caderno PAIC*, 17(1), 623-647.
- Borglin, G., Edberg, A.-K., & Rahm Hallberg, I. (2005). The experience of quality of life among older people. *Journal of Aging Studies*, 19(2), 201–220.

<https://doi.org/10.1016/j.jaging.2004.04.001>

- Bowling, A., See-Tai, S., Ebrahim, S., Gabriel, Z., & Solanki, P. (2005). Attributes of age-identity. *Ageing and Society*, 25(4), 479–500.
<https://doi.org/10.1017/s0144686x05003818>
- Carstensen, L.L. (2006). The Influence of a Sense of Time on Human Development. *Science*, 312(5782), 1913-1915.
- Carstensen, L.L. & Lang, F.R. (1997). Commentary: Social relationships in context and as context: Social support and the maintenance of competence in old age. In: Willis, S.W., Schaie, K.W. & Hayward, M. Societal mechanisms for maintaining competence in old age. N.Y. (EUA): Springer.
- de Carvalho Ribeiro. (2009). D. F. DAS REPRESENTAÇÕES AO MEDO DA MORTE NA TERCEIRA IDADE. 8ª Jornada de Estudos e Pesquisas sobre Envelhecimento Humano na Amazônia;
- Dos Santos, M. T. G., & da Silva, D. (2018). Vivências de luto e expectativas de relacionamentos futuros em idosos viúvos. *Faculdade Sant'Ana em Revista*, 2(2).
- Frankl, V. E. (2016). *Psicoterapia y humanismo*. Fondo de Cultura Económica.
- Frumi, C., & Celich, K. L. S. (2006). O olhar do idoso frente ao envelhecimento e à morte. *Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano*, 3(2).
- Garcia, A. & Leonel, S. B. (2007). Relacionamento interpessoal e terceira idade: a mudança percebida nos relacionamentos com a participação em programas sociais para a terceira idade. *Pesquisas e Práticas Psicossociais*, 2(1), 130-39.
- Giddens, A. (1993). *A transformação da intimidade sexualidade, amor e erotismo nas sociedades modernas*. Unesp.
- Goldenberg, M. (2012). *Corpo, envelhecimento e felicidade*. Editora José Olympio.
- Jablonski, B. Até que a vida nos separe: a crise do casamento contemporâneo. Rio de Janeiro:

Agir, 1991.

Hofmann, T. (Produtor executivo). (2019). Modern Love [série]. Amazon Prime Television

Kinas, R., & Vendruscolo, G. B. B. (2010). O despertar do amor nos bailes da terceira idade.

Psico, 41(1).

<https://revistaseletronicas.pucrs.br/index.php/revistapsico/article/view/4048>

Laurentino, N. R. S., Barboza, D., Chaves, G., Besutti, J., Bervian, S. A., & Portella, M. R.

(2006). Namoro na terceira idade e o processo de ser saudável na velhice: recorte ilustrativo de um grupo de mulheres. *Revista Brasileira de Ciências Do*

Envelhecimento Humano, 3(1). <https://doi.org/10.5335/rbceh.2012.57>

Määttä K. (2016) Love Never Fades. In: Uusiautti S., Määttä K. (eds) The Basics of Caring Research. Bold Visions in Educational Research. SensePublishers, Rotterdam.

https://doi.org/10.1007/978-94-6300-597-5_4

Määttä, K. (2011). The fascination of love never fades—how do the elderly describe their experiences of falling in love. *International review of social sciences and*

Humanities, 2(1), 14-25.

https://web.archive.org/web/20180410074736id_/http://irssh.com/yahoo_site_admin/assets/docs/3_IRSSH-20-V2N1.51201344.pdf

Marazziti, D., Dell'Osso, B., Dell'Osso, M. C., Consoli, G., Del Debbio, A., Mungai, F., ... &

Dell'Osso, L. (2007). Romantic attachment in patients with mood and anxiety disorders. *CNS spectrums*, 12(10), 751-756.

Miranda, L. C., & Banhato, E. F. C. (2008). Qualidade de vida na terceira idade: a influência da participação em grupos. *Revista Psicologia em pesquisa*, 2(1).

<https://doi.org/10.24879/200800200100420>

Ornish, D., Scherwitz, L. W., Billings, J. H., Gould, K. L., Merritt, T. A., Sparler, S., ... &

Brand, R. J. (1998). Intensive lifestyle changes for reversal of coronary heart

disease. *Jama*, 280(23), 2001-2007.

Sathyanarayana Rao T S. Psychobiology of love and sexual relationships in elderly:

issues in management. *J Geriatr Ment Health*. 2016;3:91-99.

<http://www.jgmh.org/text.asp?2016/3/2/91/195598>. Accessed June 22, 2020

(1) (PDF) *Nosology of the Sexual Dysfunctions: Are They Appropriate to Older Adults?*. Available from:

https://www.researchgate.net/publication/343718009_Nosology_of_the_Sexual_Dysfunctions_Are_They_Appropriate_to_Older_Adults [accessed Dec 12 2021]

Schneider, R. H., & Irigaray, T. Q. (2008). O envelhecimento na atualidade: aspectos cronológicos, biológicos, psicológicos e sociais. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 25(4), 585–593. <https://doi.org/10.1590/s0103-166x2008000400013>

Silva C. A., Menezes M. R., Santos, Ana C. P. O., Carvalho, L. S. & Barreiros, E. X. (2006). Relacionamento de amizade na instituição asilar. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, 27(2), 274-83.

Vecchia, R. D., Ruiz, T., Bocchi, S. C. M., & Corrente, J. E. (2005). Qualidade de vida na terceira idade: um conceito subjetivo. *Revista brasileira de epidemiologia*, 8, 246-252.

<https://www.scielo.br/j/rbepid/a/xGcx8yBzXkJyWxv3cWwXGdw/?format=pdf&lang=pt>

Wilson, R.S., Krueger, K.R., Arnold, S.E., Schneider, J.A., Kelly, J.F., Barnes, L.L., Tang, Y. & Bennett, D.A. (2007). Loneliness and risk of Alzheimer disease. *Archives of General Psychiatry*, 64(2).