

# INFLUÊNCIA DA TRAJETÓRIA DE VIDA NO PROCESSO DO ENVELHECIMENTO

## INFLUENCE OF LIFE TRAJECTORY IN THE PROCESS OF AGING

Patrícia Figueiredo Assis Macedo

Kelly Cristina Atalaia da Silva

**Resumo.** A longevidade tem implicações na vida do indivíduo. Assim, será analisada de que forma se manifesta a influência da trajetória de vida no processo do envelhecimento. Este trabalho utilizou a pesquisa bibliográfica e sistemática a partir de revisão de artigos, livros e capítulos de livros. O objetivo foi investigar os conceitos e compreender os elementos que caracterizam a trajetória de vida e entender a forma pela qual os autores como Nietzsche e Frankl abarcam o sentido da vida e sua relação com a velhice. Pode-se concluir que a busca para encontrar o sentido da vida perpassa pelo significado dos acontecimentos ao longo da vida do sujeito, sofrendo influência da resiliência e da plasticidade para questões relacionadas à qualidade de vida.

**Palavras-chave:** velhice; sentido da vida; qualidade de vida; resiliência; *life-span*.

**Abstract.** The longevity has implications for the life of the person. So, will be analyzed how the influence of the life path manifests in aging process. This study used a systematic and bibliographic research from the review of articles, books and book chapters. The objective of this article was to investigate the concepts and understand the elements that characterize the trajectory of life and understand the way in which authors such as Nietzsche and Frankl cover the meaning of life and its relation to old age. It can be concluded that the search to find the meaning of life cross the meaning of events throughout the life of the subject being influenced by resilience and plasticity to issues related to life quality.

**Keywords:** elderly; meaning of life; life quality; resilience; life-span.

No Brasil, e em inúmeros países em desenvolvimento, vem sucedendo um crescimento na população idosa de forma rápida e progressiva. Considerada uma etapa do desenvolvimento humano, a velhice é reconhecida como um processo sociovital e multifacetado (Dawalibi, Anacleto, Witter, Goulart & Aquino, 2013).

Este fenômeno de crescimento gera atenção de pesquisadores pelo interesse ligado às questões de qualidade de vida dos idosos e promoção de políticas públicas. Assim, a qualidade de vida se torna um tema importante para a promoção de saúde física e mental e para o bem-estar social dessa faixa etária (Carneiro, Falcone, Clark, Prette & Prette, 2007). O conceito de qualidade de vida é subjetivo e varia de acordo com a percepção do indivíduo, de sua posição na vida, de sua inserção num contexto específico e em uma cultura carregada de valores. Essa percepção está relacionada a diversos fatores que abrangem a dimensão biológica, psicológica e social do indivíduo. (Dawalibi et al., 2013).

Envelhecer não é necessariamente sinônimo de doença e inatividade. Deve-se levar em consideração diversos fatores essenciais para um envelhecimento satisfatório. Por exemplo, pensar na saúde física e mental, na independência da vida diária, no apoio familiar, na interação social, na independência econômica, entre outros elementos influenciadores no processo do envelhecimento (Lima, Silva & Galhardoni, 2008).

Este estudo tem como foco evidenciar a relação da trajetória de vida do sujeito no processo do envelhecimento a partir do paradigma *life-span*, que analisa o envelhecimento a partir de um processo multideterminado e heterogêneo, afirmando que o desenvolvimento cognitivo, além de precisar ser estudado em um contexto multidisciplinar, é um processo que se dá por toda a vida (Scoralick-Lempke & Barbosa, 2012). A pesquisa tem como objetivos revisar na literatura os elementos que estão associados à qualidade de vida na velhice, como resiliência e plasticidade na terceira idade, compreender estes elementos que caracterizam a trajetória de vida para a velhice a partir da perspectiva *life-span* e analisar de que forma se manifesta a influência da trajetória de vida na qualidade de vida do idoso. Buscar-se-á, também,

entender a forma pela qual os autores como Friedrich Nietzsche e Viktor E. Frankl abarcam o sentido da vida e sua relação com a velhice.

## MÉTODO

Este trabalho utilizou a pesquisa bibliográfica e sistemática a partir de revisão de artigos, livros e capítulos de livros. Todos foram relacionados através das palavras-chave: velhice, sentido da vida, qualidade de vida, resiliência, plasticidade e *life-span*.

Foram selecionados, através da pesquisa sistemática, 24 artigos, 3 livros e 4 capítulos de livros relacionados à temática em questão. Desses artigos, 11 foram utilizados e também 3 livros e 4 capítulos de livros. Os critérios de seleção foram: o idioma (que o material fosse escrito em português) e que os artigos fossem gratuitos e disponibilizados em base de dados online. Por outro lado, foram excluídos artigos que estivessem em outro idioma senão o português, artigos por redundância de tema, dessa forma, sendo realizada uma leitura prévia dos resumos. Não foi levado em consideração o período de publicação, já que além de artigos recentes foram utilizadas publicações mais antigas dos autores Friedrich Nietzsche e Viktor Frankl.

## RESULTADO E DISCUSSÃO

### CONTEXTUALIZAÇÃO DA VELHICE

O presente artigo parte da definição de “idoso” tendo como base o Estatuto do idoso<sup>i</sup> (2003) art 1º, que considera idoso todo aquele com idade igual ou superior a 60 anos de idade. Percebe-se que o crescimento da população idosa é um fato mundial (Pereira et al., 2003 como citado em Carneiro, et al., 2007). O Brasil, assim como inúmeros países europeus, vem passando por processos, nas últimas décadas, de queda das taxas de fecundidade, aumento da esperança de vida, e queda de mortalidade infantil, gerando como consequência mudanças na estrutura da faixa etária, caminhando para um aumento da população idosa (Camarano & Kanso, 2013).

Pode-se perceber tais eventos a partir dos dados do IBGE (2016). A taxa de fecundidade, entre 2005 e 2015, caiu de 2,09 para 1,72 filhos por mulher. No mesmo período, a esperança de

vida ao nascer aumentou de 72,0 para 75,4 anos. Além disso, as taxas de mortalidade infantil diminuíram de 29,0 para 13,8 mortes por mil habitantes nascidos vivos, entre 2000 e 2015.

Historicamente a velhice é considerada uma fase do desenvolvimento humano de perdas e inatividade (Duarte, 1999). Ainda que a velhice ocorra de formas diferenciadas entre pessoas, há um declínio das funções biológicas e sociais, com a presença de doenças e limitações físicas, acarretando um aumento da dependência com o passar do desenvolvimento do sujeito. (Neri, 2004). Contudo, ao longo dos anos, os idosos vêm participando cada vez mais de atividades sociais, de cultura e lazer desenvolvendo melhores condições de saúde (Duarte, 1999).

#### DESENVOLVIMENTO AO LONGO DA VIDA - LIFE-SPAN

A perspectiva *Life-Span*, tendo Paul P. Baltes como um dos autores mais expressivos dessa abordagem, destaca-se por considerar as múltiplas temporalidades e dimensões no desenvolvimento humano, compreendendo esse processo como contínuo e de diferentes mudanças, regidas por influências biológicas, sociais e de natureza normativa e não normativa (Neri, 2006). Além disso, um dos pontos centrais deste paradigma consiste na concepção de que o desenvolvimento das capacidades cognitivas ocorre durante toda a vida, até mesmo na velhice, a partir de treinos cognitivos e ambientes estimulantes (Scoralick-Lempke & Barbosa, 2012).

Contribuindo com o paradigma do curso da vida, que acredita que o indivíduo e o ambiente são mutuamente influenciadores e que as habilidades, conhecimentos, funções e atitudes do indivíduo são adquiridas em dado momento de sua vida (Neri, 2013), o *life-span* identifica algumas classes de influências biosociais. São elas: a) as influências normativas graduadas por idade, b) por história e c) as não-normativas.

As primeiras são os fatores previsíveis de ordem biológica e genética que tendem a ocorrer na mesma época e com mesma duração para a maioria dos indivíduos. Os fatores graduados por história envolvem eventos previsíveis de mudanças psicossociais as quais são determinadas pelos processos de socialização de certo contexto histórico e social. Essa influência não é

independente das influências normativas por idade, uma vez que elas se relacionam e também abarcam tarefas e expectativas sociais em determinadas faixas etárias como o ingresso na escola, casar, ter filhos e aposentar por idade. Por sua vez, a influência não-normativa se dá a partir de eventos inesperados, podendo ser de caráter biológico ou social. Por exemplo, a viuvez na idade adulta, a morte de um filho, a perda de um emprego ou uma doença inesperada (Neri, 2013).

O impacto desses eventos não-normativos é considerável, uma vez que interrompe o curso de vida gerando condições de desafios, sobrecarga dos recursos sociais e individuais. Além disso, os efeitos a longo prazo que estes fatos irão causar na vida do sujeito dependerão da forma como ele irá lidar com determinada situação, ou seja, seu enfrentamento, o significado que ele conceberá a este evento e a capacidade adaptativa a situações (Neri, 2006).

#### *Velhice: Qualidade de Vida, Resiliência e Plasticidade*

O avanço da idade pode acarretar doenças, limitações físicas, psíquicas e sociais. Porém, se esses idosos envelhecerem com mais autonomia e independência, boa saúde física e com desempenhos em papéis sociais, a qualidade de vida pode ser muito satisfatória (Paschoal, 2013).

O termo “boa qualidade” tem significados diferentes. Leva em consideração pessoas, lugares, ocasiões e cultura. O conceito de qualidade de vida tem variado de época, país, cultura e classe. Como, por exemplo, após a Segunda Guerra Mundial a OMS (Organização Mundial de Saúde) redefiniu a saúde incorporando a ideia de bem-estar físico, social e emocional, criando uma discussão a respeito da possibilidade de se medir o bem-estar. O conceito foi desenvolvendo e se associando ao crescimento econômico, desenvolvimento social, boas condições de saúde, moradia, educação, transporte e trabalho (Paschoal, 2013).

Os indicadores foram ampliados incluindo as taxas de mortalidade infantil, esperança de vida, nível de escolaridade, violência e saneamento básico. Porém, foi ficando mais claro que somente esses indicadores não estavam sendo suficientes para definir o que era qualidade de vida e desta forma deveria valorizar a opinião

do próprio indivíduo, uma vez que, sendo dono de sua própria vida, seria ele quem deveria avaliar a qualidade da mesma (Paschoal, 2013).

Dessa maneira, a Organização Mundial de Saúde, redefine o termo “qualidade de vida” como sendo a percepção do indivíduo acerca de sua posição na vida, incluído em uma cultura, com valores, objetivos, expectativas, padrões e preocupações específicas (Fleck et al., 2000 como citado em Carneiro et al., 2007).

Associada a essa satisfação com a vida, a resiliência vem sendo explicada como recursos individuais que levam a um comportamento de enfrentamento, atuando como um fator de proteção às adversidades e aos problemas com os quais o indivíduo se depara no desenvolvimento ao longo de sua vida, ou seja, dos eventos não-normativos explicados pelo paradigma *life-span*. A resiliência pode ser desenvolvida a partir de intervenções e programas de desenvolvimento em diversas áreas do funcionamento humano como cognição, emoção e afetividade (Fontes, 2010). Ela pode mudar em decorrência do grau da dificuldade, ou da relação com o meio e o contexto no qual o indivíduo se encontra inserido, modificando sua resposta dependendo da circunstância (Fontes, 2010). Dessa forma, Neri (2013, p. 109) acredita que “quanto maior o senso de controle sobre o evento, menor a chance de se desenvolver problemas de adaptação, tais como sintomas depressivos, isolamento social, doenças somáticas e dependência”.

Além da capacidade de enfrentamento, os eventos não-normativos vão requerer uma constante mudança adaptativa que inclui o aumento, a diminuição ou a manutenção de determinado comportamento ou capacidade, isto é, a plasticidade do indivíduo. Esta será influenciada pelas condições histórico-culturais que vão refletir na organização do curso de vida do sujeito (Neri, 2006).

Diante disso, a resiliência e a plasticidade individual refletem na promoção do funcionamento psicossocial e bem estar subjetivo do idoso, ou seja, sua qualidade de vida, mesmo com a presença dos declínios cognitivos e perdas biológicas e sociais acarretadas pelo próprio envelhecimento (Neri, 2006).

SENTIDO DA VIDA: NIETZSCHE E FRANKL

Nietzsche (1844-1900), em seu livro *Assim falava Zaratustra* (2012), nos traz ideias em relação ao homem e a vida. O filósofo acredita que se há vida, há vontade, mas não vontade de vida, e sim vontade de domínio e de poder. Para ele a vida humana deve ser algo preocupante, pois considera ser sempre vazia de sentido, na qual um trovão, uma tormenta, pode ser fatal, pois o sentido das coisas foi dado pelo próprio homem com a finalidade de se conservar um sentido humano. Nietzsche ainda acredita que a vida não é mais que sofrimento, que o indivíduo fraco é aquele que não consegue suportar o sofrimento e as dores da existência, e precisa de algo para justificá-lo e dar sentido à sua vida, podendo ser uma verdade, um ideal ou uma crença (Bôas, 2009).

Outro conceito que deve ser destacado no pensamento de Nietzsche é o *niilismo*, um fenômeno de depreciação dos valores que, segundo o entendimento de Bôas (2009), tem sua origem na moral, mais especificamente na moral cristã, onde os valores mais altos são desconsiderados. A palavra vem do termo alemão *unheimlich*, que consiste no prefixo “*un*” designando basicamente uma negação, na raiz “*heim*” que parte do significado de lar, casa, domicílio ou pátria, e no sufixo “*lich*” que caracteriza a palavra como um adjetivo (Bôas, 2009). Bôas (2009) atenta para a importância do significado da raiz (lar, casa, domicílio ou pátria). Analisando o prefixo de negação e o significado da raiz como refúgio, a acepção deste conceito revela uma condição de desprotegido. Esse refúgio, essa casa confiável e preciosa nada mais é que o “ideal ascético”, entendido como uma resposta ao sofrimento causado pela falta de sentido da existência.

Essa falência dos valores nos remete, ao entendimento de Nietzsche, como o evento da morte de Deus, o que não consiste exatamente na existência ou não de um ser superior, mas numa catástrofe espiritual, um abalo na visão de mundo e de pessoa, uma vez que o homem acreditava que sua existência ganhava sentido e agora experimenta a vida a partir do ponto de vista do niilismo, com a sensação de que tudo é em vão (Bôas, 2009)

Sem a sustentação em achar uma justificativa ou uma resposta para os dramas da

existência, o homem se encontra no abandono, na solidão, impotente. Apesar de toda essa visão, Nietzsche ainda acredita que o homem não entende o niilismo em sua completude, pois mesmo depois da morte de Deus, ele resiste em abandonar o hábito de confiar a sua existência a algum valor supremo e que justifique o sentido de sua vida e continua acreditando em sua sombra. Dessa forma, chama este fenômeno de niilismo incompleto. Em contrapartida, o niilismo completo se caracteriza pela tomada de consciência a respeito da ausência de sentido, uma tomada de consciência tão profunda na qual o indivíduo não se permite mais se assegurar em uma auto-ilusão. (Bôas, 2009)

Em contraposição a Nietzsche, Viktor Emil Frankl (1905-1997), discípulo de Freud e Adler, criou a Logoterapia, considerada a terceira escola de Viena (Minozzo, 2013). Esta teoria é uma psicoterapia centrada no sentido, ou seja, a busca pelo sentido da vida é a força primária e motivadora do ser humano. Seu questionamento e sua busca são constantes nos seres humanos (Minozzo, 2013).

De acordo com Frankl, pode-se encontrar o sentido a partir de três formas: criando um trabalho ou praticando um ato; experimentando algo como a bondade, a verdade ou a natureza, e amando alguém; ou através das atitudes que tomamos em relação ao sofrimento, isto é, a maneira como lidamos e enfrentamos o sofrimento que é inevitável. Além disso, para esta teoria é necessário procurar reconstruir o interior da pessoa, orientando-a se agarrar num alvo futuro, tendo um motivo para suportar o sofrimento (Frankl, 2004).

#### SENTIDO DA VIDA E ENVELHECIMENTO

O sentido da vida difere de indivíduo para indivíduo e de momento para momento. Ele pode se modificar, porém, nunca vai deixar de existir segundo a visão de Frankl (2010), o que leva à “vontade de sentido”, que motiva o ser humano. Para Nietzsche (2012), essa força motivadora é a “vontade de poder”, pois acredita que a vida não é mais que sofrimento e vazia de sentido; a força do ser humano é direcionada ao domínio e ao poder.

Numa linha próxima a Frankl, Minozzo (2013, p. 124) afirma que “falar sobre o sentido da

vida com os idosos é acolhedor, de fácil compreensão e, por ser extremamente pessoal, possibilita a interatividade, [...] elementos essenciais para práticas educativas [...] envolvidos no cuidado em saúde”.

Dessa forma, os estudos sobre o sentido da vida na velhice ainda são muito recentes. Minozzo (2013) acredita que os idosos são sujeitos que possuem uma história de vida e atribuições de significados para suas existências a partir das suas vivências ligadas a sua trajetória de vida. Assim, a vontade de sentido está presente na essência humana, na existência pessoal e vai ser influenciada por fatores que podem levar a pessoa a encontrar o sentido para sua vida, como: a valorização do que é importante para o indivíduo; suas escolhas e decisões que envolvem a responsabilidade por sua vida; e o significado dos acontecimentos de sua vida diária.

Minozzo (2013) citando Frankl, atenta para a importância de crescimento através do sofrimento, mas que esse crescimento pessoal está relacionado à forma como a pessoa o enfrenta, uma vez que, Frankl (1989 como citado em Amaro, 2013) se referia a resiliência como uma força desafiadora do espírito.

Em relação ao sofrimento, Frankl (1990 como citado em Amaro, 2013, p. 54) afirma que este é inerente ao ser humano, e não está relacionado, necessariamente, à doença, uma vez que a pessoa pode sofrer sem estar doente e estar doente sem estar sofrendo, e até mesmo que o não-sofrer pode ser uma doença. Dessa forma, pensando na possibilidade de encontrar sentido diante da inevitabilidade do sofrimento, pode-se associar a resiliência à Logoterapia, uma vez que, a partir do momento em que o homem necessita enfrentar situações ao passar por adversidades na vida, qualquer humano que encontra o sentido na vida e no sofrimento apresenta um comportamento resiliente (Amaro, 2013).

Em contraste com Frankl que acreditava que a vida tem sentido em quaisquer circunstâncias (Frankl, 2004), tem-se a posição de Nietzsche, que assinala que a vida não é mais que sofrimento, uma vida vazia de sentido, onde a força humana vai ser direcionada a vontade de poder e domínio. Além da ideia de que o homem fraco é o que não suporta o sofrimento, que busca uma justificativa para o sofrimento causado pela

falta de sentido da existência (Bôas, 2009). Assim, observa-se a relação com a perspectiva de idosos que se assolam na apatia e na falta de sentido em suas vidas ao percorrerem e entrarem na fase do envelhecimento.

Foram explicitadas duas abordagens distintas de cunho existencialista que permitem perceber a diferença de posicionamento diante das adversidades presentes no processo de envelhecimento. Dessa forma, é diretamente proporcional ao envelhecimento e à sua qualidade de vida a maneira pela qual o idoso vai lidar com os acontecimentos ao longo da trajetória de sua vida e sua responsabilidade sobre eles (Minozzo, 2013), além da capacidade de enfrentamento e adaptação para lidar com novas situações, conceitos centrais na perspectiva *life-span* (Scoralick-Lempke & Barbosa, 2012). Como exemplo, cita-se a proximidade com a morte, e com ela, diferentes formas de lidar com sua chegada, dando-lhe sentido ou negando-lhe sentido.

#### CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir da análise da revisão de literatura percebeu-se que a população idosa vem crescendo e, concomitante a ela, a necessidade de pensar nas questões relacionadas à qualidade de vida. Foi visto que a socialização, o aumento da inserção do idoso em atividades na sociedade, o desenvolvimento de autonomia e independência e os cuidados com a saúde física e psíquica do idoso são formas de promoção de qualidade de vida.

A partir da perspectiva *life-span*, foi percebido que o desenvolvimento humano passa por mudanças que são regidas por influências de cunho biológico e social categorizadas por influências normativas ou não-normativas. Os eventos não-normativos vão exigir do sujeito uma capacidade de adaptação e enfrentamento às situações adversas ocorridas ao longo da trajetória de sua vida. Assim, é necessário e importante abarcar o tema de resiliência e plasticidade como influenciadoras do processo do envelhecimento e de sua qualidade de vida.

Na questão relacionada à vida e ao seu sentido, foram apresentadas duas visões bem distintas deste tema. A de Friedrich Nietzsche com a força humana direcionada a vontade de domínio e de poder, e a visão de que a vida é vazia de sentido e não mais que sofrimento, e que o homem fraco não suporta este sofrimento e precisa de um ideal, de algo no além para seu sofrimento ser justificado. Por outro lado, a visão de Viktor E. Frankl, que considera o sentido da vida como força primária e motivadora do ser humano, uma vez que acredita que, se a vida tem sentido, a morte e o sofrimento também terão. Além disso, a busca para encontrar o sentido da vida perpassa também pelo significado dos acontecimentos ao longo da vida para o sujeito.

Assim encontra-se, novamente, a influência da resiliência para questões relacionadas à qualidade de vida e a busca pelo sentido da vida. Diante disso, pode-se perceber que autores como Minozzo afirmam a importância de se tratar questões relacionadas ao sentido da vida com os idosos.

Observa-se que a resiliência não é diretamente proporcional à quantidade de ocorrências de eventos adversos, uma vez que, mesmo pessoas que tenham passado por mais situações não-normativas que outras, não quer dizer que elas desenvolveram essa capacidade de enfrentamento e de adaptação melhor do que aquelas.

Este artigo apresenta limitações por não abarcar a totalidade de uma revisão de literatura, mas espera-se que este trabalho possa contribuir para estudos posteriores nas áreas de interesse, buscando explorar a influência da trajetória pessoal do indivíduo em sua qualidade de vida, uma vez que tais associações poderão ser de grande contribuição, compreensão e conhecimento sobre a velhice. Outra contribuição relaciona-se à expansão da visão de Nietzsche e Viktor Frankl sobre o processo de envelhecimento, uma vez que o estudo acerca do sentido da vida na velhice ainda é pouco explorado e reconhecido pelos profissionais da área da Psicologia.

<sup>i</sup> Lei promulgada pela Presidência da República. Casa Civil. Subchefia para Assuntos Jurídicos. Art. 1º. Título I.

Disposições Preliminares. Dispõe sobre o Estatuto do Idoso e dá outras providências.

## REFERÊNCIAS

- Amaro, L. da S. (2013). Resiliência em Paciente com câncer de mama: o sentido da vida como mecanismo de proteção. *Logos & Existência*, 2(2), 147-161. Recuperado em 19 de março de 2016, da Revista Logos & Existência: <http://periodicos.ufpb.br/ojs2/index.php/le/index/>
- Bôas, J. P. S. V. (2009). Niilismo e vontade de verdade no pensamento de Nietzsche. *Trágica: Estudos sobre Nietzsche*, 2(1), 73-93. Recuperado em 07 de junho de 2016, da Revista Trágica: <http://www.tragica.org/>
- Camarano, A. A. & Kanso, S. (2013). Envelhecimento da População Brasileira: uma contribuição demográfica. In Freitas, E. V., Py, L. (Eds), *Tratado de geriatria e gerontologia* (3a edição, pp. 133-152). Rio de Janeiro: Guanabara Koogan.
- Carneiro, R. S., Falcone, E., Clark, C., Prette, Z. D. & Prette, A. D. (2007). Qualidade de vida, apoio social e depressão em idosos: Relação com habilidades sociais. *Psicologia: Reflexão e crítica*, 20(2), 229-237. Recuperado em 19 de março de 2016, da SciELO (Scientific Electronic Library Online): <http://www.scielo.br/scielo/>
- Dawalibi, N. W., Anacleto, G. M. C., Witter, C., Goulart, R. M. M. & Aquino, R. de C. de. (2013). Envelhecimento e qualidade de vida: análise da produção científica da Scielo. *Estudos de Psicologia*, 30(3), 393-403. Recuperado em 19 de março de 2016, da SciELO (Scientific Electronic Library Online): <http://www.scielo.br/scielo/>
- Duarte, R. L. S. (1999). Idade Cronológica: mera questão referencial no processo de envelhecimento. *Estudos Interdisciplinares sobre o envelhecimento*, 2, 35-47. Recuperado em 19 de março de 2016, de Estudos Interdisciplinares sobre o envelhecimento: <http://www.seer.ufrgs.br/index.php/RevEnvelhecer/issue/view/343/>
- Frankl, V. E. (2004). *Em busca de sentido: Um psicólogo no campo de concentração*. (19a ed.). Petrópolis: Vozes e Sinodal.
- Frankl, V. E. (2010). *Psicoterapia e Sentido da Vida: Fundamentos da Logoterapia e Análise Existencial*. (5a ed.). São Paulo: Quadrante.
- Fontes, A. P. (2010). Resiliência, segundo o paradigma do desenvolvimento ao longo da vida (life-span). *Kairós*. Caderno temático 7, 8-20. Recuperado em 19 de março de 2016, da Revista Eletrônica da PUC-SP: <http://revistas.pucsp.br/>
- IBGE, (2016). Síntese de Indicadores Sociais: Uma análise das condições de Vida da População Brasileira, *Estudos e Pesquisas*, nº 36. Recuperado em 20 de janeiro de 2017, da Biblioteca do IBGE: <http://biblioteca.ibge.gov.br/>
- Lima, A.M.M. de., Silva, H.S. da. & Galhardoni, R. (2008). Envelhecimento bem-sucedido: trajetórias de um constructo e novas fronteiras. *Interface*, 12(27), 795-807. Recuperado em 19 de março de 2016, da SciELO (Scientific Electronic Library Online): <http://www.scielo.br/scielo/>
- Minozzo, L. (2013). Matriz de referência teórica. In Freitas, E. V., Py, L. (Eds), *Em busca do sentido da vida na terceira idade: caminhos da cura da depressão através da Psicoeducação* (pp. 29-62). Porto Alegre: WS Editor.
- Neri, M. L. (2004). Velhice bem-sucedida: aspectos afetivos e cognitivos. *Psico-USF*, 9(1), p. 109-110. Recuperado em 19 de março de 2016, da SciELO (Scientific Electronic Library Online): <http://www.scielo.br/scielo/>
- Neri, A. L. (2006). O legado de Paul B. Baltes à Psicologia do Desenvolvimento e do Envelhecimento. *Temas em Psicologia*, 14(1), p. 17-34. Recuperado em 19 de março de 2016, de Periódicos Eletrônicos em Psicologia: <http://pepsic.bvsalud.org/>

- Neri, A. L. (2013). Teorias Psicológicas do Envelhecimento – Percurso Histórico e Teorias Atuais. In Freitas, E. V., Py, L. (Eds), *Tratado de geriatria e gerontologia* (3a edição, pp. 102-118). Rio de Janeiro: Guanabara Koogan.
- Nietzsche, F. (2012). *Assim Falava Zaratustra: Um livro para toda gente e para ninguém*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira. (Trabalho original publicado em 1883).
- Paschoal, S. M. P. (2013). Qualidade de Vida na Velhice. In Freitas, E. V., Py, L. (Eds). *Tratado de geriatria e gerontologia*. (3a edição, pp. 185-195). Rio de Janeiro: Guanabara Koogan.
- Scoralick-Lempke, N. N. & Barbosa, A. J. G. (2012). Educação e Envelhecimento: Contribuições da perspectiva *Life-Span*. *Estudos de Psicologia*, 29 (supl.), pp. 648-655. Recuperado em 21 de março de 2016, da SciELO (Scientific Electronic Library Online): <http://www.scielo.br/scielo/>

## SOBRE AS AUTORAS

**Patrícia Figueiredo Assis Macedo.** Possui graduação em Psicologia pela Fundação Educacional Machado Sobrinho (2016). Pós-graduação em Logoterapia e Análise Existencial pela UCP-Petrópolis. Tem experiência na área de Psicologia, com ênfase em Psicologia Clínica.

**Kelly Cristina Atalaia da Silva.** Possui graduação em Psicologia pela Universidade Federal de Juiz de Fora (2004). É mestre em Ciências Médicas pela Universidade do Estado do Rio de Janeiro (2006), mestre em Neurociência e Biologia do Comportamento pela Universidad Pablo de Olavide (Sevilla-España; 2007), mestre em Neuropsicologia Clínica pela Universidad Pablo de Olavide (Sevilla-España; 2011) e doutora em Neurociências pela Universidad Pablo de Olavide (Sevilla-España; 2014). Tem experiência na área de Psicologia, com ênfase em Neurociência, atuando principalmente nos seguintes temas: epidemiologia, saúde coletiva, avaliação neuropsicológica, testes e instrumentos de avaliação psicológica, psicometria, processos de envelhecimento, reabilitação neuropsicológica, neuroimagem e terapia cognitivo-comportamental.