

DM  
BAPT/MI

INSTITUTO SUPERIOR DE PSICOLOGIA APLICADA  
MESTRADO EM PSICOPATOLOGIA E PSICOLOGIA CLÍNICA

TESE DE MESTRADO


Virtudes e desvantagens do envelhecimento  
à luz do texto proverbial português: Cruzamentos  
da psicologia popular com a psicologia científica

Nuno José de Almeida Baptista – N° 12847


ORIENTADOR: Prof. Doutor António M. Diniz

*Instituto Superior de Psicologia Aplicada*


2006



ISPA



17803



ISPA Instituto Superior de Psicologia Aplicada

Curso de  
Documentação

Registo: 17803  
Data: 31/10/2008

Tel.: 21 631 17 51 • [lib@ispa.ispa.pt](mailto:lib@ispa.ispa.pt)

# ÍNDICE

AGRADECIMENTOS .....	iii
RESUMO .....	iv
INTRODUÇÃO .....	1
1. DESCRIÇÕES DA CRENÇA .....	5
1.1. Crenças .....	5
1.2. Estereótipos .....	7
1.3. Representações Sociais .....	13
1.4. Provérbios .....	14
2. ENVELHECIMENTO E CICLO-DE-VIDA .....	19
2.1. Breve caracterização sócio-demográfica dos idosos portugueses .....	19
2.2. Perspectiva unitária do desenvolvimento – Erikson .....	22
2.3. Perspectiva focal do desenvolvimento – Baltes .....	26
2.4. Resultados de estudos sobre pessoas idosas .....	36
2.5. Estereótipos relativos às pessoas idosas .....	49
3. FORMULAÇÃO DO PROBLEMA .....	55
4. MÉTODO .....	57
4.1. Considerações sobre a análise de conteúdo .....	57
4.2. Selecção e constituição do <i>corpus</i> .....	60
5. PROCEDIMENTO DE CLASSIFICAÇÃO DOS PROVÉRBIOS .....	63
5.1. Primeira etapa: pré-categorias e codificação inicial .....	63
5.2. Segunda etapa: recodificação do <i>corpus</i> .....	66
5.3. Terceira etapa: concordância inter-juízes .....	68

5.4. Quarta etapa: estabilidade intra-codificador .....	70
5.5. Quinta etapa: estabilidade intra-codificador e concordância inter- -codificadores .....	71
6. RESULTADOS .....	73
6.1. Conotações positivas, negativas e neutras dos provérbios .....	73
6.2. Referentes dos provérbios (quanto ao género) .....	75
7. DISCUSSÃO .....	79
8. CONCLUSÕES .....	97
REFERÊNCIAS .....	99
INDICE DE QUADROS	
Quadro 1 – Distribuição dos provérbios pelas sub-categorias (tonalidade) .....	75
Quadro 2 – Distribuição dos provérbios pelas sub-categorias (referentes) .....	77
INDICE DE ANEXOS	
Anexo 1 – <i>Corpus</i> inicial .....	109
Anexo 2 – <i>Corpus</i> organizado em sub-categorias .....	115
Anexo 3 – Classificação dos provérbios .....	123

## AGRADECIMENTOS

A todos os que, de uma e outra forma, tornaram possível a realização do presente trabalho, expresso os meus mais sinceros agradecimentos.

Ao Professor Doutor António Diniz, o meu especial reconhecimento pela solicitude, empenho e dedicação exemplar na orientação desta dissertação de mestrado.

A todos os meus amigos, cujas inúmeras manifestações de apoio e incentivo nos períodos difíceis que tive de enfrentar foram muito importantes.

À minha família pela sabedoria, por todas as sugestões e pelo apoio incondicional ao longo deste percurso académico.

## RESUMO

As crenças são formadoras de comportamentos, orientando-os. Mais especificamente, as crenças associadas à idade repercutem-se num conjunto de atitudes perante um aspecto que toca a todos: o envelhecimento. Os idosos são frequentemente vítimas de idadismo, produzindo-se sobre eles juízos e estereótipos que, enquanto crenças que permitem a categorização, marcam diferenças e semelhanças entre grupos etários. Seguindo a noção de representação social, gera-se uma forma de pensamento na sociedade que reflecte um conjunto de crenças, produtoras de comportamentos e modeladoras da conduta dos idosos. Os provérbios são um exemplo destes tipos de crenças. Característicos da sabedoria popular, traduzem estereótipos que correspondem a representações construídas pelos falantes de uma língua. Também nos provérbios portugueses está presente a questão do envelhecimento. Pretendemos comparar os discursos da Psicologia Popular e da Psicologia Científica relativamente aos idosos. Para esse efeito, coligimos os provérbios portugueses sobre o envelhecimento e os idosos, com vista à constituição de um *corpus* que, através da Análise de Conteúdo, possibilitou a construção de um conjunto de categorias que traduzem a visão da Psicologia Popular sobre os mesmos. Comparámos os resultados obtidos com os resultados de diversos estudos científicos. Verificámos que, em certos aspectos, o conhecimento científico contradisse o conhecimento popular, os estereótipos, acerca do envelhecimento e dos idosos. Lançámos, ainda, pistas para futuros desenvolvimentos deste trabalho.

## INTRODUÇÃO

A proporção de pessoas idosas na população total tem vindo a aumentar. Portugal não é excepção. Tem-se verificado uma modificação da pirâmide etária e espera-se que entre 2010 e 2015 ocorra uma inversão da pirâmide de idades, com o número de idosos a ultrapassar o número de jovens (Instituto Nacional de Estatística, 1999, 2002). Apesar da longevidade não ter aumentado, a esperança média de vida tem vindo a aumentar com o melhoramento das condições sociais e avanços da medicina. A velhice constitui um período particular do desenvolvimento humano. Notemos, por exemplo, que enquanto na adultícia as perdas cognitivas são lentas e progressivas, na velhice, as perdas cognitivas começam a tornar-se pontuais e abruptas, principalmente na quarta idade (Baltes et al., 1999). Será que, apesar de todas as possíveis perdas na velhice, podemos considerar a existência de ganhos na velhice?

Pretendemos verificar a correspondência entre as crenças populares, à luz das representações colectivas, tal como as definiu Durkheim (1995), e os dados fornecidos ao nível do campo científico. Houve, assim, o intuito de analisar as convergências e as divergências entre o que nos diz a Psicologia acerca dos idosos e o que emergiu do *corpus* de provérbios portugueses relativo aos mesmos, com vista a observar a relação entre a Psicologia Popular e a Psicologia Científica nesta matéria. Recorremos a duas grandes referências no estudo psicológico do ciclo-de-vida, nomeadamente Erikson (1959, 1980, 1997) e Baltes (1979, 1983, 1987, 1991; Baltes & Baltes, 1990; Baltes et al., 1999; Baltes, Dixon, & Heckhausen, 1989; Baltes, Lindenberger, & Staudinger, 1998; Baltes, Lindenberger, & Staudinger, 1999; Baltes & Mayer, 1999; Baltes & Smith, 1999). Foi abordada a perspectiva unitária do desenvolvimento de Erikson, à qual corresponde uma planificação normativa do mesmo ligada à idade, descrevendo

estádios com características particulares para cada etapa. A sua perspectiva epigenética do desenvolvimento assenta na associação da idade com a estrutura social ou, por outras palavras, no que a sociedade, em termos estruturais, “obriga” os sujeitos em cada classe de idades ou estádios. Considerámos, ainda, a perspectiva focal de Baltes, que toma como influentes no desenvolvimento a existência de aspectos relativos à idade e aspectos relativos aos aspectos sociais, mas também aspectos não-normativos. Este autor preocupou-se com as alterações que certos eventos e processos têm sobre o desenvolvimento.

Recorremos a diversos estudos realizados em Portugal e no estrangeiro, até ao culminar da revisão da literatura. Percorremos, ainda, diversas bibliotecas com vista a uma pesquisa exaustiva de uma série de colectâneas de provérbios portugueses que nos permitiu reunir no *corpus* inicial 254 provérbios. Daí decorreu um rigoroso processo de análise e selecção dos provérbios com vista à criação de categorias. Isto foi feito com base num procedimento aberto, portanto receptivo à emergência de categorias a partir do *corpus*, e definindo as categorias, construindo temas, com base em critérios de saturação teórica e de repetição. Recorremos também a um procedimento fechado, com o recurso a pré-categorias. Em suma, aplicámos um procedimento “misto”.

No capítulo 1, abordaram-se os vários constructos que remetem para as crenças ou conhecimentos do senso-comum, desde a concepção americana de estereótipos à concepção francesa de representação social, e analisou-se a importância dos provérbios como transmissores de um saber popular e de um conjunto de crenças ancoradas na realidade colectivamente partilhada.

No capítulo 2, apresentaram-se dados estatísticos sobre o envelhecimento, bem como diversos modos de comportamentos individual, familiar e social dos idosos, considerando a questão do género. Desenvolveram-se duas importantes perspectivas do

desenvolvimento (a de Erikson e a de Baltes) e, de forma aprofundada, apresentaram-se resultados de estudos científicos sobre pessoas idosas, para além de estereótipos frequentemente associados a idosos.

No capítulo 3, formulou-se o problema do nosso estudo e, deste modo, apresentou-se a questão essencial que moveu a realização deste trabalho e que se encontra sintetizada no título deste trabalho.

No capítulo 4, teceram-se as considerações sobre a Análise de Conteúdo, que constituiu o instrumento do nosso estudo, e apresentou-se o modo de selecção e constituição do *corpus* que possibilitou o processo de categorização.

No capítulo 5, explicou-se o processo conducente à elaboração de categorias, desde a selecção criteriosa de provérbios até à definição das mesmas. Foi revelado, pois, o processo de análise dos provérbios, de modo a ser possível a replicação do nosso estudo.

No capítulo 6, apresentaram-se os resultados obtidos em função da categorização dos provérbios seleccionados. Os provérbios foram distinguidos conforme a sua conotação positiva, negativa ou neutra, e considerados segundo o referente de cada um deles: masculino, feminino ou impessoal.

No capítulo 7, discutiram-se os resultados obtidos à luz da informação oriunda da Psicologia Científica acerca dos idosos.

Nas conclusões, reflectimos sobre a utilidade do nosso estudo na compreensão da realidade dos idosos portugueses, por intermédio dos provérbios. Salientámos, ainda, a necessidade de se levarem a cabo estudos que melhor denotem essa relação e sugerimos alguns que possibilitem o aprofundamento e uma melhor compreensão da velhice.

# 1. DESCRIÇÕES DA CRENÇA

## 1.1. CRENÇAS

Kreitler e Kreitler (1982) referiram-se à teoria da orientação cognitiva para vincarem a forma como o comportamento é guiado pela cognição. “É este sistema cognitivo, nomeadamente significados e operações com significado, que decide o curso da acção” (Kreitler & Kreitler, 1982, p. 103). Os autores defenderam que as crenças são de importância basilar para a formação de intenções comportamentais e correspondem a “unidades cognitivas que são potencialmente orientadoras em relação ao comportamento” (Kreitler & Kreitler, 1982, p. 111). São encaradas como unidades cognitivas independentes que dispõem de um potencial de orientação, que se torna mais forte na conjugação com outras crenças. Os autores explicaram o desenvolvimento da teoria da orientação cognitiva com base no entendimento da predição e modificação do comportamento humano e no “pressuposto de que as cognições afectam o comportamento” (Kreitler & Kreitler, 1993, p. 75). Os conteúdos cognitivos são vistos a guiar o comportamento humano. Eles definiram quatro tipos de crenças: crenças sobre objectivos, crenças sobre as regras e normas, crenças sobre o *self* e crenças gerais. As crenças sobre objectivos expressam informação sobre acções, estados ou objectos desejados ou indesejados pelo indivíduo, enquanto as crenças sobre as regras e normas se referem a acções, estados ou objectos permitidos ou proibidos, necessários ou desnecessários para o indivíduo. As crenças sobre o *self* remetem para informação acerca do próprio sobre hábitos, acções e sentimentos e habilidades, na forma como o indivíduo vê o passado, presente e futuro. Por último, as crenças gerais remetem para a percepção que se tem dos outros e do ambiente, nomeadamente estados, eventos, objectos, relações, etc.

Prandi defendeu que o “acto de crer” se refere geralmente a “um domínio de atitudes, de modalidades de relação com a realidade, que não encontram, por parte dos sujeitos individuais ou colectivos que as realizam, uma tematização explícita ou, em todo o caso, uma capacidade de racionalização coerente com um referente cultural definido” (Prandi, 1997, p. 229).

Os idosos, como grupo, são frequentemente vítimas de idadismo, ou seja, sujeitos a preconceitos e discriminação com base em crenças negativas sobre o envelhecimento. Nesse sentido, “são veiculadas muitas vezes crenças de que os idosos, como grupo, são tacanhos de espírito, não muito espertos, sem interesse sexual, e pouco hábeis em fazerem coisas” (Neto, 1999, p. 298). Oliveira (1999) fez referência aos trabalhos de Kite, Deaux e Miele para destacar os estereótipos ou preconceitos da idade, inclusive mais pronunciados do que os do sexo.

No decorrer da história da humanidade, os idosos foram, durante muito tempo, subvalorizados, até que a importância da sabedoria com base na experiência de vida os remeteu para outro grau de importância. Belmont (1997) destacou, por exemplo, os hotentotes seminómadas da África meridional, cujos anciãos têm um papel fulcral no âmbito cerimonial pelo conhecimento que têm das várias etapas de vida. Adquirem, portanto, o seu prestígio enquanto mestres-de-cerimónias, revelando um saber do qual são dotados, associando a longevidade à virtude. Belmont (1997, p. 154) afirmou que, nalgumas culturas, as crenças relativas à infância e à velhice apresentam uma certa simetria que “está sem dúvida na base da ideia (...) segundo a qual a morte é um nascimento, ou um renascimento, e a velhice, o início deste rejuvenescimento”. Os idosos são comparados às crianças pela impotência, não-independência e necessidade de cuidados. Esta perspectiva, juntamente com a do idoso sábio e útil, contribui para a ambivalência relativamente à velhice. Relativamente ao fenómeno de crença associado

à idade, muitos idosos podem não se sentir velhos, devido ao processo de negação que, segundo Belmont (1997, p. 163-4), não visa “tanto o tempo decorrido como o facto de que ele aproxima inelutavelmente da morte”. Para além do próprio na avaliação da idade e no processo de crença que é inerente à formulação da idade, muitas vezes, é “do exterior que vem a revelação da nossa idade, revelação essa que pode provocar traumas mais ou menos graves: surpresa, escândalo, depressão” (Belmont, 1997, p. 164).

## 1.2. ESTEREÓTIPOS

Bardin (1977, p. 51) definiu o estereótipo como a “ideia que temos de...”, a imagem que surge espontaneamente, logo que se trate de... É a representação de um objecto (coisas, pessoas, ideias) mais ou menos desligada da sua realidade objectiva, partilhada pelos membros de um grupo social com uma certa estabilidade”. O autor salientou a função económica das representações pré-existentes com carácter substitutivo das informações recolhidas ou percebidas. Cabe aos estereótipos racionalizar os preconceitos, imbuídos de um cariz afectivo e emocional, e, enquanto constitutivos de uma estrutura cognitiva, orientar a informação recolhida.

Existem, no que toca ao desenvolvimento adulto, perspectivas comuns dentro e ao longo dos grupos etários, que correspondem a expectativas resultantes de estereótipos relativos à idade. Segundo Diniz (2004, p. 76), a definição tradicional de estereótipo corresponde a “uma matriz de opiniões com características de rigidez e homogeneidade (...) e mais frequentemente conotada negativamente do que positivamente”. Esse consenso de crenças reflecte, segundo Baltes (1989, p. 119), “o partilhado impacto da socialização e da estratificação etária numa dada sociedade,

fornecendo limitações comuns nos horários do desenvolvimento, oportunidades estruturais, e valores normativos”.

McGarty, Spears e Yzerbyt (2002) consideraram os estereótipos ajudas à explicação, meios de poupança de energia – na senda das concepções de Allport – e crenças partilhadas pelo grupo. Por um lado, os estereótipos dever-se-iam formar para reduzir o esforço por parte do interpretador e, deste modo, constituírem dispositivos de poupança de tempo e energia, ajudando à explicação. Esta ideia articula-se, segundo os autores supracitados, com as concepções de Allport de que as pessoas têm capacidades limitadas quanto ao processamento de informação, num mundo complexo que coloca enormes exigências nessa capacidade limitada. Esta conjuntura incita o indivíduo a “tomar atalhos e a adoptar percepções parciais e erróneas acerca do mundo. Os estereótipos são apenas um exemplo de parcialidades que se podem desenvolver” (McGarty et al., 2002, p. 4). Por outro lado, o estereótipo ajuda o interpretador a encontrar um sentido da situação. Segundo os autores, esta concepção é consonante com o trabalho de Tajfel de que estereotipar é uma instância do processo de categorização. “A categorização é um processo cognitivo pelo qual detectamos (...) diferenças e semelhanças” (...) [entre os grupos. Ou seja, o processo de categorização detecta e acentua semelhanças e diferenças relevantes. Por outro lado,] “a formação de estereótipos envolve a percepção ou codificação da nova informação, mas também alista conhecimento anterior” (McGarty et al., 2002, p. 3). Por último, prevê-se que os estereótipos se formem em função das normas ou visões aceites pelos grupos sociais a que o indivíduo pertence. Os estereótipos partilhados permitem compreender os comportamentos de um grupo em relação a outro. Enquanto crenças normativas, os estereótipos agem de forma a coordenar o comportamento dos membros do grupo. McGarty e colaboradores (2002, p. 10) consideraram o estereótipo “um conjunto de

crenças associadas”, ou seja, um sistema de conceitos que se interrelacionam e que permite aos indivíduos a percepção de outros grupos. Por esse motivo, geram-se comportamentos consensuais dentro de cada grupo, na relação com grupos externos. Os autores questionaram-se acerca dos motivos de formação dos estereótipos. Começaram por afirmar que a demarcação de diferenças entre os grupos fornece um sentido de realidade, a partir das diferenças encontradas pelo observador. Por outro lado, a demarcação dessas diferenças pode contribuir para uma identidade social positiva, através do realçar das dimensões dos membros de um grupo interno em relação a um grupo externo. Para além destes motivos, “o estereotipar serve funções pragmáticas pela produção de juízos que são adequados em determinados níveis diferentes” (McGarty et al., 2002, p. 8). Os autores salientaram que os estereótipos são consensuais e que o que os torna mais importantes é o facto de constituírem crenças partilhadas por várias pessoas. Por outro lado, os estereótipos estabelecem a acção permitida, pois, enquanto crenças, representam uma pré-condição necessária para a acção colectiva, quer para o protesto quer para o cumprimento da lei.

Segundo McGarty (2002), o estereótipo consiste na combinação de vários aspectos. Por um lado, refere-se à rotulação de um grupo e à percepção de que os membros do grupo interno são muito semelhantes, por oposição aos membros de um grupo externo. Por outro lado, consiste na acumulação de conhecimentos daqueles grupos. Os estereótipos baseiam-se nas categorias das pessoas e permitem que as suas características sejam partilhadas por uma grande quantidade de pessoas. De facto, a categorização permite o estabelecimento de diferenças entre os grupos e de semelhanças dentro dos grupos. “Isto levou a propor uma definição do estereótipo como um conjunto de limitações entre o conhecimento acerca de um grupo, o uso explícito de etiquetas

acerca dos membros do grupo e a percebida equivalência dos membros do grupo” (McGarty, 2002, p. 16).

Saarnio e Slotterback (1996) interrogaram de que forma os jovens adultos vêem os idosos e procuraram compreender a natureza das atitudes em relação ao envelhecimento e aos idosos. Consideraram os idosos sob a influência de atitudes que, a serem negativas, conduzem a idadeísmo e práticas discriminatórias em relação aos mesmos. Segundo os autores não existe uma imagem clara das atitudes dos jovens adultos em relação aos idosos, mas salientaram que essa imagem é predominantemente negativa. Predomina o estereótipo que evidencia marcada deterioração das habilidades intelectuais, considerando-os infelizes e pouco aptos a participar em actividades físicas. Os autores salientaram que “há uma série de estudos que descobriram que as atitudes em relação aos idosos são melhor descritas como neutras (...), mistas (...), ou mesmo ligeiramente positivas” (Saarnio & Slotterback, 1996, p. 563), o que põe em questão a prevalência das atitudes negativas. Consideraram as atitudes sob a influência dos tipos de instrumentos de atitudes e dos tipos de atributos dos idosos. Através da análise de diversos estudos, consideraram três categorias principais dos atributos da pessoa: a cognitiva, relativa a habilidades intelectuais e processamento de informação, a pessoal-expressiva, relativa a estados mentais, atitudes, ou relações sociais, e a categoria física, relativa à aparência física, estados físicos, ou movimento físico. Na categoria cognitiva é associado aos idosos sabedoria, apesar da perda de alguns aspectos da memória e de velocidade do processamento de informação. Somente na categoria física se verificou uma tendência crescente de negatividade com o aumento do alvo etário e atitudes consistentes em relação aos idosos. Os autores concluíram que as atitudes dirigidas aos idosos são relativamente mais negativas que as dirigidas aos jovens adultos e aos adultos de meia-idade, mas que essa negatividade não diz respeito a todos os aspectos e

situações que envolvem os idosos. O estudo mostra ainda que “o tipo de tarefa atitudinal e os tipos de atributos avaliados afectam a quantidade de negatividade e os padrões de atitudes que são encontrados” (Saarnio & Slotterback, 1996, p. 568).

As crenças relativas aos idosos nem sempre são constantes, podendo variar em função de alguns factores. Hillman e Stricker (1996) exemplificaram a variabilidade de atitudes em relação aos idosos num estudo sobre o papel social dos avós. Verificaram uma discrepância entre as atitudes gerais dirigidas aos idosos e as atitudes atribuídas aos avós. Estes são descritos como generosos, contentes, orientados para a família, amorosos e sábios. As atitudes positivas atribuídas aos avós são explicadas pela atribuição de atitudes com base no papel social dos avós em vez do nível etário destes. Existe, assim, a atribuição de um “papel social positivo associado aos avós” (Hillman & Stricker, 1996, p. 77).

Num estudo sobre as identidades etárias, Harwood, Hummert e Lin (2004) apresentaram uma análise de conteúdo baseada em mensagens *on-line*. Segundo os autores do estudo, as identidades etárias sociais e pessoais não são percebidas como estáticas, mas constantemente negociadas e renegociadas num determinado contexto, sujeitas aos estereótipos sociais da idade. Salientaram que os estereótipos convencionais relativamente aos idosos tendem a ser mais negativos que os associados aos jovens. A identidade etária coaduna-se com a Teoria da Identidade Social (TIS) de Tajfel (1978), segundo a qual “as pessoas são motivadas a avaliar positivamente a sua identidade de grupo de forma a protegerem os seus auto-conceitos” (Harwood et al., 2004, p. 263). Particularmente, os idosos reconstróem o significado psicológico da idade de forma a obterem uma identidade pessoal e social positivas. De acordo com a TIS, os grupos socialmente em desvantagem recorrem a diversas estratégias de *coping* para alcançarem uma identidade de grupo mais positiva. Dois desses métodos são a criatividade social e

a mobilidade social. Um exemplo de criatividade social consiste na criação de uma identidade positiva de ocupação activa, contra os estereótipos etários de declínio. A estratégia de mobilidade social enunciada pelos autores consiste na resistência ao envelhecimento, através do ênfase no desejo de juventude e traços jovens. Os idosos colocam-se no mesmo plano dos adolescentes, jovens adultos e adultos de meia-idade, rejeitando completamente a sua idade.

Pinquart (2002) estudou a forma como os estereótipos etários negativos dados por adolescentes desconhecidos influenciam as auto-percepções dos idosos e as percepções dos idosos em geral. Os autores partiram de duas teorias: a teoria da etiquetagem e a teoria da resiliência. Segundo a teoria da etiquetagem, os estereótipos etários negativos associados à idade conduzem a uma percepção negativa das pessoas idosas, com consequente auto-percepção negativa nos idosos e declínio da auto-estima. Segundo a teoria da resiliência, os estereótipos etários negativos não deterioram as auto-percepções, pois, apesar da ameaça dos estereótipos negativos às auto-percepções positivas dos idosos, estes podem protegê-las. O autor concluiu que “os idosos usam os estereótipos etários negativos mais como uma referência padrão para uma comparação com o declínio (*downward comparison*), em vez de os integrarem nas suas próprias auto-percepções” (Pinquart, 2002, p. 317). De acordo com teoria da resiliência, os idosos protegem as suas auto-percepções, rejeitando a informação estereotipada da idade. Apenas numa minoria de idosos isso não acontece. Estes aceitam os estereótipos etários negativos, uma vez que já dispõem de auto-percepções negativas.

### 1.3. REPRESENTAÇÕES SOCIAIS

Contrariamente à noção de estereótipo (estudada mais no âmbito da investigação americana sobre atitudes), o conceito de representação social (estudada no âmbito da tradição francófona de investigação sobre representações colectivas) centra-se sobretudo em fontes documentais e na análise de conteúdo, e não tanto em questionários, como acontece no estudo dos estereótipos.

Antes de Moscovici propor a noção de representação social, Durkheim (1995) propôs a noção de representação colectiva, transmitindo a ideia do pensamento organizado em função da vida social. Ou seja, a vida social revela-se produtora de representações colectivas que, enquanto factos sociais, constituem fonte de autoridade para os indivíduos. Segundo Diniz, tais representações correspondem a “uma forma de pensamento social geral (senso-comum)” (Diniz, 2004, p. 105) e que “podem ser designadas de crenças colectivas” (Diniz, 2004, p. 106), dado que traduzem outra realidade que não a individual.

Moscovici introduziu a noção de representação social de forma a actualizar a noção de representação colectiva, definindo-a como “o equivalente, na nossa sociedade, dos mitos e sistemas de crenças das sociedades tradicionais; podem ainda ser vistas como a versão contemporânea do senso-comum” (Moscovici, cit. in Vala, 1997, p. 354). Esta concepção permitiu interpretar a realidade em termos de conhecimento socialmente concebido e partilhado, gerador de uma realidade comum a um grupo social. “Um sistema de categorização e de interpretação comuns e uma linguagem partilhada são condições para que a comunicação se possa processar. As representações sociais são assim o suporte básico dos actos comunicativos” (Vala, 1997, p. 365). Segundo Moscovici (1976, p. 43), as representações sociais “constituem uma

organização psicológica, uma forma particular de conhecimento na nossa sociedade”. São unidades dinâmicas produtoras de comportamentos, destinadas à interpretação do real e permitem um conhecimento maior do que o que a maioria emprega na vida quotidiana. “Elas determinam o campo de comunicações possíveis, os valores e as ideias presentes partilhadas pelos grupos e regem, por consequência, as condutas desejáveis ou admitidas” (Moscovici, 1976, p. 49). Através das representações sociais, as convenções e os hábitos do grupo são confirmados, possibilitando um ordenamento das atitudes, pondo em prática os valores que habitam uma dada sociedade. As representações sociais condensam uma representação colectiva e têm como função resolver os problemas, dar uma forma à interacções sociais e fornecer um molde à conduta.

#### 1.4. PROVÉRBIOS

Os provérbios reflectem uma forma de aceder a crenças colectivas ou representações sociais. Anteriores a 2500 a.C. no antigo Egipto, os provérbios serviam na China e na Índia como transmissores da moral e das ideias filosóficas, enquanto os hebreus e os gregos passaram a utilizá-los literariamente (Abreu, Lacerda, & Lacerda, 2000). Os autores salientaram que o provérbio era considerado, até aos séculos XVII e XVIII, uma “qualquer locução ou expressão tida como de uso comum” (Abreu et al., 2000, p. XIII), e que a partir do séc. XIX passou a ter várias designações: ditado, adágio, etc. Segundo os autores, actualmente o provérbio é encarado como “uma sentença completa e independente – em geral de criação anónima –, que exprime, muitas vezes de modo metafórico, um pensamento, um preceito, uma advertência, um

conselho...” (Abreu et al., 2000, p. XIII). Entendidos como sabedoria das nações, os provérbios são vistos como uma série de fórmulas fixas de verdades eternas que traduzem um conjunto de normas de comportamento resultantes da experiência do povo. Hsee, Sokolowska e Weber (1998) consideraram os provérbios produtos culturais que, enquanto portadores da sabedoria popular, proporcionam conselhos vastos acerca de uma cultura, através dos quais são transmitidas normas e valores que influenciam os membros desse sistema cultural. Esses enunciados, fixados sob a forma de dados mnésicos, são considerados produtos culturais a partir do momento em que são acolhidos por uma comunidade.

Lopes (1995, p. 78) atribuiu aos provérbios o estatuto de “instrumentos de socialização ou veículos de coesão social, na medida em que plasmam uma experiência e um saber que alicerçam as representações simbólicas e as normas de conduta da vida comunitária”. Segundo Shapin (in Diniz, 2004, p. 110), “as proposições proverbiais são usadas para regular o juízo e a acção em situações particulares de juízo e acção”.

Segundo Lopes (1995), na concepção da escola soviética, nomeadamente de Permjakov e Žolkovskij, os provérbios são entendidos como signos de um sistema semiótico particular. “Estes autores admitem implicitamente que a comunidade associa aos provérbios interpretações estáveis, que não coincidem com o significado literalmente expresso” (Lopes, 1995, p. 89). Consideram-nos sistemas modelizantes secundários; sistemas modelizantes enquanto conjunto de signos passíveis de serem organizados, obedecendo a códigos lógico-temáticos e retóricos específicos que estruturam o mundo e que assumem “funções gnoseológicas e comunicativas” (Lopes, 1992, p. 47); secundários pois assumem este lugar relativamente a uma dada língua pertencente a uma dada cultura. Entre as críticas a este modelo, Ninno (1997) indicou-nos as de Krikmann e Kirshenblatt-Gimblett. Segundo Krikmann (1974), quer

Permjakov quer Žolkovskij analisam os provérbios independentemente do contexto. Este autor defendeu que a interpretação do provérbio só pode ser efectuada tendo em conta o contexto. Semanticamente indefinido, o provérbio não tem uma significação rígida e fixa. Dependendo do contexto, pode assumir um ou outro significado. “Enquanto texto mínimo, o provérbio é fundamentalmente um objecto verbal, e como tal deve ser analisado” (Lopes, 1992, p. 442). Por seu lado, Kirshenblatt-Gimblett (1973) evidenciou que existem diferentes interpretações de um mesmo provérbio, o que prova a influência do contexto na significação do provérbio. Acresce, ainda no mesmo sentido das críticas feitas por estes autores, que Beitel e Gibbs (1995) destacaram que o estudo dos psicólogos sociais acerca dos provérbios incidiu sobre os aspectos normativos de como as pessoas pensam e se comportam em situações sociais. Encarados como modos de reflexão sobre aspectos do comportamento humano, os ditos proverbiais “podem ser melhor pensados não como verdadeiros ou falsos, mas como aplicáveis ou não aplicáveis, dada a situação em que se encontram” (Beitel & Gibbs, 1995, p. 135).

Os provérbios têm a potencialidade de traduzir estereótipos que correspondem a representações construídas pelos falantes de uma língua. Segundo Lopes (1992, p. 66), essas representações são “ancoradas nas suas crenças, nas suas percepções empíricas, no seu conhecimento de senso-comum”. Enquanto geradores de estereótipos, os provérbios traduzem o conhecimento colectivo comum pela cristalização de características a instâncias típicas de objectos ou eventos. Esse carácter estereotípico fornece aos provérbios um carácter normativo (social) de prescrição de comportamentos e uma dimensão de crenças colectivas partilhadas pelos falantes de uma comunidade. Segundo Lopes (1992, p. 346), o conhecimento de senso-comum partilhado pelos provérbios “alicerça as expectativas dos membros da comunidade e configura o contexto

conversacional epistémico que fundamenta grande parte dos raciocínios inferenciais e esquemas argumentativos dos membros da comunidade”. Como sugeriu Diniz (2004, p. 112), interpretando os provérbios e analisando o seu conteúdo “poderemos aceder às crenças colectivamente partilhadas por uma dada comunidade: ‘representações colectivas’, na terminologia de Durkheim (1995a) ou ‘representações sociais’, na de Moscovici”.

## 2. ENVELHECIMENTO E CICLO-DE-VIDA

### 2.1. BREVE CARACTERIZAÇÃO SÓCIO-DEMOGRÁFICA DOS IDOSOS PORTUGUESES

A velhice, juntamente com a idade adulta, constitui uma das fases da vida mais descuradas no âmbito da investigação científica em Psicologia, a qual, na maioria das vezes, se centra na psicopatologia. O desenvolvimento humano e o desenvolvimento psicológico estiveram confinados ao estudo da infância e da adolescência até ao aparecimento da Psicologia do Ciclo-de-Vida, que salientou as especificidades relativas ao desenvolvimento adulto. A vida adulta passou a corresponder a uma área de interesse. Enquanto alguns estudiosos incidiram nas estruturas e períodos de transição da vida adulta, como Levinson (1986), outros, como Erikson (1959, 1980, 1997), acrescentaram o estudo do desenvolvimento da identidade e, no caso de Baltes (1989; Baltes & Baltes, 1990; Baltes & Mayer, 1999; Baltes & Smith, 1999), por exemplo, a sabedoria tornou-se mais uma área de interesse a exigir um estudo mais aprofundado.

Em geral, a partir dos 65 anos as pessoas são consideradas idosas. Como refere Novo (2003), a partir dos 65 anos, muitas mulheres consideram-se de meia-idade, enquanto outras se situam na velhice. Diz-nos a autora, no entanto, que “entre os 70 e os 75 anos há uma tendência a designarem-se a si próprias como ‘velhas’ ou ‘idosas’” (Novo, 2003, p. 83). Os americanos, segundo Busse (in Novo, 2003, p. 83) subdividem a velhice em três grupos: “*elderly* para as pessoas entre os 65 e os 75 anos, *aged* a partir dos 75 e *very old* a partir dos 90”. Em 1992, a Comissão das Comunidades Europeias, após a realização de um estudo sobre ‘Idade e Atitudes’, propôs uma nova designação de ‘quarta idade’ para os 75 e mais anos, devido à desadequação da expressão ‘terceira idade’ (50-74 anos), considerando o aumento da esperança de vida (Instituto Nacional de Estatística, 2002). Em Portugal, as pessoas consideradas idosas são as que possuem

idade igual ou superior a 65 anos, que corresponde à idade da reforma. O envelhecimento demográfico português, ou seja, o aumento da proporção de pessoas idosas na população portuguesa em geral, é visível na modificação da pirâmide etária, “quer pela base (...), com a diminuição da população jovem, quer pelo topo com o incremento da população idosa” (Instituto Nacional de Estatística, 1999, p. 8). A previsão é a de que o número de idosos ultrapasse o número de jovens entre 2010 e 2015, provocando uma inversão da pirâmide de idades. Entretanto, no seio da população idosa o crescimento não é homogéneo, pois a partir de 1981 o ritmo de crescimento mais acelerado verificou-se na população com 85 e mais anos. Este ritmo de crescimento mais forte nas idades mais avançadas retrata o envelhecimento da própria população idosa (Instituto Nacional de Estatística, 1999). Note-se, ainda, que “a população idosa é predominantemente feminina” (Instituto Nacional de Estatística, 1999, p.73), aumentando esta tendência com o avançar da idade. Em consequência, “as diferenças entre a relação de masculinidade da população total e da população idosa são bem evidentes: 93.4 e 72.4, respectivamente” (Instituto Nacional de Estatística, 2002, p. 190).

Segundo o Instituto Nacional de Estatística, os contactos com amigos e familiares na população idosa são pouco regulares, e a maioria dos idosos não pertence a nenhuma organização social ou cultural. Os idosos estão votados a um isolamento físico e psicológico, o que faz da solidão um problema bastante actual na população idosa, “com efeitos geralmente perniciosos relativamente ao seu bem-estar e saúde” (Instituto Nacional de Estatística, 2002, p. 201). Nos idosos, verifica-se um decréscimo para os cerca de 36% na frequência diária de reuniões com amigos ou familiares, tendo em conta o maior afastamento físico. “O viver só é uma característica essencialmente feminina: em 1998 mais de um quarto das mulheres idosas vivia deste modo, enquanto

apenas 9.9% dos homens idosos estava na mesma situação” (Instituto Nacional de Estatística, 1999, p. 8). A partir do Censo de 2001 apontou-se para 65% das famílias unipessoais constituídas por mulheres (independentemente do escalão etário). Ainda segundo o Instituto Nacional de Estatística, são, no entanto, os indivíduos do sexo masculino que revelam uma maior desvantagem na situação de viver só.

Quanto às taxas de nupcialidade dos idosos, registaram-se “mais elevadas nos homens (1.8 em 1991 e 1.5 em 1998) do que nas mulheres (0.6 em 1991 e 0.5 em 1998)” (Instituto Nacional de Estatística, 1999, p.23). São sobretudo os homens idosos que mais casam, e mais cedo que as mulheres, relativamente ao tempo que medeia entre a dissolução do último casamento e o novo casamento.

Quanto aos níveis de instrução da população idosa, segundo o Instituto Nacional de Estatística (2002), mais de metade da população com 65 e mais anos (55.1%) não tem qualquer nível de instrução, o que é mais acentuado na população idosa feminina (64.7% das mulheres contra 41.3% dos homens)..

Relativamente aos níveis de actividade física, a maioria dos idosos despende um baixo nível de esforço físico. “Dados relativos aos indivíduos com 65 e mais anos (89.7%) e para ambos os sexos mostram que 91.1% dos homens e 88.6% das mulheres costumam praticar *actividades que exigem pouco esforço físico*, como sejam, ler ou ver televisão” (Instituto Nacional de Estatística, 1999, p. 30). Estes dados são consistentes com os obtidos no Censo de 2001 que indicam que, “no que respeita a actividades de lazer, (...) a quase totalidade das pessoas mais velhas vê televisão (cerca de 98% de homens e 94% de mulheres), e fã-lo diariamente (cerca de 89% para ambos os sexos)” (Instituto Nacional de Estatística, 2002, p. 199). Muitos deles passam o dia sentados ou andam muito pouco e somente “3.3% dos homens e 1.7% das mulheres admitiram fazer exercício físico regular” (Instituto Nacional de Estatística, 1999, p. 41). Segundo o

Instituto Nacional de Estatística (1999, p. 73), a falta de exercício físico poderá constituir “um factor revelador da diminuição da qualidade de vida do idoso”. No Censo de 2001 apurou-se que “a maioria das mulheres (48.1%) se situa ao nível do esforço mais reduzido, que corresponde a *estar habitualmente sentado e andar pouco*, enquanto a maioria dos homens (48.7%) se situa no nível 2: *estar em pé ou andar bastante sem ter que levantar ou transportar objectos muitas vezes*” (Instituto Nacional de Estatística, 2002, p. 202).

As mulheres idosas perspectivam o seu estado de saúde de modo mais precário que os homens. Através dos resultados do Inquérito Nacional de Saúde de 1998/1999 apurou-se 12.7% das mulheres para 7.2% dos homens que afirmaram que o seu estado de saúde é muito mau, e 6.5% das mulheres para 14.5% dos homens que indicaram ter um bom estado de saúde (Instituto Nacional de Estatística, 2002). O Censo de 2001 apontou que as mulheres idosas vivem mais anos, mas têm associado à esperança de vida um maior número de incapacidades comparativamente aos homens (Instituto Nacional de Estatística, 2002).

Em suma, a população idosa incorpora “baixos níveis de instrução, baixos rendimentos, isolamento físico e social, baixa participação social e cívica, a que se juntam condições de saúde, de habitação e conforto desfavoráveis” (Instituto Nacional de Estatística, 2002, p. 203).

## 2.2. PERSPECTIVA UNITÁRIA DO DESENVOLVIMENTO – ERIKSON

Erikson elaborou uma concepção do desenvolvimento com base em tarefas de vida e traçou um percurso comum a todos os indivíduos. Tratou-se, portanto, de uma

perspectiva unitária do desenvolvimento. No modelo de Erikson (1959, 1980, 1997) são distinguidas oito idades da vida ou tarefas de vida relativas a mudanças críticas no decorrer da idade. Pretende-se que essas tarefas sejam bem dominadas a fim de conduzirem a um desenvolvimento óptimo do indivíduo. Através da resolução bem sucedida das oito crises que surgem durante o ciclo-de-vida, o sujeito conseguirá desenvolver uma identidade total. Esta concepção abre portas à possibilidade de ganhos relativos ao desenvolvimento, o que pode verificar-se também nos idosos. Esta fase do desenvolvimento caracteriza-se, segundo Erikson (1980, 1997), pelo aparecimento de dois grupos de duas tendências opostas, ou seja, integridade *versus* desespero e sabedoria *versus* desgosto. Erikson considerou que na última etapa do ciclo-de-vida o indivíduo reflecte acerca do que foi a sua vida e incorpora as memórias e as experiências em crenças significativas acerca do mundo e da vida, sujeitando-se a uma crise de integridade *versus* desespero. Deste modo, os idosos tanto podem desenvolver um ciclo-de-vida negativo como positivo, em que a integridade e a sabedoria constituem os objectivos de desenvolvimento da idade adulta. A sabedoria é entendida como o culminar da resolução positiva da crise final do ciclo-de-vida e permite integrar a experiência de vida, apesar do declínio de capacidades na velhice. Através da sabedoria, o self recebe um acréscimo qualitativo que não põe de parte os sentimentos de desesperança, mas contribui, ainda assim, para um equilíbrio promotor do desenvolvimento da integridade. A sabedoria não é pertença exclusiva da última fase de vida, como nos diz Novo (2003, p. 165) referindo-se ao princípio da antecipação de Erikson que “sugere que a integridade e a sabedoria não emergem completamente na velhice. Ao longo do ciclo-de-vida, expressões antecipatórias ou formas rudimentares destas qualidades ou forças do *self* tiveram lugar”. Segundo Novo, o período final é apenas onde se dá o culminar da possibilidade de integração. Erikson (1980, 1997)

considerou a integridade, traço sintónico dominante no último estágio de vida, como um estado mental em que o indivíduo aceita o seu ciclo-de-vida, defendendo a dignidade do seu próprio estilo de vida. Para que se dê a integridade do eu é necessária a realização positiva dos sete estádios precedentes. A contrapor à integridade do ego encontra-se o desespero e um medo inconsciente de morte, em que o indivíduo não aceita o ciclo-de-vida como definitivo. “O desespero expressa o sentimento de que o tempo é curto, demasiado curto para a tentativa de começar outro ciclo-de-vida e experimentar caminhos alternativos para a integridade” (Erikson, 1980, p.104-5). A acompanhar o desespero encontra-se o desgosto perante as instituições, os outros e o próprio. Na velhice, o equilíbrio entre a integridade e o desespero não depende apenas da experiência de vida até essa altura, mas também da forma como o idoso integra neste estágio as experiências anteriores.

Erikson (1997, p. 65), referindo-se ao potencial da integridade na união dos elementos de uma vida focou a associação idoso-criança, afirmando que “se, não obstante, o idoso em alguns pormenores se torna de novo criança, a questão é se esta ‘mudança’ é em direcção a uma infantilidade com sabedoria ou a uma infantilidade limitada. (O velho pode tornar-se, ou querer tornar-se, demasiado velho demasiado cedo ou permanecer demasiado novo demasiado tempo.)” O pioneirismo de Erikson residiu no facto de ser o primeiro teórico a conceptualizar o ciclo-de-vida como organizador da vida adulta, permitindo uma concepção evolutiva do ser humano desde o nascimento até à morte. Criou etapas do desenvolvimento caracterizadas por “crises” que exigem tarefas psicológicas para cada período da vida, à medida que o self se vai desenvolvendo. Segundo Baltes e colaboradores (1998), o que Erikson designou por integridade do ego e que outros autores, como Loevinger e Vaillant, designaram por maturidade, pode ser percebido como um ganho ou competência no

desenvolvimento individual. Baltes e colaboradores (1998, p. 1099) fizeram referência a estudos que comprovam, por exemplo, “que os adultos mais velhos parecem mais hábeis a lidar com as suas emoções e a lidar com as questões emocionais”.

Segundo Elder (1998), Erikson desenvolveu uma teoria do ciclo-de-vida baseado em oito estádios psicossociais de um ciclo-de-vida psicológico e Levinson formulou uma teoria de estruturas de vida, mas se o primeiro “viu principalmente o sistema cultural e social da posição vantajosa do desenvolvimento do organismo” (Elder, 1998, p. 944), o segundo “ignorou variações na estrutura social e cultura durante o tempo histórico” (Elder, 1998, p. 944). Segundo o autor, as transições psicossociais continuariam, assim, limitadas às mudanças etárias. Faltava, no entanto, um conjunto de averiguações mais aprofundadas acerca das mudanças ambientais para o desenvolvimento individual.

A rememoração do passado, referiu Novo (2003), tem uma grande importância psicológica. A autora referiu os argumentos de Pollock que “defende que o recordar o passado ajuda o indivíduo a manter o sentido de continuidade entre o passado e o presente, ponte temporal que favorece o sentido da individualidade da personalidade” (Novo, 2003, p. 132). Já Kohut, segundo Novo (2003), abordou o sentido de realização psicológica da recordação das lembranças. Os argumentos de Perlmutter e Hall, revistos por Novo (2003), vão no sentido da valência defensiva do processo de revisão de vida, em que os indivíduos “reelaboram o passado de modo a criar uma imagem mítica do *self* que sirva de protecção ao conceito de si actual” (Novo, 2003, p. 133). Esta perspectiva é consonante com a conceitualização teórica de Erikson da integridade à luz de uma redefinição do *self*, contrapondo-se ao medo perante a morte e desespero na velhice. A última etapa de vida, designada por Erikson de ‘integridade-desespero’, representa precisamente a dinâmica da relação entre acontecimentos, experiências e

comportamentos entre o passado e o presente. Frequentemente, a relação dos idosos com o passado é encarada de uma forma distorcida, desfavorecendo os idosos, exacerbando a relação destes com a revisão de vida e reconciliação com o passado, no sentido de correcção dos erros percepcionados. A abordagem de Erikson da última fase de vida vai mais além daquela ideia tendenciosa, porque se o sujeito não se desenvolvesse num contexto relacional e apenas vivesse para o passado e não no mundo externo e para o mundo externo, a sua saúde psicossocial ficaria comprometida. Portanto, para além da aceitação das omissões e dos erros do passado, a integridade possibilita à velhice um novo recomeço. O idoso, apesar de saber que dispõe de um futuro limitado, não se encontra obrigatoriamente impedido de se interessar pelo mundo externo e de estabelecer relações interpessoais, promotoras de saúde psicossocial. A própria noção de generatividade associada ao idoso insiste na ideia de realização pessoal através do investimento nos papéis e funções actuais. Os sujeitos não só enriquecem o self, como se preocupam com os outros, com o presente, com o futuro, em que os papéis assumidos “fornecem ao idoso as oportunidades sociais essenciais para viver a ‘grande generatividade’ nas relações quotidianas, com pessoas de todas as idades” (Erikson et al., cit. in Novo, 2003, p. 354).

### 2.3. PERSPECTIVA FOCAL DO DESENVOLVIMENTO – BALTES

Enquanto que Erikson, através da descrição e relação entre períodos ou estádios do desenvolvimento, criou a base do conhecimento acerca do desenvolvimento do ciclo-de-vida (Baltes, Lindenberger, & Staudinger, 1999), Baltes adoptou uma perspectiva acerca do desenvolvimento diferente da de Erikson. Considerou, para além das

influências normativas ligadas à idade, influências normativas ligadas à história social e influências não-normativas sobre o desenvolvimento (Baltes, 1991). As concepções que se seguiram a Erikson foram as concepções focais, tais como a metateoria do ciclo-de-vida de Baltes. Ao contrário das anteriores, estas focam-se numa categoria do comportamento ou mecanismo para descrever as mudanças nos mecanismos e processos associados à categoria seleccionada (Baltes, Lindenberger, & Staudinger, 1999).

Com a Psicologia do Ciclo-de-Vida (PCV) é adaptado um outro conceito de ciclo-de-vida que destacará a sequência de papéis e transições, em detrimento das questões temporais e de *timing*. Os papéis sociais seguem uma ordem, mas não estão limitados à localização temporal na vida de uma pessoa, ou seja, a sequência das fases de vida não é necessariamente assegurada pela idade. “Um modelo de ciclo-de-vida de uma pessoa poderia localizar o casamento antes do primeiro nascimento, mas nada diria se o casamento ocorreu há vinte ou quarenta anos. Os modelos de sequência propiciam, assim, apenas parte da história do contexto de vida” (Elder, 1998, p. 946). A PCV tem por objectivo conhecer os princípios gerais acerca dos processos de desenvolvimento relevantes ao longo da vida, desde a concepção até à morte, e parte do pressuposto que o desenvolvimento não se encontra completo na idade adulta. A ontogénese, tal como os processos adaptativos, encontra-se, deste modo, compreendida durante todo o curso de vida. Assim, o desenvolvimento é definido como um processo contínuo de adaptação transaccional, “encarado como um resultado simultâneo e complexo das forças da natureza e da educação, dos genes e do ambiente, de influências intra e extra-pessoais” (Baltes et al., 1998, p. 1100). A PCV vai além do uso da idade cronológica como importante variável teórica, reconhecendo que “os indivíduos se desenvolvem num contexto de mudança biocultural” (Baltes, 1983, p. 99).

Três grandes contribuições justificaram o aparecimento da PCV. Em primeiro lugar, o envelhecimento da população exigiu reformas políticas e sociais e os psicólogos do desenvolvimento foram chamados a intervir no conhecimento deste segmento da população em crescimento. Em segundo lugar, a Gerontologia tornou-se um campo de especialização. Questionava-se, na altura, se seriam necessárias novas concepções da ontogénese para caracterizar o desenvolvimento e o envelhecimento. “Por exemplo, será que uma abordagem lida com o fenómeno do crescimento e a outra com o declínio?” (Baltes et al., 1998, p. 1034). Em terceiro lugar, o envelhecimento dos participantes dos estudos e dos investigadores, que permitiu um melhor entendimento dos processos de desenvolvimento nas fases de vida mais tardias.

Em 1987, Baltes questionou se a PCV correspondia a uma única teoria, uma colecção de sub-teorias, ou apenas uma orientação teórica. Este autor admitiu que o interesse inicial convergiu numa teoria unificadora, tal como a de Erikson, mas que o cenário da actual pesquisa sugere que, num futuro imediato, a PCV não será identificada numa única teoria. Assim, a PCV resultou numa perspectiva teórica e não apenas numa teoria, perspectiva essa que coordena uma variedade significativa de princípios teóricos e metodológicos acerca da natureza do desenvolvimento comportamental.

As propostas teóricas do Desenvolvimento do Ciclo-de-Vida incluem uma visão do desenvolvimento como um processo de toda a vida, multidireccional e multidimensional, e que envolve, em todas as idades, uma dinâmica de ganhos e perdas. Caracterizado em grande parte pela plasticidade intra-individual, esse desenvolvimento psicológico individual está encaixado em múltiplos contextos (e.g., biológico, histórico, social e cultural). O desenvolvimento, na abordagem do ciclo-de-vida, é entendido com base em classes adicionais de influências do contexto. Na base desses factores adicionais encontra-se um diálogo (interacção dialéctica) entre três sistemas de

influências do desenvolvimento: as relacionadas com a idade, as relacionadas com a história, e as não normativas, com base nos princípios metateóricos do contextualismo. Aquelas três influências operam de forma dinâmica durante o ciclo-de-vida, condicionando a forma como a vida se desenvolve e acumula os seus efeitos com o tempo. Analisando cada uma delas, as influências relativas à idade apresentam semelhanças inter-individuais na direcção do desenvolvimento. “São os componentes básicos daquelas teorias ontogénicas que estiveram associadas à maturação física e socialização ligada à idade, tal como a teoria de Piaget do desenvolvimento cognitivo, ou a teoria de Freud do desenvolvimento psicosssexual” (Baltes, 1987, p. 621). As influências dos factores históricos ressaltam o impacto das mudanças históricas no desenvolvimento humano, enquanto a terceira categoria de influências remete para eventos não-normativos que tornam mais individual ou idiossincrático o desenvolvimento humano. É o caso de perder a perna num acidente, ganhar a lotaria ou outras situações que particularizam um determinado desenvolvimento individual. Para um entendimento completo do desenvolvimento humano, a PCV tem ainda em consideração as trocas multidisciplinares na abordagem do ciclo-de-vida.

Baltes e colaboradores (1998) enfatizaram duas razões para uma importância redobrada do conceito de plasticidade. Focaram, por um lado, a potencialidade do conceito para contrariar o generalizado estereótipo negativo de encarar a idade numa perspectiva de declínio universal, sem lugar para mudanças positivas. Por outro lado, o uso do conceito de plasticidade contraria, também, uma noção de desenvolvimento do ciclo-de-vida com um carácter restritivo (fixo). Aparte o facto da finitude, Baltes e colaboradores (1998) consideraram que não existe nenhum estado final para o desenvolvimento humano. O curso do desenvolvimento torna-se ainda menos restritivo onde as características relativas à cultura tomam lugar. Ao nível da investigação, os

estudiosos deixaram de ter que situar a plasticidade como o único destaque do desenvolvimento, procurando identificar reservas de capacidades latentes e estratégias de identificação de mecanismos envolvidos no crescimento e no declínio. “Especificamente, o conceito de plasticidade ressaltou a postura metateórica de que qualquer curso de desenvolvimento é apenas um elemento de um conjunto de potencialidades” (Baltes et al., 1998, p. 1048). Com o envelhecimento ocorre um declínio normativo na plasticidade. Apesar do domínio efectivo de crise e conflitos não representar apenas riscos, mas também oportunidades de novos desenvolvimentos, as perdas devido ao envelhecimento biológico representam, efectivamente, “mudanças negativas associadas à idade na plasticidade do comportamento” (Baltes et al., 1998, p. 1057). Uma grande intervenção da PCV foi interrogar o estatuto teórico da variável idade. A idade passou a ser vista como índice, percebendo-se que as insuficiências explicativas do desenvolvimento passavam pela consideração da idade como única variável de influência do desenvolvimento. Os estudos longitudinais, em detrimento dos transversais, conseguiram abolir as más interpretações relativamente às diferenças etárias, em termos de mudanças de idade, envelhecimento, ou mudanças do comportamento durante o tempo. Possibilitaram a revelação de diferenças derivadas de fontes não genéticas entre diferentes grupos de estudo. Tendo em conta que no estudo dos humanos não é possível expor os sujeitos a diversos ambientes, aqueles estudos vieram comprovar que os indivíduos não expressam apenas o seu genoma e que o desenvolvimento é feito em interacção com ambientes físicos e sociais particulares. A PCV constituiu uma ruptura com o passado no estudo das capacidades cognitivas. Contrariando a falta de *insight* da mera relação do desenvolvimento com a idade, a abordagem do ciclo-de-vida comprovou a importância de ampliar o alcance das variáveis do contexto. Os processos cognitivos na idade adulta deixaram de ser vistos

apenas como o resultado de perdas, falhas ou insuficiências. Quer as concepções biomédicas, que encaravam o envelhecimento como um problema biológico, quer a estereotipagem negativa deste período etário com a discriminação consequente, perdem importância. O desenvolvimento, aliado ao envelhecimento, é encarado positivamente. Prova disso é o conceito de sabedoria, que orientou a pesquisa numa direcção mais positiva, aliando à compreensão do desenvolvimento uma dimensão construtivista.

Marchand (2001, p. 143) afirmou que os autores que se referem à sabedoria “atribuem-na a sujeitos que se destacam por gerir particularmente bem situações deficientemente estruturadas”. A sabedoria, enquanto aspecto positivo do envelhecimento e de maturidade dos idosos leva a que os psicólogos se interessem por este tema, incidindo sobre níveis de realização elevados e concepções de inteligência mais pragmáticas e contextualizadas que continuam a desenvolver-se ao longo do ciclo-de-vida. A conceitualização da sabedoria divide-se em formulações mais cognitivas ou afectivas. Uma das conceitualizações mais conhecidas é a de Baltes e colaboradores, centrada fundamentalmente na cognição. Nesta abordagem, a sabedoria implica um conhecimento do ciclo-de-vida, do que é próprio e divergente em cada indivíduo, da natureza humana, das relações sociais e intergeracionais e incertezas relativas ao percurso de vida. Pensar em “novas formas de inteligência na idade adulta e velhice” (Baltes, 1987, p. 614), por exemplo, é um argumento a favor de novas aquisições do desenvolvimento em períodos mais tardios do desenvolvimento. Segundo Baltes (1987), Flavell e Piaget consideraram que as operações cognitivas básicas eram fixadas no início da idade adulta, enquanto os investigadores do ciclo-de-vida defendem uma variação qualitativa (e não quantitativa) da continuidade do funcionamento intelectual. Trabalhos provenientes da perspectiva funcionalista vão neste sentido. Aqui, a questão dos estádios assume menor importância comparado com a mudança dos sistemas. Os

investigadores do desenvolvimento, ao centrarem a sua atenção sobre os períodos de vida mais tardios, nomeadamente sobre os sistemas de conhecimento, focaram a questão da sabedoria. “A sabedoria, em particular, foi identificada como uma tarefa exemplificativa ou prototípica da pragmática da inteligência que pode exhibir mais avanços na idade adulta ou cujas origens podem residir, em primeiro lugar, na idade adulta” (Baltes, 1987, p. 615). Por outro lado, a descoberta de que o desenvolvimento da sabedoria não é apenas resultado de viver até mais tarde prova a multidireccionalidade a que o desenvolvimento está sujeito. Outros autores, como Kramer (in Marchand, 2001) aliam à compreensão cognitiva da sabedoria a dimensão afectiva, de onde a sabedoria resulta numa competência que permite ao indivíduo reflectir sobre a sua vida, colocando questões sobre o sentido da vida, resolver dilemas, planificar a vida, mas também aconselhar os outros e gerir e orientar questões de natureza social. Baltes e Smith (2000) destacaram na velhice a sabedoria, um aspecto positivo desta fase do desenvolvimento. Associado à Sabedoria está, por um lado, a capacidade de compreensão, através da utilização do bom senso e da aprendizagem com as experiências e a perspicácia da observação. Por outro lado, existe na sabedoria uma habilidade de comunicação e julgamento, através da emissão de bons conselhos e da capacidade de ponderação.

Baltes e Baltes (1990) consideraram o sucesso no envelhecimento por oposição à ideia de perda, declínio e morte derradeira, contrapondo com a possibilidade de triunfo, realização ou balanço positivo na última etapa do ciclo-de-vida. Segundo os autores, existe nos idosos uma capacidade de reserva cognitiva que pode ser activada pela aprendizagem, experiência ou treino, o que lhes confere potencial de funcionamento intelectual e possibilidade de adquirir novos conhecimentos. Por outro lado, há uma capacidade de resiliência do self na velhice. Os autores consideram a satisfação com a vida e a auto-eficácia patentes na velhice, apesar de nem todos os idosos apresentarem

um self intacto e níveis elevados de auto-estima. Gilford (in Birren e Schroots, 1996), referiu que a maioria das pessoas mais velhas dispunham da vitalidade e resiliência necessárias para viverem autónomas e independentes. Ora, a perspectiva do ciclo-de-vida vai mais além dos aspectos problemáticos do envelhecimento.

Se Freud e Piaget se debruçaram sobre a infância e a adolescência, formulando os seus estádios de desenvolvimento psicosexual e cognitivo, respectivamente, os investigadores do ciclo-de-vida conseguiram abarcar o desenvolvimento na idade adulta e na velhice. A Psicologia do Ciclo-de-Vida não se limitou em redireccionar o estudo do desenvolvimento em relação à Psicologia Infantil, mas permitiu a emergência dos fundamentos da Psicogerontologia. Por outro lado, ressaltou a inadequação de metodologias existentes, criando a tarefa de procurar novas metodologias que permitissem explicar a descontinuidade, sem recorrer a explicações cumulativas causais, mas considerando os processos a longo termo, tendo em consideração que os indivíduos vivem num contexto de mudança biocultural. Houve, portanto, a necessidade de criar uma interacção próxima entre a teoria e a metodologia. “Como estudar a mudança de forma adequada, como avaliar a relação entre a ontogenia e a evolução (especialmente a mudança biocultural), e como usar os paradigmas do desenvolvimento sem serem apanhados nas falácias das análises históricas, são tudo exemplos das questões consideradas fundamentais pelos primeiros investigadores” (Baltes, 1983, p. 103). Contudo, uma das limitações com que os investigadores do ciclo-de-vida se deparam, por motivos de ordem metodológica, é a dificuldade de discriminar entre as variedades de mudança ambiental generalizadas e contínuas que afectam os indivíduos em todas as idades. A pesquisa do ciclo-de-vida contribuiu para um avanço da natureza do desenvolvimento a um nível metateórico mais vasto, através do conjunto de propostas teóricas características do ciclo-de-vida. A PCV não representa, assim, uma teoria, mas

uma perspectiva teórica composta de princípios teóricos e metodológicos acerca do desenvolvimento. “Apesar de nenhum destes princípios ser novo, a variação na força das crenças e o tipo de ênfase e coordenação contribui para a singularidade e novidade” (Baltes, 1987, p. 622).

Apesar dos contributos inestimáveis da perspectiva do ciclo-de-vida para a compreensão do desenvolvimento, esta abordagem metateórica foi, no entanto, alvo de múltiplas críticas. Provavelmente, a maior crítica à abordagem do ciclo-de-vida prende-se com a ainda insuficiente compreensão dos padrões do ciclo-de-vida. Segundo Birren e Schroots (1996), quer as teorias dos sistemas gerais quer as concepções de Baltes de ganho/perda falharam parcialmente na descrição e explicação do complexo fenómeno do desenvolvimento e envelhecimento, porque consideram que entre os termos desenvolvimento, ganho, e informação, por um lado, e os termos envelhecimento, perda, e entropia, não existe uma diferença essencial, constituindo apenas termos que se opõem e que, portanto, diferem. Aqueles autores destacaram ainda a necessidade de distinguir as mudanças típicas dos processos normais do organismo das mudanças atípicas e anormais. Constituirá, à partida, uma vantagem a abordagem multidisciplinar do desenvolvimento. Contudo, autores como Birren e Schroots (1996) consideraram que a adaptação de teorias de outras áreas do interesse da Psicologia acerca da Psicologia do Envelhecimento contribui para que os dados sejam ricos, mas que a teoria continue a ser pobre. Quanto a esta eventual limitação, é de referir o argumento de Baltes de “que a mesma falta de especificidade teórica se aplica a outras áreas de especialização do desenvolvimento. O desenvolvimento da infância, o desenvolvimento da criança, a Gerontologia, também não são em si mesmo teorias, nem se deveria esperar que existisse uma teoria única em qualquer destas áreas” (Baltes, 1987, p. 612). Um aspecto que consideramos importante que a PCV desenvolva é a necessidade de se fazerem mais

descobertas que contribuam para um bem-estar do funcionamento do organismo nessa senda dos investigadores pelos aspectos do conhecimento. É interessante verificar a capacidade dos psicólogos do desenvolvimento do ciclo-de-vida reflectirem sobre algumas críticas colocadas aos fundamentos desta abordagem, nomeadamente Baltes (1987). Este autor considerou, por um lado, que os investigadores do ciclo-de-vida são muitas vezes acusados de favorecer o imperialismo científico, ideia que contestou, argumentando que os conceitos relativos ao desenvolvimento não foram inventados pelos investigadores do ciclo-de-vida e que os pressupostos que compõem a PCV são apenas uma das várias especializações na sabedoria do desenvolvimento. Baltes (1987) acreditou existirem custos para a perspectiva do ciclo-de-vida se uma ou outra proposição teórica for levada ao extremo, por exemplo, se os investigadores não atribuírem a atenção necessária às influências normativas do desenvolvimento relativas à idade. Os investigadores do ciclo-de-vida são muitas vezes criticados por incidirem demasiado na idade adulta em detrimento da infância, o que constitui uma crítica de peso. Baltes (1987) admitiu que nenhuma Psicologia coerente do ciclo-de-vida pode existir sem uma investigação sólida nas fases iniciais de vida. Seria, de facto, difícil conceber uma teoria do ciclo-de-vida sólida sem ligação com a infância. No entanto, “o estudo do desenvolvimento da criança não existe no vácuo, mas é vitalmente enriquecido considerando o período posterior da infância” (Baltes, cit. in Baltes et al., 1998, p. 1114).

## 2.4. RESULTADOS DE ESTUDOS SOBRE PESSOAS IDOSAS

Como se viu anteriormente, Erikson e Baltes consideraram a possibilidade de ganhos ao longo de todo o percurso de desenvolvimento humano. Contudo, a literatura sobre os idosos tem acentuado as perdas e a deterioração do funcionamento biopsicológico. A velhice é, muitas vezes, associada a doença, dada a morbilidade fisiológica frequente nesta fase do desenvolvimento. Baltes e Mayer defenderam que, apesar da esperança de uma vida longa ser uma realidade, existem, ainda assim, visões negativas relativamente à velhice e ao nível de “expectativas de declínio de habilidades intelectuais e saúde física, de isolamento social e inactividade, insegurança económica, e dependência social” (Baltes & Mayer, 1999, p. 1). Como referiram Baltes e Smith (1999), as crenças gerais do desenvolvimento apontam um esperado decréscimo das características desejáveis da personalidade e um aumento de características menos desejáveis. Aquele tipo de generalizações abusivas deveria ser, contudo, evitado, porque, por um lado, e como refere Lima (1999), os preconceitos revelam-se poderosos relativamente à percepção que os indivíduos têm sobre o envelhecimento, contribuindo para que as mudanças sejam mais difíceis. Por outro lado, e como apontam Baltes e Smith (1999, p. 210), “na velhice o self e a personalidade representam um sistema altamente diferenciado de características, atitudes e experiências”. Assim, apesar dos resultados obtidos por Baltes e colaboradores (1999), que comprovaram a inevitável ocorrência de declínio físico e mental, acréscimo de doença crónica e diversas consequências em função das limitações biopsicológicas para uma forma de vida desejável, existem, no entanto, estudos que suportam a ideia de que os processos de desenvolvimento diferencial continuam até à velhice. Crescer idoso não é, portanto,

igual para todos. Como referem Baltes e Smith (1999, p. 218), “os adultos idosos não representam um grupo homogéneo quando está em questão os seus perfis psicológicos”.

Caprara, Caprara e Steca (2003) concluíram no seu estudo que o funcionamento da personalidade não entra necessariamente em declínio nos últimos anos de vida. Descobriram, ainda, que o declínio é mais pronunciado nos homens do que nas mulheres na estabilidade emocional, crenças de auto-eficácia, tal como eficácia em lidar com afectos negativos. Segundo os autores, as crenças de auto-eficácia “contribuem para as crenças das pessoas acerca da sua capacidade para lidarem efectivamente com as relações interpessoais e, de acordo com estas crenças, contribuem para a *performance* em vários domínios de funcionamento, adaptação, e bem-estar” (Caprara et al., p. 133). Existe, portanto, um efeito regulador da percepção da auto-eficácia na vida afectiva das pessoas e nas relações interpessoais, e o seu impacto no funcionamento social e bem-estar. Os autores basearam-se no conceito de Bandura, segundo o qual as crenças de auto-eficácia atestam a capacidade das pessoas executarem acções que permitem obter determinados resultados. Por seu lado, Ardelet (2000) constatou que muitos reformados nas sociedades ocidentais sentem-se aborrecidos e obsoletos. Para além disso, a autora estabeleceu uma distinção entre o conhecimento intelectual e o conhecimento relativo à sabedoria. Enquanto o primeiro capacita as pessoas idosas a envolverem-se nas tarefas diárias e tende a decrescer com o avanço da idade, o segundo ajuda os idosos na preparação para o declínio físico e social, e em última instância na sua própria morte, e tende a aumentar com a idade. Apontou com base noutros estudos que o facto das pessoas idosas não serem geralmente reverenciadas pela sua sabedoria pode dever-se menos ao facto de não valorizarmos a qualidade da sabedoria do que ao facto da sabedoria ser relativamente rara entre os idosos.

Ao nível físico, são várias as consequências do envelhecimento, nomeadamente a redução da estatura, as alterações na pele: “aparecimento de rugas e embranquecimento, secura, descamação e palidez na pele” (Cerqueira, Figueiredo, & Sousa, 2004, p. 25), perda do cabelo, lentificação do crescimento das unhas, etc. Apesar disso, Thompson (1993) defendeu que o envelhecimento físico não implica necessariamente que uma pessoa se sinta velha. “Sentir-se velho é sentir-se exausto no espírito, faltar a energia para encontrar novas respostas à medida que a vida muda. É desistir. Sentirmo-nos nós próprios significa sentir a energia que nos transportou ao longo da vida. Significa aceitar os nossos próprios passados como parte do nosso presente. Significa sentirmo-nos uma pessoa completa.” (Thompson, 1993, p. 689). O autor salientou a capacidade de resiliência na velhice aliada à capacidade de adaptação e de uma contínua capacidade de auto-satisfação, seja no trabalho, no ócio ou no amor. Por seu lado, o estudo de Heikinnen (2000) mostrou que pessoas com mais de 80 anos diziam não viver uma vida de velhice se não experimentassem determinados factores de vulnerabilidade, entre os quais deterioração da saúde, doenças, problemas de mobilidade e contingências no relacionamento social. Novo (2003) verificou no seu estudo, por um lado, que a forma como os indivíduos classificavam a velhice era bastante variável e, por outro lado, que esta concepção estava associada à vivência subjectiva da idade que dispunham, juntamente com a experiência daí resultante.

Jang, Kim, Poon e Shin (2004) consideraram que a forma como cada indivíduo percepciona o seu envelhecimento e saúde pode ser um indicador de adaptação e bem-estar na velhice. Verificaram uma auto-percepção mais negativa do envelhecimento e da saúde nos indivíduos idosos com níveis de educação e *status* sócio-económico mais baixos e com vários problemas de saúde. Os autores salientaram que as características psicológicas influenciam fortemente as percepções e avaliações positivas. Concluíram

que, independentemente das condições de saúde, os indivíduos percepcionavam a sua saúde como melhor quando tinham um sentimento de mestria mais elevado. A percepção negativa do envelhecimento estava associada a elevado neuroticismo e a um baixo sentimento de mestria. Segundo os autores, os indivíduos idosos com um elevado grau de neuroticismo prestam mais atenção aos aspectos negativos da vida e percepcionam as situações como mais stressantes e ameaçadoras. Como consequência, podem encarar de forma mais negativa as condições de saúde e o processo de envelhecimento. Por outro lado, os indivíduos com problemas de saúde tendem a percepcionar um pior status de saúde e, conseqüentemente, a percepcionar negativamente o envelhecimento. Uma das consequências positivas deste estudo é que, através de uma visão optimista da saúde, podem ser reduzidos os efeitos adversos dos problemas de saúde na percepção do envelhecimento.

O envelhecimento surge frequentemente associado a um fenómeno patológico, com base no desgaste do organismo e nas consequências das doenças da infância e da idade adulta. Como referiram Cerqueira e colaboradores (2004, p. 24), “o envelhecimento não é uma doença e antes um processo multi-factorial que arrasta uma deterioração física do organismo”. As autoras fizeram ainda uma distinção entre o envelhecimento primário (normal) e o secundário (patológico) para considerarem que são, por vezes, negligenciados os processos patológicos passíveis de tratamento e cura, assumindo-se todas as alterações encontradas nos idosos como resultado do processo de envelhecimento natural. Por outro lado, o pedido de exames e tratamentos com base na atribuição de certos sinais e sintomas a doenças faz com que se diagnostique o próprio envelhecimento como uma doença. A percepção da morte está muitas vezes associada à vivência da doença na velhice. Como referiram Cerqueira e colaboradores (2004, p. 51), “pensar directamente na morte ou indirectamente a respeito de se sentir vivo e evitar

morrer, ocupa mais tempo que qualquer outro tema na vida das pessoas, especialmente, quando se é velho”.

Cerqueira e colaboradores (2004) destacaram a forma paradoxal como a velhice é vivida e o facto de que “tememos a velhice quase tanto como tememos não viver o suficiente para a atingir” (Walsh, cit. in Cerqueira et al., 2004, p. 27). As autoras destacaram ainda o mito da juventude, que espelha a desvalorização da velhice e referiram alguns lemas como “velhos por fora e jovens por dentro” ou “no meu tempo...” (Cerqueira et al., 2004, p. 27). Referiram também a negação do envelhecimento e a comparação da velhice à infância pela situação de dependência em que se encontram. Foi ainda destacado o aspecto conservador dos idosos, percepcionados como antiquados e com maior ligação a tradições e rituais culturais. Todos estes estereótipos reflectem e acentuam uma visão negativa acerca do envelhecimento. Apesar disso, podemos encontrar material empírico que prova que a velhice não corresponde simplesmente a um ciclo-de-vida negativo no *Berlin Aging Study (BASE)*, cujos vastos resultados contrariam as imagens negativas associadas à velhice. Um dos argumentos é o de que a maioria dos idosos, dois terços, se encontravam satisfeitos com as suas vidas. Os autores concluíram, também, que “a maioria das pessoas idosas continua a ter o potencial para beneficiar de novas experiências de aprendizagem” (Baltes et al., 1999, p. 479), apesar do decréscimo de funcionamento intelectual na velhice, que não se manifesta, deste modo, tão abrangente quanto seria de esperar.

Acresce o facto da grande maioria dos inquiridos do estudo de Baltes e colaboradores (1999, p. 482) ter descrito “cenários para o futuro que cobriu uma vasta gama de domínios da vida e objectivos”, o que corresponde a um investimento em pensamentos e acções com vista a alcançar tais objectivos, contrariando a expectativa

social de que a velhice olha mais para o passado em vez de orientar os seus objectivos para o futuro.

A ideia de que o dia-a-dia dos idosos se traduz sobretudo em inactividade e descanso não foi confirmada pelo estudo de Baltes e colaboradores (1999); apesar do decréscimo de oportunidade de actividades e maior tempo livre na velhice, o estudo concluiu que vários idosos são activos, tanto dentro como fora de casa. O estudo também não constatou que a velhice se traduz geralmente numa situação de dependência. Pelo contrário. A maioria das pessoas idosas auto-relataram sentir controlo nos vários domínios das suas vidas. Novo (2003) considerou que a ocorrência de actividades actuais contribui também em muito para o bem-estar psicológico dos idosos. O idoso é comumente percebido como um ser socialmente passivo. Menninger (in Novo, 2003) associou as actividades significativas para o idoso e com valor social ao bem-estar e à saúde mental. Deste modo, as actividades gratificam o sujeito e promovem o seu desenvolvimento, constituindo um factor de prevenção de doenças, promovendo o bem-estar geral. “O sentido e o significado de vida levam ao envolvimento contínuo em actividades próprias e ao envolvimento em esforços para definir e desenvolver novas actividades nesta fase de vida” (Novo, 2003, p. 356).

Browning, Kendig e Young (2000) estudaram de que forma o bem-estar dos idosos pode ser influenciado pela doença e pela incapacidade. Os autores reflectiram acerca do grande papel dos factores somáticos na depressão dos idosos em comparação com os jovens, em que os sintomas depressivos eram relativamente mais afectados por aspectos de incapacidade e doença. Segundo os autores, torna-se mais difícil encontrar satisfação na vida diária quando as limitações físicas forçam as pessoas a reduzir as suas actividades, o que afecta o seu sentido de identidade. Concluíram que “a actividade é importante na mediação dos impactos da doença no bem-estar. (...) a doença não

precisa de ter consequências significativas no bem-estar se a pessoas continuam aptas a manter as suas actividades e independência. Além disso, as circunstâncias sociais da pessoa têm mais impacto do que a doença ou a incapacidade” (Browning et al., 2000, p. 21). Alertaram, ainda, para a importância dos clínicos perceberem o impacto do suporte social e das circunstâncias sociais no bem-estar dos seus pacientes.

Baltes (1995, p. 14) entendeu por dependência o “confiar nas outras pessoas para assistência ou cuidados tanto no domínio físico, económico, social, como psicológico”. A autora considerou a dependência uma característica do comportamento individual que passa por aceitar ajuda, ser passivo e pedir ajuda. Diferenciou entre dependência auto-seleccionada pelo sujeito e dependência induzida pelo ambiente. No primeiro caso, a dependência é o resultado da selecção e compensação pelos idosos e é, pelo menos em parte, auto-regulada. No segundo caso, a autora destacou que o meio pode ser caracterizado por uma assistência excessiva ou por negligência da independência. Baltes destacou, também, os grandes esforços de adaptação à velhice e a necessidade que os idosos têm de lidar com algumas tarefas como a adaptação à reforma e outras perdas sociais, deterioração da saúde e o lidar com a própria morte. “Por um lado, a autonomia e a acção são convocadas para lidar com estas tarefas da velhice. Por outro lado, dada a crescente vulnerabilidade e a diminuição das capacidades de reserva, a pessoa idosa deve estar apta a transformar a acção em dependência comportamental” (Baltes, 1995, p. 18).

O *BASE* mostrou que, relativamente às doenças psiquiátricas, a depressão nos idosos não aumentava com a idade; “menos de um quarto daqueles que tinham setenta e mais anos especificaram perturbações psiquiátricas, e apenas um décimo tinham doença mental que exigia a necessidade de cuidados” (Baltes et al., 1999, p. 506), com uma prevalência semelhante nos idosos mais novos. Outro resultado positivo do estudo

rejeitou a imagem da velhice como uma fase de isolamento social; na faixa etária considerada no *BASE*, ou seja, dos 70 aos 100, o número de contactos com amigos e crianças não se revelou muito diferente e verificou-se um número idêntico de relacionamentos próximos entre os idosos mais e menos jovens, apesar dos mais idosos relatarem poucas relações sociais e sentirem-se emocionalmente mais sós. O *BASE* integrou também nos seus resultados a questão do género na velhice. Da análise de grupos verificou-se o facto das mulheres viverem mais tempo, tal não correspondia necessariamente a um envelhecimento mais saudável. Baltes e Smith (1999, p. 276) ressaltaram que, “infelizmente, todos os grupos de ‘mulheres’ são descritos como contendo mulheres que são muito idosas, economicamente desfavorecidas, com problemas físicos e mentais, sós, e infelizes”. Os homens revelam-se em muitos aspectos mais saudáveis que as mulheres, enquanto estas obtêm piores resultados relativos às doenças crónicas, saúde funcional, debilidades, e apresentam mais incapacidades. Segundo Baltes e colaboradores (1999, p. 505), a saúde disfuncional do grupo das mulheres torna-o “um factor de risco”. Entre as várias razões da diferença entre os dois grupos, os autores referem as diferentes histórias de vida em função das condições sociais. Baltes e Smith (1998) concluíram que, comparativamente às idosas, os idosos tinham mais anos de educação, maior probabilidade de estarem casados e a viverem com a companheira, mais rendimentos, menos doenças, menos danos na visão e na mobilidade e menos sintomas depressivos. Os homens estavam altamente representados por perfis desejáveis, caracterizados por bom desempenho cognitivo, elevada a moderada participação social, e satisfação na vida, apesar da doença, enquanto as mulheres revelaram perfis menos desejáveis caracterizados por problemas depressivos, cognitivos, de solidão e de fragilidade. As mulheres revelaram, também, menor bem-estar subjectivo que os homens e expressaram mais facilidade na revelação

dos seus estados internos e a reconhecer emoções negativas (vergonha, culpa, medo ou nervosismo). Isto explica as diferenças quanto ao neuroticismo, afecto negativo e bem-estar subjectivo. Enquanto os homens casados dependem das habilitações das mulheres e companheiras para gerir e manter as redes sociais, as mulheres, sejam divorciadas ou solteiras, estão mais aptas a gerir por si próprias as redes sociais, apesar do tamanho da sua rede social poder ser restringida pelo número de parentes.

Jang, Martin e Poon (2004) encontraram diferenças nas consequências dos problemas de saúde em função da idade e destacaram a importância da percepção subjectiva para salvar a saúde física e mental. Tal como outros estudos, este revelou o declínio nas avaliações positivas acerca da saúde e o aumento da prevalência de sintomas depressivos com o envelhecimento. Concluíram que “os indivíduos idosos com idade avançada tinham mais probabilidade de serem mulheres, solteiras, com menos anos de educação, elevados níveis de incapacidade, percepção mais negativa da saúde e níveis mais elevados de sintomas depressivos” (Jang et al., 2004, p. 134).

A saúde física dos idosos é frequentemente valorizada pelos mesmos, uma vez que define, na generalidade, a forma como os sujeitos desta faixa etária experienciam a vida. Novo (2003) referiu, a este respeito, autores como Vaillant, que salientou a intrincada relação entre a saúde física e a psicológica nos homens idosos, e Guttman, que defendeu aquela relação, acrescentando as consequências no sofrer psicológico com base na doença física. Portanto, é de esperar que com base na maior fragilidade das redes de suporte social, maior fragmentação de relações interpessoais e maior vulnerabilidade psicológica, ocorra um aumento de queixas somáticas acompanhado de uma afluência crescente aos serviços de saúde. Fernández-Ballesteros (2002), por seu lado, considerou, na amostra do seu estudo, a importância do suporte social para a qualidade de vida ao longo do ciclo-de-vida, mas no caso dos idosos relevou mais a

importância da saúde, independência e rendimentos em detrimento do suporte social. Relativamente à percepção do suporte social em função da idade ou do género não foram encontradas diferenças. Hagberg e Rennemark (1999) investigaram, nos idosos, a relação entre as características de rede social e os comportamentos de saúde para cada género. Segundo os resultados obtidos, para as mulheres, a satisfação geral com a rede social encontrava-se associada a boa saúde subjectiva, enquanto a satisfação com a participação social e a ancoragem social estava associada à elevada frequência da utilização de cuidados de saúde. Para os homens, nenhuma destas situações se verificou. Enquanto que para as mulheres, a insatisfação com a participação social e o suporte dos vizinhos prognosticaram problemas de estômago, para os homens, a insatisfação com o suporte e o contacto com as crianças predisseram sintomas de tensão. “As mulheres deram parte de mais sintomas que os homens, especialmente sintomas de depressão e tensão” (Hagberg & Rennemark, 1999, p. 325). No grupo das mulheres, quanto à relação entre a rede social e os sintomas, comprovou-se um decréscimo de queixas sintomáticas do estômago, cabeça, coração e outros órgãos aquando de uma participação social satisfatória. Os autores apontaram ainda a possibilidade da falta de suporte social ser responsável por um aumento da ansiedade, conduzindo a um incremento da atenção relativamente aos sintomas. Assim, quanto mais fraco for o suporte social, mais as sensações corporais serão percebidas e denunciadas como sintomas. Os autores referiram, ainda, estudos em que a falta de suporte social era geradora de stresse quer para os homens quer para as mulheres.

O sucesso no envelhecimento está dependente do estilo de vida adoptado anteriormente. Sabe-se que a velhice terá tanto mais qualidade quanto mais forte for a rede de suporte familiar, quando se verificar solidez na rede social e quando houver prática de exercício físico, entre outros factores. Prova da importância desses

anteriores na consequente vivência da velhice é o que comprova o estudo de Kraaij e De Wilde (2001), segundo o qual os sintomas depressivos na velhice se associam a acontecimentos de vida negativos. Entre esses factores incluem-se a doença do próprio, morte de pessoas significativas para o sujeito, stresse relacional e circunstâncias sócio-económicas. Novo (2003) analisou as Relações Interpessoais dos idosos, apoiando-se na literatura que destaca a importância da interioridade na velhice, longe de ser solitária e inibidora de relações interpessoais. Contudo, a gama de relacionamentos é mais restrita e os idosos tendem sobretudo a relacionar-se com as pessoas que conhecem bem: amizades antigas e familiares. As relações sociais permitem aos idosos uma satisfação e bem-estar psicológico. Na velhice ocorre uma redução das redes sociais (decréscimo da rede de amigos e colegas), o que faz com que os idosos se concentrem mais na família. A importância desta situação, segundo Cerqueira e colaboradores (2004, p. 44), reside na ligação à “diminuição da qualidade de vida, ao incremento do stresse quotidiano, ao aumento do risco de dificuldades funcionais e de incidência de doenças, assim como à ocorrência de morte em períodos mais curtos após uma doença”.

Será que os idosos se sentem sós? Cerqueira e colaboradores (2004) elaboraram uma distinção entre estar sozinho e viver sozinho. Enquanto que a primeira situação designa a quantidade de tempo que a pessoa passa sozinha, a segunda não significa necessariamente que a pessoa se sinta só. Para ocorrer isolamento social é preciso haver falta de comunicação e manutenção de contactos mínimos. Existem vários factores passíveis de gerar solidão, entre eles a viuvez, “reforma, migração, dependência ou outros eventos que contenham o sentimento de perda de papéis anteriores (...), institucionalização, ou andar em sistema de rotatividade pela casa dos filhos (...), baixo estado de saúde, a má condição física e problemas de saúde mental” (Cerqueira et al., 2004, p. 48). Neto, Orzeck e Rokach (2004) consideraram que existe uma crença

contemporânea de que estar sozinho está relacionado com infelicidade, depressão e fracasso, e que se está perante uma crença perniciosa quando se crê que a maneira essencial de se curar a solidão consiste em ter relacionamentos. Destacaram o lado positivo da solidão. A solidão promove “a individualidade, a criatividade e a auto-consciência ao possibilitar a contemplação, a exploração do self e o insight” (Neto et al., 2004, p. 132). Os autores estudaram as estratégias que os idosos da América do Norte e de Portugal empregam para lidar com a solidão e concluíram que o *background* cultural afecta a maneira como os idosos lidam com a solidão. Os portugueses, comparativamente aos norte-americanos, obtiveram valores mais baixos nas categorias Distanciamento e Negação, o que, segundo os autores, pode reflectir por parte dos portugueses a menor necessidade de parecerem socialmente atractivos e relacionados com os outros. Para além disso, os resultados indicaram que os idosos homens e mulheres lidam de forma semelhante com a solidão em cada cultura.

Cerqueira e colaboradores (2004) salientaram o carácter protector da religião em relação à solidão e isolamento social. No estudo de Neto e colaboradores (2004), através da categoria Religião e Fé, reforçou-se a ideia de que as pessoas precisam de estar ligadas a uma entidade divina. A prática de fé ou a ligação a grupos religiosos permite aos indivíduos ganharem força, paz interior e um sentimento de pertença à comunidade. Os norte-americanos obtiveram valores mais baixos em Religião e Fé do que os que cresceram em países mais tradicionais e religiosos, como os portugueses. Apontaram a possibilidade de, apesar dos portugueses idosos rezarem com regularidade, não encararem o rezar como uma estratégia de *coping*, mas simplesmente como um estilo de vida familiar. Os autores consideraram que as mulheres idosas canadianas não rezam mais que as portuguesas, mas que percebem a sua religiosidade e a participação nas actividades religiosas como úteis estratégias de coping a lidar com a solidão. A

Religiosidade, referiu Novo (2003, p. 358), é muitas vezes associada às pessoas a partir da meia-idade, quando “dão mais atenção ao self e (...) isso abre caminho aos sentimentos e comportamentos religiosos”. A autora defendeu a associação entre as crenças religiosas e a saúde física e mental dos idosos, contribuindo para a diminuição do stresse.

Segundo Chankin, Efklides e Kalaitzidou (2003), contribuem para a satisfação de vida dos idosos o afecto positivo e o sentir-se bem acerca da sua própria vida, o que reflecte o ajustamento dos objectivos das pessoas idosas às suas actuais capacidades. Os autores relevaram, ainda, a importância de haver crianças para a satisfação de vida e bem-estar subjectivo. As crianças proporcionam uma estrutura de actividade e utilidade para as pessoas idosas. Consideraram que “(...) os pais, pelo menos nas sociedades colectivas, desfrutam de expectativas acerca do futuro e mantêm o seu optimismo partilhando e contribuindo para a realização das suas crianças” (Chankin et al., 2003, p. 189). Chankin e colaboradores concluíram que a generatividade relativamente às crianças e uma boa adaptação à velhice constituem factores importantes para a satisfação de vida, enquanto a auto-eficácia e a comparação social em termos de problemas de saúde permitem aos idosos preservar a sua moral. Concluíram, também, que as fortes relações familiares na sociedade grega permite às pessoas idosas manterem a subjectiva qualidade de vida e a satisfação de vida. Encontraram também diferenças em função do género, com os idosos homens a referirem um grau mais elevado de moral e felicidade que as mulheres.

Amado, Devesa e Diniz (2004, p. 360) concluíram, com base na metateoria de Baltes, que “a necessidade de cultura, tomada enquanto conjunto de recursos sociais, aumenta com a idade, logo também a orientação para interesses colectivos”. No estudo comparativo de valores entre jovens-adultos, adultos de meia-idade e idosos, os autores

citados obtiveram como resultado uma discrepância entre a geração mais jovem e a geração mais idosa. Enquanto a primeira se centrou em valores mais individualistas, a segunda revelou-se mais direccionada para o colectivismo e segurança. As diferenças etárias reflectem-se, assim, em diferenças de comportamentos e valores para cada uma das gerações referidas, ao longo do ciclo-de-vida, o que prova “que os valores não são estáticos e estão sujeitos a alterações” (Amado et al., 2004, p. 360).

## 2.5. ESTEREÓTIPOS RELATIVOS ÀS PESSOAS IDOSAS

Na revisão da literatura sobre idosos apresentada anteriormente, foram focados diversos aspectos relativos à última etapa do ciclo-de-vida. Apresentamos, de seguida, alguns estudos acerca de crenças negativas associadas à velhice.

Levy (1996) demonstrou, no seu estudo, que a activação de estereótipos pode influenciar o juízo acerca de uma pessoa e alterar o seu desempenho cognitivo. Foram activados estereótipos positivos acerca do envelhecimento sem o conhecimento dos participantes e, neste caso, tenderam a aumentar o desempenho da memória e a auto-eficácia da memória. Com isto, a autora realçou a mensagem optimista de que o declínio da memória não é inevitável e que o desempenho da memória pode ser realçado na velhice. Perante a activação de estereótipos negativos acerca do envelhecimento verificou-se um pior desempenho da memória e uma pior auto-eficácia da memória, o que mostrou que as capacidades de memória dos indivíduos idosos podem ser prejudicadas pelos estereótipos acerca do envelhecimento. A autora concluiu, ainda, com base nos fortes efeitos dos estereótipos, que estes serão importantes para a auto-imagem de uma pessoa.

Rodrigues (2001) sustentou a tese dos estereótipos dirigidos aos idosos como um conjunto de crenças geralmente negativas associadas ao fenómeno do envelhecimento, em função de um conjunto de factores determinantes para a manutenção desses estereótipos. Referiu (1) a maior dificuldade em aceitar o envelhecimento e a morte, mas também o estatuto de passividade e inactividade atribuído aos idosos, (2) a cultura de massas e a forma como os media transmitem uma imagem negativa da terceira idade, muitas vezes distante da realidade e compensada por uma exaltação da juventude, e (3) a segregação dos idosos que, por se situarem numa faixa etária subvalorizada, concorre para a redução da frequência de contactos intergeracionais. Rodrigues focou, ainda, a importância dos provérbios, expressão da cultura popular, como uma forma de transmissão de estereótipos, para além das representações fornecidas por uma sociedade mais moderna, como referido anteriormente. Tais estereótipos incidem sobre as capacidades cognitivas, concretamente a redução da capacidade mnésica e dificuldades de aprendizagem, as capacidades físicas, que se traduzem nas dificuldades de locomoção, a deterioração do aspecto físico, os problemas relativos à sociabilidade, como a solidão e o isolamento, mas também sobre a redução de contactos interpessoais, questões relativas à personalidade, no sentido de uma maior rigidez conceptual e conservadorismo, e dificuldades económicas dos idosos.

Segundo Wenger (1987), ocorre uma estereotipagem dos idosos como dependentes, pela forma como são lidas as estatísticas, porque em muitos casos está representado apenas parte da população – aqueles que precisam de ajuda – e os dados são recolhidos de forma não muito precisa. Cerqueira e colaboradores (2004, p. 49) definiram a dependência como a “incapacidade do indivíduo para se bastar a si próprio, necessitando de ajuda de outro(s) para alcançar um nível aceitável de satisfação das suas necessidades”. O facto de a pessoa se sentir autónoma e não um fardo/obrigação para os

outros, em que exija cuidados, contribui para um sentimento de independência dos mais velhos.

Relativamente ao estereótipo que associa a velhice com o isolamento e solidão, Pinquart e Sörenson (2001) contrapuseram o facto de apenas 5 a 15% dos idosos denunciarem frequente solidão. Concluíram que a qualidade, mais do que a quantidade de rede social, está relacionada com a solidão e que o contacto com os amigos e os vizinhos revela forte associação com a solidão, comparado com os contactos com os membros da família. Acresce, ainda, o facto de que “ser mulher, ter baixo estatuto sócio-económico e baixa competência, e viver em enfermarias estava também associado a maior solidão” (Pinquart & Sörenson, 2001, p. 245). Os autores consideraram a solidão em função de factores de risco associados à velhice, nomeadamente: redução da qualidade de laços sociais, baixa frequência de contactos, institucionalização, limitações nas competências diárias e baixos rendimentos. Concluíram, ainda, que é em idades mais avançadas que se verifica um maior impacto da baixa qualidade de relacionamentos. “Devido a perdas sociais incontroláveis (...), os mais velhos experienciam uma diminuição na sua rede social e uma redução na escolha dos seus parceiros sociais. Como resultado, muitos dos mais velhos não conseguem mais otimizar a sua rede social, seleccionando os laços emocionais mais satisfatórios” (Pinquart & Sörenson, 2001, p. 261). Os autores consideraram ainda que na velhice se torna, portanto, difícil prevenir sentimentos de solidão através da manutenção de laços sociais.

Rodrigues (2001) realizou um estudo sobre os estereótipos atribuídos por uma amostra de sujeitos entre os 15 e os 74 anos às pessoas idosas, relativamente a uma variedade de dimensões, nomeadamente: saúde, capacidades cognitivas/intelectuais, motivação/dinâmica social, funcionamento motor, personalidade, carácter, trabalho e

reforma. Concluiu que o estereótipo da falta de saúde era frequentemente atribuído aos idosos quer pela vulnerabilidade aos problemas de saúde, que conduz a uma maior procura de serviços de saúde, quer pelo auto-reconhecimento de doença e/ou incapacidade, através da negligência das suas capacidades por parte de agentes sociais e prestadores de cuidados. Na dimensão capacidades cognitivas/intelectuais constatou-se uma divergência entre a percepção estereotípica dos jovens e dos idosos. Subdividida nas dimensões memória, capacidade para aprender, rigidez, inflexibilidade e incapacidade de resolução de problemas, as capacidades cognitivas/intelectuais foram mais valorizadas pelos idosos que pelos jovens, que destacaram as limitações desta dimensão com o avançar dos anos. Relativamente ao funcionamento motor, são os idosos que sustentam crenças mais arraigadas sobre a fragilidade e vulnerabilidade física, o que, segundo a autora do estudo, está patente na escolha de actividades físicas que exigem pouco esforço físico. Quanto às capacidades laborais, verificou-se por parte das pessoas com idade próxima da reforma um desejo de se reformarem com antecedência e estereótipos em indivíduos com idades entre os 15 e os 24 anos e os 55 e os 64 anos que atribuem menos competências laborais aos idosos. A autora constatou, ainda, que o estereótipo que associa as pessoas idosas a crianças está mais arraigado nos sujeitos com menos de 65 anos, que se traduz na infantilização de pessoas idosas, frequentemente verificada em meios institucionais. Rodrigues (2001) justificou a divergência entre os estereótipos atribuídos às pessoas idosas pelos próprios idosos e pelos jovens com base em duas razões. Por um lado, apontou o desconhecimento da velhice por parte das outras faixas etárias. Por outro lado, face à percepção negativa geral do envelhecimento, tais estereótipos etários podem provocar uma auto-percepção relativamente positiva nas pessoas idosas que se percebem numa posição mais favorável comparativamente a outros elementos da população idosa. Existem, contudo,

consequências mais negativas dos estereótipos. A assunção de estereótipos relativos, por exemplo, à saúde e ao funcionamento motor pode condicionar as expectativas e desenvolvimento das potencialidades e capacidades, e, conseqüentemente, traduzir-se em isolamento, favorecendo a dependência funcional.

As nossas crenças acerca da velhice não têm uma acção neutra, pois os estereótipos que são atribuídos àquela fase do desenvolvimento repercutem-se no desenvolvimento do próprio indivíduo. No caso dos jovens, as percepções estereotípicas da velhice têm consequências importantes, quer na forma como tratarão dos idosos, quer na forma como se tornarão eles próprios idosos, sob a influência das suas próprias percepções do envelhecimento: “definição das categorias de idade, (...) avaliação da esperança de vida, ou (...) predição da sua própria satisfação de vida quando forem mais velhos” (Neto, 1999, p. 308). No fundo é colocarem-se no papel que um dia hão-de desempenhar em função das suas crenças acerca de características físicas, psicológicas e sociais relativamente à velhice. “Questionar jovens adultos sobre a descrição que fazem dos adultos mais idosos, é pedir-lhes para fazerem a descrição de um grupo que farão parte algum dia” (Neto, 1999, p. 308). Quanto à percepção das pessoas relativamente à velhice em função da idade, Neto (1999) referiu, por um lado, um estudo de Kite e Johnson, que pretendeu saber se os idosos são percebidos de forma mais negativa que os jovens. Os resultados foram na direcção de uma percepção mais negativa em relação aos mais idosos, comparados com os mais novos. Por outro lado, destacou que os jovens adultos percebem os idosos e o envelhecimento de forma geralmente mais positiva, baseando-se na abordagem intercultural dos estereótipos etários e das atitudes em relação ao envelhecimento.

Brandtsädter e Rothermund (2003) destacaram três tipos de hipóteses na relação dos estereótipos com as auto-percepções na velhice: as hipóteses de contaminação,

comparação e exteriorização. Segundo as hipóteses de contaminação, os estereótipos contaminam as auto-percepções das pessoas idosas. Considera-se que os estereótipos são adquiridos muito cedo na vida e que as auto-percepções ficam mais carregadas de implicações negativas dos estereótipos etários à medida que as pessoas envelhecem. As hipóteses de comparação informam que os estereótipos etários servem como uma referência padrão para a saliência de comparações. “A referência à velhice parece activar automaticamente um estereótipo etário negativo que fornece uma referência padrão contra a qual o objecto alvo é avaliado” (Brandtsädter & Rothermund, 2003, p. 549). De acordo com as hipóteses de exteriorização, as percepções acerca das pessoas idosas são uma projecção das auto-percepções de uma pessoa que influenciam, deste modo, os estereótipos etários. Do estudo efectuado, os autores concluíram uma surpreendente avaliação positiva da típica pessoa idosa com o avançar da idade, que justificaram com a exteriorização de auto-imagens positivas em relação a outros membros do grupo social a que pertencem. Os participantes do estudo tinham visões mais positivas acerca de si próprias do que acerca da típica pessoa idosa. O estudo de Brandtsädter e Rothermund (2003) veio demonstrar, por um lado, que os estereótipos etários viciam as auto-avaliações e, por outro lado, que as experiências pessoais afectam experiências generalizadas sobre os membros do grupo onde os indivíduos estão inseridos.

### 3. FORMULAÇÃO DO PROBLEMA

A velhice corresponde a uma etapa do desenvolvimento que, segundo Erikson (1980, 1997), abre portas à possibilidade de ganhos, como a questão da sabedoria, também considerada por Baltes (1989; Baltes & Baltes, 1990; Baltes & Mayer, 1999; Baltes & Smith, 1999). Contudo, a activação de estereótipos relativos a esta etapa do ciclo-de-vida pode repercutir-se, por exemplo, na auto-imagem de uma pessoa (Levy, 1996), negativizando-a ou realçando o sentido de perda. Existem estereótipos fundados no conhecimento socialmente partilhado, acerca de diversos aspectos associados ao envelhecimento. Questões relativas à memória (vd. Levy, 1996), morte, aprendizagem, aspecto físico, sociabilidade, personalidade, saúde, aspecto económico (vd. Rodrigues, 2001), dependência (vd. Wenger, 1987), isolamento e solidão (vd. Pinquart & Sörenson, 2001), entre outras, fazem já parte de uma reflexão científica acerca das percepções estereotípicas da velhice.

Por outro lado, o que os estudos científicos nos têm vindo a mostrar é que as pessoas idosas, por exemplo, beneficiam de experiências de aprendizagem (vd. Baltes et al., 1999), têm oportunidades de actividade (vd. Baltes et al., 1999; Novo, 2003) e não têm necessariamente de sentir-se velhas (vd. Thompson, 1993). Enfim, dispõem de um conjunto de ganhos e não só de perdas, frequentemente acentuadas através de preconceitos e da prática discriminatória em relação aos idosos.

Por seu lado, os provérbios, enquanto geradores de estereótipos, cristalizam um saber popular, também em relação à velhice. Perguntamo-nos se os provérbios reflectem uma cultura popular e se podemos generalizar esse saber a uma dada comunidade. Apesar do seu carácter de quase intemporalidade, será que os provérbios sobre o envelhecimento e os idosos se ajustam ao que actualmente se sabe acerca dos mesmos,

ou haverá novas crenças que os provérbios ainda não veiculam? Ou será que podem veicular só a informação essencial para ser difundida pela comunidade. Isto, porque, particularizados por um conjunto de processos retóricos (os provérbios dispõem desses recursos com vista à sua fácil memorização). Será que, apesar da sua universalidade, não serão os provérbios demasiado simplistas? Ou será que os provérbios reflectem as crenças ancoradas na realidade acerca da velhice? Poderemos usar essas crenças do senso-comum e usá-las para uma comparação com os factos científicos?

Ora, com base no conteúdo dos provérbios e nos estudos científicos realizados acerca dos idosos, pretendemos saber se a Psicologia Popular e a Psicologia Científica diferem. Propomo-nos chegar a uma classificação dos provérbios portugueses e constatar em que situações ocorre um cruzamento do conhecimento advindo da Psicologia Popular e o conhecimento advindo da Psicologia Científica.

## 4. MÉTODO

### 4.1. CONSIDERAÇÕES SOBRE A ANÁLISE DE CONTEÚDO

O instrumento do nosso estudo é a Análise de Conteúdo, que não é um método, mas uma técnica de investigação que visa o tratamento de informação. Segundo Krippendorff (cit. in Vala, 1999, p. 103), a Análise de Conteúdo “permite fazer inferências, válidas e replicáveis, dos dados para o seu contexto”. Deste modo, esta técnica serve não só a descrição, mas também a interpretação, através da atribuição de sentido ao material que foi recolhido e organizado. Segundo Vala (1999), a Análise de Conteúdo recorre a um conjunto de operações mínimas, que são a delimitação dos objectivos e definição de um quadro de referência teórico orientador da pesquisa, a constituição de um *corpus*, a definição de categorias, a definição das unidades de análise, e, finalmente, a quantificação. As inferências realizadas pelo analista através da manipulação das mensagens recolhidas pretendem inferir conhecimentos, por exemplo, sobre os emissores da mensagem ou sobre o seu meio.

Bardin (1977, p. 42) definiu a Análise de Conteúdo como “um conjunto de técnicas de análise das comunicações visando obter, por procedimentos sistemáticos e objectivos de descrição do conteúdo das mensagens, indicadores (qualitativos ou não) que permitam a inferência de conhecimentos relativos às condições de produção/recepção (variáveis inferidas) destas mensagens”. O autor diferenciou as fases da análise de conteúdo em pré-análise, exploração do material, e, tratamento dos resultados, inferência e interpretação.

A constituição de um *corpus* passa pela selecção, baseada em critérios quer qualitativos quer quantitativos. A serem qualitativos é necessário ponderar questões metodológicas como a diversidade e heterogeneidade das fontes documentais, mas

também a pertinência da informação recolhida para os objectivos de estudo delineados pelo investigador. Vala (1999, p. 110) salientou que “é a sensibilidade do investigador que orienta a selecção a realizar”. Contudo, a constituição do *corpus* acarreta um conjunto de regras que acompanham a selecção dos elementos. Para além da regra da pertinência, que requer a adequação do conteúdo dos documentos de encontro aos objectivos propostos na análise, existem ainda as regras da exaustividade, da representatividade e da homogeneidade. A regra da exaustividade pressupõe que qualquer elemento excluído seja rigorosamente justificado, a fim de não ser excluído sem razão. Importa, no fim de contas, o rigor. A regra da representatividade pretende a obtenção de uma amostragem rigorosa, i.e., que a amostra seja representativa do universo inicial, enquanto a regra da homogeneidade faz com que os critérios de escolha enquadrem de forma precisa os documentos recolhidos de forma a serem homogéneos.

A codificação corresponde ao tratamento do material ou à transformação dos dados brutos obtidos, de forma que o analista possa obter índices esclarecedores das características dos textos. Coloca-se, agora, a questão de quais os elementos do texto a ter em conta, o que obedece a uma unidade de registo, que “é a unidade de significação a codificar e corresponde ao segmento de conteúdo a considerar como unidade de base, visando a categorização e a contagem frequencial” (Bardin, 1977, p.104). Uma das unidades de registo a que se pode recorrer é o tema, que opera sobre o sentido, “utilizado como unidade de registo para estudar motivações de opiniões, de atitudes, de valores, de crenças, de tendências, etc.” (Bardin, 1977, p. 106). Deste modo, a análise temática permite descobrir o sentido das comunicações. Consoante a presença ou frequência dos temas, enquanto unidades de registo, obteremos o seu significado para a análise pretendida.

Depois de separar o conteúdo manifesto das comunicações em unidades de análise, estas serão ordenadas num conjunto de categorias, que podem ser temáticas, constituindo um critério de categorização semântico. A categorização pretende “fornecer, por condensação, uma representação simplificada dos dados brutos” (Bardin, 1977, p. 119), de acordo com critérios previamente estabelecidos com vista ao reagrupamento dos conjuntos de elementos. As categorias devem ser sujeitas a um teste de validade interna. O investigador deve ter em conta que as categorias devem primar pela objectividade e pertinência. Uma categoria é considerada pertinente se for adequada ao quadro teórico definido, reflectindo as intenções da investigação. Outra forma de qualificar de boa uma categoria é pela exclusão mútua, em que todas as unidades são colocadas numa e só numa categoria. Tal exige a construção de categorias em que os elementos não tenham aspectos susceptíveis de pertencer a outras categorias. Através da homogeneidade das categorias, é respeitado o mesmo princípio de classificação. A produtividade assegura que os resultados da categorização resultam “férteis em índices de inferências, em hipóteses novas e em dados exactos” (Bardin, 1977, p. 121). O problema da validade não se cinge à definição de categorias, mas vai desde a constituição do *corpus* até ao sistema de quantificação. Outra questão que exige um conjunto de procedimentos por parte do investigador é a que respeita à fidelidade. No caso da Análise de Conteúdo é necessário considerar a fidelidade inter-codificadores e a fidelidade intra-codificador (Vala, 1999). A primeira diz respeito às diferentes interpretações por diferentes codificadores. As diferenças derivadas da subjectividade de diferentes codificadores e dos juízos resultantes não se verificam caso haja um estabelecimento bem feito de categorias. A fidelidade intra-codificador concerne aos diferentes critérios de um mesmo codificador ao longo do trabalho da Análise de

Conteúdo. A codificação das diferentes partes de um mesmo material deve ser feita da mesma maneira, inclusive quando sujeitas a várias análises.

Ghiglione e Matalon (1992) referiram-se, no âmbito da análise de conteúdo, aos procedimentos fechados e procedimentos abertos. Ora, um procedimento fechado consiste em partir de um quadro teórico ou empírico, através do qual se testam hipóteses sobre o assunto. No fundo, “o quadro pré-estabelecido não pode ser modificado” (Ghiglione e Matalon, 1992, p. 184). Por seu lado, no procedimento aberto não há um quadro de análise previamente fixado e pretende-se a comparação de textos exploratórios com ligação directa ao comportamento alvo de observação.

A consideração dos provérbios no nosso estudo deriva da importância destes na caracterização do sistema de crenças colectivamente partilhadas por uma determinada comunidade. Os provérbios permitem-nos reflectir sobre o modo como os sujeitos, de forma colectiva, se posicionam relativamente a determinados assuntos da sociedade. Pretendemos, assim, proceder a uma análise de conteúdo do sistema proverbial português de forma a estudar o enraizamento cultural dos provérbios. No nosso estudo centrámo-nos sobre a constituição e análise do *corpus* de provérbios portugueses acerca do envelhecimento.

#### 4.2. SELECÇÃO E CONSTITUIÇÃO DO *CORPUS*

Pretendemos realizar uma análise de conteúdo de provérbios relativos à velhice e ao envelhecimento, com base num trabalho de categorização temática. Os documentos que foram sujeitos à nossa análise são documentos naturais, i.e., “produzidos espontaneamente na realidade” (Bardin, 1977, p. 39). Elaborámos dois *corpus*, cuja

constituição obedeceu a um conjunto de procedimentos. Para a constituição do primeiro (vd. Anexo 1), seleccionámos os provérbios que contivessem as palavras “velha”, “velhas”, “velhice”, “velhinho”, “velho”, “velhos”, “envelhecer”, e provérbios directamente relacionados com a velhice, dos livros de provérbios de Abreu, Lacerda e Lacerda (2000), Costa (1999), Lopes (1992), Moreira (2003) e Santos (2000). Assim, os provérbios 1 a 152 são da recolha de Moreira (2003), 153 a 211 de Abreu e colaboradores (2000), 212 a 230 de Costa (1999), 231 a 249 de Santos (2003), e 250 a 254 de Lopes (1992). Considerámos, sobretudo, na selecção destes provérbios, o critério da actualidade. Também considerámos os provérbios que, apesar de não conterem as palavras anteriores se referiam directamente ao processo de envelhecimento (e.g., “Quem vive só na flauta no final sempre desafina”). Mantivemos alguns provérbios que tivessem mais de um referente, por considerarmos o referente relativo à velhice importante para a caracterização da mesma (e.g., “O amor no velho traz culpa e no mancebo fruto”). Excluimos os provérbios que, apesar de conterem as palavras referidas anteriormente, não se referiam directamente à velhice, por exemplo, “A casa velha, portas novas”; excluimos, ainda, provérbios cujo referente não remetesse directa e exclusivamente para características físicas ou psicológicas dos idosos, por exemplo: “Abelha, ovelha, e parte na igreja, desejava para seu filho a velha”. Eliminámos, também, na elaboração do *corpus* inicial, provérbios repetidos entre as fontes, mas incluímos provérbios que, ainda assim, apresentavam poucas diferenças entre si; eliminámos provérbios contidos noutros mais abrangentes, como é o caso de “Ao velho muda-lhe o ar, vê-lo-ás acabar”, contido em “Ao velho muda-lhe a casa e o ar, vê-lo-ás acabar”. Eliminámos, ainda, os provérbios que apenas diferiam na ordem sintáctica dos elementos. Por exemplo, entre “Em Maio, come a velha as cerejas ao borralho” e “Em Maio as cerejas come-as a velha ao borralho”, excluimos o primeiro. No *corpus* em

Anexo 2 eliminámos aqueles que, apesar de não serem totalmente idênticos, mantinham, ainda assim, semelhante estrutura sintáctica, para além do mesmo conteúdo. Por exemplo, os provérbios: “Engorda o menino para crescer e o velho para morrer” e “O menino engorda para crescer e o velho para morrer”. Decidimos, portanto, eliminar um deles; neste caso, o último.

Para que a recolha de provérbios fosse a mais extensa e completa possível deslocámo-nos a várias bibliotecas da Grande Lisboa e consultámos diversos livros de recolha proverbial. O processo de categorização dos provérbios foi bastante moroso e complexo. Para além do tempo necessário para se gerar uma reflexão num contexto de estabilidade temporal, deparámo-nos com as várias significações dos provérbios consoante o contexto em que eram empregues. Deste modo, houve a necessidade de suscitar uma concordância inter-juizes de modo a que as dúvidas fossem esbatidas e com vista a criar um maior rigor na análise conceptual dos provérbios.

## 5. PROCEDIMENTO DE CLASSIFICAÇÃO DOS PROVÉRBIOS

Procedeu-se à análise temática do *corpus*, com vista ao estabelecimento de categorias que possibilitassem a diferenciação dos provérbios em termos temáticos. Os critérios que regeram a escolha das categorias basearam-se na exclusividade, objectividade e pertinência. Na realização do processo de categorização e sub-categorização recorreremos a um procedimento misto de análise de conteúdo, resultante de um procedimento fechado (com base na derivação teórica) e de um procedimento aberto (com base numa análise empírica relativamente à temática dos provérbios). Assim, no procedimento fechado, partindo da revisão da literatura, considerou-se a existência de duas pré-categorias, “Perdas” e “Ganhos”, que conduziram todo o processo de categorização. Seguiu-se o recurso a um procedimento aberto, que consistiu em fazer inferências a partir do conteúdo manifesto dos provérbios (i.e., criar categorias emergentes do *corpus*). Pretendeu-se, no fundo, abordar o conteúdo semântico de vários provérbios, de acordo com o enquadramento teórico previamente apresentado, com vista à inferência de temas nos quais os provérbios pudessem ser incluídos. Apresentamos de seguida, o processo que conduziu à categorização dos provérbios.

### 5.1. PRIMEIRA ETAPA: PRÉ-CATEGORIAS E CODIFICAÇÃO INICIAL

Na nossa primeira organização temática dos provérbios criámos duas categorias de ordem mais elevada: “Perdas” e “Ganhos”. Pensámos que os provérbios seleccionados se referiam a perdas ou ganhos associados ao envelhecimento. Esta

primeira classificação revelou-se fundamental para começarmos o processo de categorização com base na análise temática.

As sub-categorias criadas (adiante categorias) foram: (i) Perdas Físicas, (ii) Prudência, (iii) Relações Íntimas, (iv) Sabedoria, (v) Alimentação, (vi) Economia, (vii) Actividade, (viii), Religião, e (ix) Rigidez do Pensamento.

Na categoria “Perdas Físicas” incluímos provérbios em que estivesse patente a fragilidade e a dependência físicas dos idosos (e.g., “A boi velho, não cates abrigo” ou “A saúde nos velhos é muito remendada”).

Em “Prudência” visámos incluir provérbios como “Quem faz em novo, paga em velho”. Tínhamos subjacente a ideia de que os idosos são prudentes e que aprendem a ser prudentes com base nas lições tiradas da experiência de vida. Pensámos que estes provérbios fossem semanticamente equivalentes ao provérbio “A velhice faz o homem prudente”. Contudo, num segundo movimento, remetemos a maioria daqueles provérbios para uma nova categoria: “Antecedentes/ Consequentes”.

Em “Relações Íntimas” foram incluídos os provérbios relativos aos aspectos amorosos dos idosos (e.g., “Amor de velho, ciúmes de novo”) ou às consequências das relações afectivas estabelecidas por estes (e.g., “Velho enamorado, cedo enterrado”).

Na categoria “Sabedoria” incluíram-se os provérbios acerca da experiência e conhecimentos acumulados pelos idosos e os relativos à capacidade dos idosos darem conselhos (e.g., “Se queres bom conselho, pede-o ao velho”), os provérbios relativos à discriminação feita aos idosos por falta de sabedoria (e.g., “Velho que não adivinha não vale uma sardinha”) e à capacidade de serem prudentes (e.g. “Velha experimentada por água vai arregaçada”). Num segundo movimento de categorização, a categoria “Prudência” será fundida na categoria “Sabedoria”, segundo o princípio da exclusão mútua.

Na categoria “Alimentação” foram incluídos os provérbios relativos aos hábitos alimentares dos idosos (e.g., “Avezou-se a velha ao mel, comer-se quer”) e aos cuidados que estes deveriam ter com a alimentação (e.g., “Se és velho comilão, encomenda o teu caixão”).

Com a categoria “Economia” visou-se incluir os provérbios que realçassem a relação dos idosos com o aspecto económico (e.g., “Porque vai a velha à casa da moeda? Porque se lhe pega”). Estes provérbios estão de acordo com a concepção de Baltes e Mayer (1999) de insegurança económica patente nos idosos.

Na categoria “Actividade” incluíram-se provérbios que denotam a capacidade dos idosos se manterem activos e de continuarem a ser capazes de desenvolver um conjunto de tarefas, apesar das limitações físicas (e.g., “Muito pode a velha para a sua casa”) e do decréscimo de oportunidade de actividade, tal como comprovam os estudos de Baltes.

Em “Religião” visámos incluir provérbios sobre o afinco dos idosos aos aspectos religiosos (e.g., “As crianças com bonecas, a mocidade com namoros e a velhice com a igreja”). Apesar da categoria ser constituída unicamente pelo provérbio citado, julgámos que era suficiente para se constituir esta categoria.

Com a categoria “Rigidez do Pensamento” agrupámos provérbios que julgámos que remetessem para as expectativas de declínio de habilidades intelectuais e de isolamento social, como referem Baltes e Mayer (1999) ou a noção de maior rigidez conceptual nos idosos, destacada por Rodrigues (2001) (e.g., “Castigar velha e espulgar cão, duas doidices são”). Num terceiro movimento de análise criámos uma nova categoria – “Inconsequente” – que agrupou os provérbios similares ao referido e num segundo movimento de categorização criámos a categoria “Hábitos/Rotinas”. Provérbios do género “Ao velho muda-lhe a casa e o ar, vê-lo-ás acabar” passaram a

pertencer a esta categoria. Posteriormente, deixámos de considerar no nosso processo de categorização a categoria “Rigidez do Pensamento”.

Nesta primeira categorização tivemos dificuldade em categorizar alguns provérbios (e.g., “A burro velho, albarda nova”), que num segundo movimento serão inseridos na categoria “Compensação”.

## 5.2. SEGUNDA ETAPA: RECODIFICAÇÃO DO *CORPUS*

Decorridos dois meses, os resultados obtidos anteriormente foram sujeitos a uma nova reflexão que conduziu a uma reformulação da categorização, com o apoio de um juiz independente. Determinados provérbios, por exemplo: “Arrenegai do velho que não adivinha”, passaram a pertencer à categoria Sabedoria, apesar de categorizarem esta categoria pela negativa. As próprias categorias podem ser caracterizadas pela negativa ou pela positiva; por isso, não faz muito sentido a criação das pré-categorias Perdas/Ganhos.

A criação da categoria “Aprendizagem” permitiu-nos agrupar provérbios sobre as dificuldades de aprendizagem dos idosos (e.g., “Burro velho não aprende línguas”).

A substituição da categoria “Economia” por “Avareza” deveu-se à necessidade de vincar o prendimento dos idosos ao dinheiro, pelo facto desta faixa etária ser a mais prejudicada em termos económicos.

Considerámos a categoria “Antecedentes/Consequentes” para incluir provérbios que relacionavam a velhice com a juventude em termos de uma consequência desta (e.g., “Quem em menino é pousado, será velho endiabrado”).

Substituímos a categoria “Actividade” por “Auto-eficácia” por pensarmos que este termo denomina mais extensamente os provérbios sobre capacidades e potencialidades de que os idosos dispõem (e.g., “O velho põe a vinha e o velho a vindima”) e os provérbios sobre a negação da inutilidade da velhice (e.g., “Coco velho é que dá azeite”).

Com a categoria “Hábitos/Rotinas” agrupámos provérbios que revelassem práticas habituais/rotineiras dos idosos (e.g., “Patos para a Beira velhas à fogueira, patos para o mar velhas a assoalhar”).

O provérbio “O diabo depois de velho fez-se ermitão” serviu para a criação da categoria “Isolamento/Solidão”, relativa à tendência ao isolamento dos idosos.

Tivemos dificuldade em categorizar provérbios como “Mal que não tem cura é a velhice e a loucura”, “Morto por morto, antes o velho que o porco” e “O mundo é usado para o velho e o velho usado para o mundo”. Por isso, inserimo-los na categoria “Atitudes”. Num terceiro movimento de categorização, de concordância inter-juízes, agrupámo-los, respectivamente, nas categorias “Vulnerabilidades”, “Incapacidades” e “Dependências”. Neste 2.º processo de categorização incluímos ainda na categoria “Atitudes” provérbios do género “Pai velho e manga rota não desonram”, que no 3.º processo de categorização incluiremos na categoria “Carácter”.

Tivemos dificuldade em categorizar alguns provérbios do género: “A burra velha, cilha nova”, que, posteriormente, agrupámos na categoria “Compensação”. Esta categoria pretende incluir os provérbios que expressam a necessidade da velhice ser compensada, o que reflecte, por um lado, o desgaste anunciado para esta faixa etária e, por outro lado, a necessidade de o tornar menos penoso.

As categorias criadas foram: (i) Sabedoria, (ii) Aprendizagem, (iii) Alimentação, (iv) Avareza, (v) Antecedentes/Consequentes, (vi) Auto-eficácia, (vii) Hábitos/Rotinas,

(viii), Relações Íntimas, (ix) Isolamento/Solidão, (x) Religião, (xi) Compensação, (xii) Rigidez do Pensamento, e (xiii) Atitudes.

### 5.3. TERCEIRA ETAPA: CONCORDÂNCIA INTER-JUÍZES

Depois da categorização anterior, procedemos a uma situação de concordância inter-juízes. Recorremos a dois Psicólogos com experiência na Análise de Conteúdo, que sugeriram a substituição da categoria “Atitudes” por outras categorias que agrupassem os provérbios nela contidos, porque todos os provérbios se referem a crenças unitárias que se agregam em atitudes. Portanto, não faria sentido a existência de uma categoria com esta denominação. Por sugestão destes juízes independentes, substituímos a categoria “Antecedentes/Consequentes” por “Pré-destinação”, passando a incluir nesta categoria provérbios acerca de situações em que certas acções ou atitudes acarretam inevitáveis consequências para a velhice (e.g., “Mocidade ociosa, velhice penosa”).

Passámos a designar a categoria “Relações Íntimas” por “Relações Amorosas”, por ser uma denominação mais clara e mais próxima do conteúdo dos provérbios que compõem esta categoria.

Criámos a categoria “Aparência Física” para incluir provérbios que reflectem a deterioração física dos idosos. Apenas pertence a esta categoria o provérbio “De noite, à candeia, a velha parece donzela”.

Substituímos a categoria “Rigidez do Pensamento” por “Carácter”, a fim de incluirmos provérbios que remetessem para características da personalidade dos idosos (e.g., “Depois de velho, gaiteiro”).

Construímos as categorias: “Incapacidades”, para abranger provérbios acerca da perda de potencialidade física dos idosos (e.g., “Perde-se o velho por não poder e o novo por não saber”); “Dependências”, visando incluir provérbios sobre a falta de autonomia dos idosos, equiparável à falta de autonomia de uma criança (e.g., “Com a idade torna o velho a menino”) e provérbios que revelam dependência dos idosos ao clima (e.g., “O velho e o peixe, ao sol aparecem”); e “Vulnerabilidades”, para incluir provérbios sobre as fragilidades da velhice (e.g., “A saúde nos velhos é muito remendada”).

Criámos, ainda, a categoria “Inconsequente”, para abranger provérbios sobre a tomada de atitudes inconsequentes por parte dos idosos (e.g., “Repreender velho e espulgar cão duas asneiras são”).

Os nossos juízes independentes apontaram para o facto dos provérbios n.º 12, 13 e 19 serem muito repetitivos, sugerindo a escolha de um deles que pudesse conter um referente mais genérico. Optámos pelo provérbio “A mulher velha, cabeçada nova” (13). Sugeriram a exclusão de provérbios que pensámos pertencerem à categoria “Compensação”, mas que depois de uma reflexão mais elaborada vimos que não se incluíam de todo nesta categoria. Foram, assim, excluídos por dificuldade de inferência os provérbios “A cavalo novo, cavaleiro velho”, “A soldado novo, cavalo velho”, “Carne nova de vaca velha” e “Barbeiro novo, médico velho”.

Excluámos os provérbios: “Hajamos paz, morreremos velhos”, que não está relacionado com a velhice, mas com a paz; “Mulher do velho, reluz como espelho”, que não caracteriza, como inicialmente pensávamos, os idosos de avaros. Faz, isso sim, uma comparação da mulher do idoso com o idoso; “Velho como a Sé de Braga”, por não ser comumente usado para referir características dos idosos. Em vez disso, aplica-se a objectos ou situações; “Quem se consome velho fica”, porque o destinatário deste

provérbio não remete necessariamente para os idosos, uma vez que se pode tratar de um jovem que fica consumido. Este provérbio pertence àqueles que, apesar de incluir a palavra “velho”, não remete necessariamente para a velhice.

Resultaram deste processo de categorização as seguintes categorias: (i) Sabedoria, (ii) Aprendizagem, (iii) Alimentação, (iv) Avareza, (v) Pré-destinação, (vi) Auto-eficácia, (vii) Hábitos/Rotinas, (viii), Relações Amorosas, (ix) Isolamento/Solidão, (x) Religião, (xi) Compensação, (xii) Aparência Física, (xiii) Carácter, (xiv) Incapacidades, (xv) Dependências, (xvi) Vulnerabilidades, e (xvii) Inconsequente.

#### 5.4. QUARTA ETAPA: ESTABILIDADE INTRA-CODIFICADOR

Passado um mês, repetimos o processo de categorização e de agrupamento dos provérbios. Optámos por designar a categoria “Pré-destinação” por “Pré-destinação/Fatalidade”, “Religião” por “Religiosidade”, e “Inconsequente” por “Inconsequentes na acção”.

Decidimos ainda que as categorias criadas passariam a constituir sub-categorias agrupadas em quatro categorias: Aspectos Físicos, Aspectos Psicológicos, Aspectos Comportamentais e Aspectos Relacionais.

Deste modo, incluímos na categoria Aspectos Físicos as sub-categorias: (vi) Auto-eficácia, (xii) Aparência Física, (xiv) Incapacidades, (xv) Dependências, e (xvi) Vulnerabilidades. Na categoria Aspectos Psicológicos inserimos: (i) Sabedoria (ii) Aprendizagem, (iv) Avareza, (v) Pré-destinação/Fatalidade, (x) Religiosidade, (xi) Compensação, (xiii) Carácter, e (xvii) Inconsequentes na acção. Incluímos em Aspectos

Comportamentais: (iii) Alimentação e (vii) Hábitos/Rotinas. Por último, em Aspectos Relacionais inserimos as sub-categorias: (viii) Relações Amorosas e (ix) Isolamento/Solidão.

Agrupámos ainda as quatro categorias citadas anteriormente em duas categorias de ordem mais elevada: Aspectos Intrínsecos e Aspectos Extrínsecos. Na primeira ficaram contidos os Aspectos Físicos e Aspectos Psicológicos. Na segunda, Aspectos Comportamentais e Aspectos Relacionais.

#### 5.5. QUINTA ETAPA: ESTABILIDADE INTRA-CODIFICADOR E CONCORDÂNCIA INTER-CODIFICADORES

Passado outro mês decorreu uma nova fase de depuração dos provérbios. Excluimos o provérbio “Quanto mais vivemos mais aprendemos”, por não se referir exclusivamente aos idosos e eliminámos o provérbio “Valentão não morre de velho”, por também não remeter unicamente para a velhice.

A sub-categoria “Vulnerabilidades”, inicialmente bastante extensa, teve grande parte dos seus provérbios repartidos por outras duas sub-categorias: “Incapacidades” e “Saúde”. A título de exemplo, o provérbio “Boi velho, lavra com os ossos” passou a figurar em “Incapacidades”. A reclassificação de “Vulnerabilidades” permitiu uma distinção mais clara entre “Vulnerabilidades” e “Incapacidades”, com a primeira a remeter para a influência de factores extrínsecos ao sujeito e a segunda a incidir unicamente sobre factores intrínsecos ao sujeito. Criámos neste processo de depuração a categoria “Saúde”, por um lado, por ser um tema com relevância na literatura acerca dos idosos e, por outro lado, por ter expressão no número de provérbios relativos à saúde nos idosos. “A velhice não tem cura” é um dos provérbios que passou a figurar na

categoria “Saúde”. Esta categoria tem um destaque especial no âmbito das sub-categorias consideradas. Ficou como categoria, porque engloba aspectos físicos e aspectos psicológicos.

## 6. RESULTADOS

### 6.1. CONOTAÇÕES POSITIVAS, NEGATIVAS E NEUTRAS DOS PROVÉRBIOS

Com o intuito de confrontar os resultados de estudos sobre idosos com os provérbios relativos aos mesmos, tivemos de classificar os provérbios, através da atribuição de conotações positivas, negativas ou neutras para cada um dos provérbios. Deste modo, pudemos melhor comparar a prevalência da conotação de cada categoria com os resultados de estudos científicos. Se a categoria é positiva, a tendência é os provérbios serem positivos. Existem, deste modo, duas estratégias: 1) subordinar a conotação dos provérbios àquela da sua categoria de pertença, 2) complementarmente, e analisando o seu conteúdo frásico, subordinar a conotação do provérbio àquela da paráfrase a partir dele derivada. Este processo foi desenvolvido contando com a colaboração de um juiz independente, ao qual foram colocados todos os casos que suscitaram dúvida. Também foram apresentadas as classificações realizadas para alguns dos provérbios em que não ocorreram dúvidas. Alguns provérbios suscitaram dúvida em conversa com o juiz independente. Nestes casos, procurou-se uma paráfrase de modo a apreciar melhor a conotação dos provérbios. É o caso do provérbio “É preciso ser velho cedo para o ser muito tempo”, cuja paráfrase é: “Quanto mais cedo nos prepararmos para a velhice maior a esperança de vida”. A construção da paráfrase permitiu-nos um melhor entendimento do provérbio, que, neste caso, classificámos de positivo. O provérbio “Boi velho só com treino puxa o carro” foi classificado de neutro. Este provérbio reforça a ideia de que os idosos conseguem sustentar algumas das suas capacidades cognitivas através do exercício continuado das mesmas, i.e., do treino. É-nos transmitida a ideia de que através do treino se compensa o facto de se ser idoso. Um exemplo de provérbio cotado negativamente é o provérbio “Avezou-se a velha ao mel,

comer-se quer”, que denota a incapacidade de conter o impulso para comer. Quando se tratou de atribuir conotações aos provérbios eles foram reorganizados nas sub-categorias. Este procedimento permitiu apurar a validade e a precisão da classificação entretanto feita. Estávamos, assim, perante outra situação de estabilidade temporal. Por exemplo, pensou-se que o provérbio “De bago em bago, enche a velha o saco” pertencia à sub-categoria Avareza; após reclassificação considerou-se pertencer à sub-categoria Sabedoria.

Como se pode verificar no Quadro 1, existem no universo paremiológico português 80 provérbios que caracterizam positivamente os idosos, 141 que os caracterizam negativamente e 19 que se revelam neutros nesta classificação.

Quanto às sub-categorias negativamente conotadas, destacam-se: “Incapacidades”, “Dependências” e “Vunerabilidades”, pertencentes à categoria “Aspectos Físicos”; “Alimentação” e “Relações Amorosas”, pertencentes à categoria “Aspectos Comportamentais”; e, “Pré-destinação/Fatalidade”, pertencente à categoria “Aspectos Psicológicos”. A categoria “Saúde” tem uma conotação exclusivamente negativa. Como representantes das sub-categorias positivas, temos “Auto-eficácia”, pertencente à categoria “Aspectos Físicos”, e “Sabedoria”, pertencente à categoria “Aspectos Psicológicos”. Destaca-se, ainda, analisando proporcionalmente os provérbios positivos e negativos, a sub-categoria “Carácter”, pertencente a “Aspectos Psicológicos”, que aparece como sendo positiva. Ainda que com menor relevância, esta análise proporcional leva a relativizar a conotação negativa da sub-categoria “Pré-destinação/Fatalidade”, pertencente a “Aspectos Psicológicos”, salientando-se também a sua valência positiva.

Apresenta-se, de seguida, no Quadro 1, a distribuição das conotações positiva, negativa ou neutra, pelas sub-categorias.

Quadro 1. *Distribuição dos provérbios pelas sub-categorias (tonalidade)*

Sub-categorias	Provérbios positivos	Provérbios negativos	Provérbios neutros
Sabedoria	46	2	-
Aprendizagem	-	6	1
Alimentação	2	17	-
Avareza	-	3	-
Pré-destinação/Fatalidade	7	24	3
Auto-eficácia	15	-	1
Hábitos/Rotinas	1	3	12
Relações Amorosas	2	10	-
Isolamento/Solidão	-	1	-
Religiosidade	-	-	1
Compensação	-	4	-
Aparência Física	-	1	-
Carácter	6	5	-
Incapacidades	-	30	-
Dependências	-	10	1
Vulnerabilidades	1	9	-
Saúde	-	12	-
Inconsequentes na acção	-	4	-
<b>TOTAL</b>	<b>80</b>	<b>141</b>	<b>19</b>

Nota. Saúde é categoria e não sub-categoria.

## 6.2. REFENTES DOS PROVÉRBIOS (QUANTO AO GÉNERO)

Existem dados do Instituto Nacional de Estatística (1999, 2002) que consideram a questão do género relativamente a uma variedade de características associadas aos idosos. Por seu lado, diversos estudos da Psicologia Científica realçaram, também, a diferença entre idosos e idosas relativamente a uma variedade de situações relativas ao

envelhecimento. Esta situação, juntamente com o facto dos provérbios poderem ter um referente masculino, feminino ou impessoal, levou-nos a crer que a tentativa de contraste entre a Psicologia Popular e a Psicologia Científica seria mais fecunda se considerássemos a questão do género patente nos provérbios portugueses seleccionados.

Como se pode verificar no Quadro 2, existem no universo paremiológico português 141 provérbios com referente masculino, 55 com referente feminino e 44 com referente impessoal. Note-se que, para este último, se destaca a sub-categoria “Pré-destinação/Fatalidade”, pertencente à categoria “Aspectos Psicológicos”. Com um referente masculino destacam-se as sub-categorias: “Sabedoria”, pertencente à categoria “Aspectos Psicológicos”; “Relações Amorosas”, pertencente à categoria “Aspectos Relacionais”; e, “Dependências”, pertencente à categoria “Aspectos Físicos”. Destacam-se, ainda, as sub-categorias: “Alimentação”, pertencente à categoria “Aspectos Comportamentais”; “Carácter”, pertencente à categoria “Aspectos Psicológicos”; e, “Incapacidades”, pertencente à categoria “Aspectos Físicos”, que aparecem como sendo proporcionalmente equivalentes. Acresce, nesta análise, que se destacam as sub-categorias: “Auto-eficácia”, pertencente à categoria “Aspectos Físicos”; Hábitos/Rotinas, pertencente à categoria “Aspectos Comportamentais”; Inconsequentes na acção”, pertencente à categoria “Aspectos Psicológicos”; e, a categoria “Saúde”, como pendendo para o referente feminino.

Apresentamos, de seguida, no Quadro 2, a distribuição dos referentes masculino, feminino ou impessoal, pelas sub-categorias.

Quadro 2. *Distribuição dos provérbios pelas sub-categorias (referentes)*

Sub-categorias	Referente masculino	Referente feminino	Referente impessoal
Sabedoria	38	7	3
Aprendizagem	7	-	-
Alimentação	13	6	-
Avareza	-	3	-
Pré-destinação/Fatalidade	13	-	21
Auto-eficácia	6	7	1
Hábitos/Rotinas	5	11	-
Relações Amorosas	12	-	-
Isolamento/Solidão	1	-	-
Religiosidade	-	-	1
Compensação	3	1	-
Aparência Física	-	1	-
Carácter	8	3	-
Incapacidades	17	8	5
Dependências	9	-	2
Vulnerabilidades	5	-	5
Saúde	3	3	6
Inconsequentes na acção	1	5	-
<b>TOTAL</b>	<b>141</b>	<b>55</b>	<b>44</b>

Nota. Saúde é categoria e não sub-categoria.

Cruzando os resultados obtidos no Quadro 1 e Quadro 2, parece, então, que às mulheres são atribuídos problemas ligados à saúde e inconsequências na acção, por contraponto à virtude da auto-eficácia. Quanto aos homens, à virtude da sabedoria contrapõe-se a sua dependência de outrem e os problemas que podem advir do relacionamento amoroso.

## 7. DISCUSSÃO

Os provérbios não nos dizem tudo acerca da realidade, mas fazem-nos reflectir acerca da mesma. Como transportadores de crenças, neles giram as nossas expectativas e ânsias relativamente aos conteúdos veiculados. São fonte ou desaguadouro de um saber popular, e é na sua aplicação assertiva que reside o seu valor. É sabida a importância dos provérbios. Expressões correntes que antecedem os provérbios, como “conforme diz a tradição...” ou “conforme dizem os mais velhos...”, atestam a importância de recorrer aos provérbios no discurso oral. Por isso, e tendo em conta que são os idosos que mais parecem recorrer aos provérbios, pareceu-nos fundamental relevar os provérbios acerca dos idosos no nosso estudo. Aproveitámos para comparar o saber popular com o saber científico. Confrontámos crenças e, desta batalha e da nossa (investida nesta tese), obtivemos os dados espoliados. Os resultados obtidos com a constituição de sub-categorias acerca do texto proverbial português permitiram uma visão mais clara da extensão de estereótipos atribuídos aos idosos. Propomo-nos, agora, reflectir sobre a dimensão desses estereótipos, procurando uma correspondência entre o que os provérbios nos dizem e o que afirma a teoria com base em estudos científicos sobre idosos. Apesar de algumas sub-categorias não terem sido destacadas na apresentação dos resultados, foram consideradas para esta discussão. Das várias sub-categorias resultantes da constituição do *corpus*, pudemos verificar que a extensão de cada sub-categoria é variável, o que nos pode ajudar a reflectir sobre a diferente importância dos provérbios incluídos nas várias sub-categorias e a diferente necessidade de utilização desses provérbios. Deste modo, é natural que a necessidade de veicular mais frequentemente um dado conteúdo ou mensagem condicione favoravelmente a criação de mais variantes para provérbios com o mesmo conteúdo. As sub-categorias

mais extensas são, por ordem decrescente: “Sabedoria”, “Pré-destinação/ Fatalidade” e “Incapacidades”. Curiosamente, e a contraponto da predominância de aspectos negativos associados ao conteúdo dos provérbios, a sub-categoria com maior extensão refere-se a uma sub-categoria sobre aspectos positivos associados à velhice – “Sabedoria”. Contudo, as duas outras sub-categorias mais representativas evidenciam uma classificação eminentemente negativa.

O conceito de Sabedoria foi abordado por vários investigadores da Psicologia do Desenvolvimento, desde Erikson a Baltes. Erikson considerou a Sabedoria como o culminar da resolução positiva da crise final do ciclo-de-vida, apesar do declínio de capacidades na velhice. Baltes, com base numa abordagem eminentemente funcionalista, considerou a Sabedoria como uma consequência da pragmática da inteligência e relevou o facto desta implicar um conhecimento do ciclo-de-vida. Segundo este autor, verifica-se uma variação qualitativa (e não quantitativa) da continuidade do funcionamento intelectual. Quer a concepção de Erikson quer a de Baltes referem-se a aspectos positivos da Sabedoria. Quase todos os provérbios coligidos acerca deste tema valorizaram a experiência e conhecimentos acumulados pelos idosos e realçaram a prudência associada a esta faixa etária, o que está de acordo com os dados fornecidos pela investigação. A sub-categoria “Sabedoria” é quase exclusivamente positiva, isto é, traduz uma relação positiva entre ser-se idoso e ser-se sábio. Os provérbios reflectem a capacidade dos idosos darem conselhos e terem uma conduta assertiva e sábia, o que está de acordo, por exemplo, com o estudo de Baltes e Smith (1999) que destacou, na velhice, a capacidade de emissão de bons conselhos e ponderação, para além da capacidade de compreensão, utilização de bom senso, aprendizagem com as experiências e perspicácia da observação. Ardelt (2000) considerou que as pessoas idosas não eram geralmente reverenciadas pela sua sabedoria

e que isso se devia, sobretudo, ao facto da sabedoria ser relativamente rara entre os idosos e não tanto ao facto de não valorizarmos a qualidade da sabedoria. Curiosamente, no nosso estudo, pela extensão da sub-categoria “Sabedoria” e pela classificação eminentemente positiva atribuída, parece ser fortemente valorizada, apesar de algumas excepções, como o atesta, por exemplo, o provérbio: “Velho que não adivinha não vale uma sardinha”. O referente é predominantemente masculino. Ora, a sub-categoria “Sabedoria” foi simultaneamente valorizada no âmbito da Psicologia Científica e no âmbito da Psicologia Popular.

Outra sub-categoria com bastante representatividade ao nível do texto proverbial foi a “Pré-destinação/ Fatalidade”. Nesta sub-categoria, em que está patente a forma como certas atitudes ou acções acarretam inevitáveis consequências para a velhice, é salientada a relação entre os comportamentos e as atitudes da juventude e as consequências disso na velhice. Trata-se de uma sub-categoria bastante extensa. Assim, para a Psicologia Popular, parece ser muito importante considerar as consequências para o envelhecimento do estilo de vivência da juventude. No domínio científico, Kraaij e De Wilde (2001) relacionaram os sintomas depressivos na velhice com acontecimentos de vida negativos, como a morte de pessoas significativas para o sujeito, circunstâncias socio-económicas, entre outros. Também ao nível dos provérbios está patente uma relação de antecedentes/consequentes, estando bem vincada a relação do estilo de vida na juventude com a consequente vivência na velhice. Esta relação expressa sobretudo as consequências negativas para a velhice da vivência de uma juventude irreflectida e imprudente. Pensamos que esta relação negativista da juventude se associa à importância da função de aconselhamento que os provérbios assumem, com vista à orientação da conduta dos indivíduos. Assim, tanto no campo da sabedoria popular como no campo científico são apresentados factores que interferem com o

desenvolvimento na velhice. Contudo, a análise científica é mais minuciosa na abordagem desses factores, enquanto que a cultura popular incide sobretudo no tipo de vivência da juventude como causa do estilo de envelhecimento. O saber científico anda a par com o saber popular, apesar do primeiro considerar outros aspectos que não apenas as consequências para a velhice da vivência da juventude. É como se a Psicologia Popular considerasse que os idosos não têm desenvolvimento, o que está mais próximo dos estereótipos do que da realidade. Esta concepção, assumindo uma aproximação mais estrutural, não é consonante com a visão de Erikson (1980, 1997) e de Baltes (1979, 1983, 1987, 1991), por exemplo, que admitem a existência de desenvolvimento depois da adultez e mesmo na velhice. Para além disso, Baltes (1991) considerou, ainda, a existência de influências não-normativas do desenvolvimento.

Outra sub-categoria bastante representativa no texto proverbial português é a sub-categoria “Incapacidades”, que agrupa provérbios que vincam negativamente a perda de potencialidade física dos idosos. São desvalorizadas as possíveis capacidades dos idosos, como se a velhice fosse sinónimo de inutilidade. Neto (1999) referiu a existência de crenças que suportam a ideia de que os idosos são pouco hábeis em fazerem coisas. Contudo, Baltes e colaboradores (1999) revelaram no seu estudo que vários idosos são activos, tanto dentro como fora de casa, apesar do decréscimo de oportunidade de actividades e maior tempo livre na velhice. Segundo estes autores, não se confirma que o dia-a-dia dos idosos se baseie sobretudo em inactividade e descanso. A sub-categoria “Incapacidades” realça aspectos negativos associados aos idosos. Existe alguma correspondência entre os provérbios daquela sub-categoria e a literatura sobre o conteúdo dos mesmos. Baltes e Mayer (1999) realçaram as expectativas de declínio de habilidades intelectuais e de saúde física. Baltes e colaboradores (1999) realçaram o declínio físico e mental, acréscimo de doença crónica, limitações biopsicológicas e suas

consequências. Rodrigues (2001) salientou os estereótipos sobre as capacidades cognitivas (redução da capacidade mnésica) e capacidades físicas (dificuldade de locomoção). O mesmo autor destacou, também, os estereótipos da falta de saúde atribuída aos idosos por vulnerabilidade aos problemas de saúde. Quanto ao funcionamento motor, revelou crenças mais arraigadas por parte dos idosos sobre a fragilidade e vulnerabilidade física, o que os leva a escolher actividades que exijam pouco esforço físico. A nossa análise do texto proverbial seleccionado revela que os provérbios masculinos e femininos são proporcionalmente equivalentes. O estudo de Browning e colaboradores (2000) não aborda a questão do género, mas salienta que os sintomas depressivos e o aumento de afectos negativos eram mais afectados por aspectos de incapacidade. Relacionaram ainda as consequências significativas no bem-estar com base na independência. Curiosamente, as nossas sub-categorias “Incapacidades” e “Dependências” assumem uma conotação claramente negativa, o que nos faz pensar, de facto, na importância da dependência e incapacidade na avaliação por parte dos idosos acerca de si próprios e na importância destes factores para o bem-estar dos mesmos. Verificámos, na sub-categoria “Incapacidades”, que a teoria científica não é exclusivamente negativista, tal como se verificou na cultura popular.

Para discutirmos a sub-categoria “Vulnerabilidades”, lembremos Guttman (in Novo, 2003), que considerou que a maior vulnerabilidade psicológica nos idosos, associada a maior fragilidade das redes de suporte social e maior fragmentação das relações interpessoais, tinha como consequência o aumento de queixas somáticas. Se a isto associarmos o facto dos idosos estarem votados a um isolamento físico e psicológico (Instituto Nacional de Estatística, 2002), podemos compreender melhor o facto de na nossa análise proverbial os provérbios serem conotados maioritariamente como negativos na sub-categoria “Vulnerabilidades”. Contudo, tendo em conta que o

viver só é uma característica essencialmente feminina (Instituto Nacional de Estatística, 1999, 2002), seria de esperar que, pretendendo uma correspondência entre a Psicologia Popular e a Psicologia Científica, os provérbios com referente feminino superassem os de referente masculino na sub-categoria “Vulnerabilidades”. Tal não se verifica. Possivelmente, as mulheres são percebidas como mais autónomas e capazes do que os homens, o que torna estes mais dependentes e, portanto, mais vulneráveis. Segundo este ponto de vista, os homens dependerão mais do que as mulheres fazem. De facto, segundo o Instituto nacional de Estatística (1999, 2002), os indivíduos do sexo masculino revelam maior desvantagem em viverem sós. Em suma, quanto à sub-categoria “Vulnerabilidades”, conforme nos aponta a teoria científica, é esperada uma maior vulnerabilidade física e psicológica nos idosos, sendo os indivíduos do sexo masculino os mais afectados.

Outra sub-categoria com uma valência negativa é a sub-categoria “Dependências”. Os provérbios que a constituem demarcam sobretudo a situação de dependência em que se encontram os idosos, desprovidos de algumas capacidades que antes dispunham, e comparam a velhice à infância. Também os estudos de Belmont (1997) referiram a comparação dos idosos a crianças, no sentido da impotência, não-independência e necessidade de cuidados. Rodrigues (2001) reflectiu sobre o estereótipo que associa as pessoas idosas a crianças, mais arraigado nos sujeitos com menos de 65 anos, o que, segundo o autor, conduz a uma infantilização de pessoas idosas, frequentemente em meios institucionais. Cerqueira e colaboradores (2004) destacaram também a situação de dependência em que se encontram os idosos e, nesse sentido, a consequente comparação da velhice à infância. No texto proverbial por nós considerado essa situação está suficientemente representada na sub-categoria “Dependências” e explica a percepção exclusivamente negativa dessa representação. Wenger (1987), por

seu lado, também salientou a estereotipagem dos idosos como dependentes e justificou isso com algumas más interpretações estatísticas, porque muitas vezes só estão representados aqueles que precisam de ajuda. Apesar da nossa sub-categoria “Dependências” relevar negativamente esta dimensão dos idosos, Cerqueira e colaboradores (2004), no entanto, postulam a possibilidade de um sentimento de independência para os idosos com base no facto da pessoa se sentir autónoma e não um fardo para os outros. Esta situação está em consonância com o estudo de Baltes e colaboradores (1999), que constataram que a velhice não se traduz geralmente numa situação de dependência: a maioria relatou sentir controlo nos vários domínios das suas vidas, com a criação de objectivos e expectativas no futuro. Na sub-categoria “Dependências”, o número de provérbios com alusão ao tipo masculino do género assumiu um carácter preponderante. É curioso relacionar este facto com os resultados obtidos por Baltes e Smith (1998) de que os homens casados dependem das habilitações das mulheres e companheiras para a manutenção das suas redes sociais, enquanto as mulheres estão mais aptas a gerir por si próprias essas redes sociais. Quer a nossa recolha de provérbios relativa à sub-categoria “Dependências” quer a maioria de estudos acerca desta dimensão relevam o seu carácter negativo. Curiosamente, Baltes (1995) salientou a dependência como um mecanismo de compensação pelos idosos, na medida em que a pessoa poderia estar apta a transformar a acção em dependência comportamental, apesar da crescente vulnerabilidade associada ao envelhecimento. Assim, a situação de dependência dos idosos não é tão clara e directa como se possa imaginar ou estereotipar, e a relação entre a cultura popular – negativista – e a científica não é tão harmoniosa como seria de esperar. A visão científica, ainda que em alguns aspectos consonante com a visão popular, não é exclusivamente negativista como acontece na visão popular.

A sub-categoria “Aprendizagem” salienta negativamente as maiores dificuldades de aprendizagem nos idosos. Tal situação está de acordo com o estudo de Rodrigues (2001), que referiu a existência de estereótipos relativos às capacidades cognitivas dos idosos, dificuldades de aprendizagem, para além da maior valorização por parte dos idosos da capacidade para aprender. Contrariamente a esta perspectiva, Baltes e colaboradores (1999) concluíram que a maioria dos idosos continua a ter potencial para beneficiar de novas experiências de aprendizagem, apesar do decréscimo de funcionamento intelectual. Baltes e Baltes (1990) contradisseram, com os seus resultados, aquilo que verificámos na sub-categoria “Aprendizagem”. Defenderam a possibilidade dos idosos adquirirem novos conhecimentos, enquanto a nossa sub-categoria “Aprendizagem” é caracterizada eminentemente de forma negativa, como se os estereótipos em relação aos idosos não postulassem a capacidade de resiliência na velhice. Lembremo-nos, a título de exemplo, do tantas vezes citado provérbio: “Burro velho não aprende línguas”, que desacredita o potencial dos idosos para novas aprendizagens. Ora, quanto à “Aprendizagem”, a Psicologia Popular opõe-se à Psicologia Científica, porquanto aquela reforça as limitações severas da aprendizagem na última etapa de vida. O referente patente nesta sub-categoria é exclusivamente masculino, mas esse facto deve ser relativizado, porque, por um lado, recorre-se a animais, e, por outro lado, cremos que os provérbios podem ser aplicados tanto a homens como a mulheres no aspecto comunicacional ou pragmático do uso dos provérbios.

Quanto à sub-categoria “Alimentação”, acerca dos hábitos alimentares dos idosos e dos cuidados a ter com a alimentação, fica subentendida a vulnerabilidade física dos idosos. Não encontramos nos estudos psicológicos sobre idosos uma incidência relevante sobre esta temática. Contudo, a extensão desta temática ao nível

dos provérbios parece assumir a importância e a preocupação acerca da mesma na cultura popular.

Na sub-categoria “Avareza” fica subentendido, através dos provérbios que a compõem, a valorização dos aspectos económicos por parte dos idosos. Baltés e Mayer (1999) salientaram no seu estudo a insegurança económica e a dependência social dos idosos. Pensamos que tal facto pode acarretar uma maior preocupação com o aspecto económico. Rodrigues (2001) considerou a existência de estereótipos relativos às dificuldades económicas dos idosos. Apesar de ser uma sub-categoria pouco representativa no texto proverbial português, esta temática não deixa de ser considerada na abordagem científica dos idosos. Aliás, está bem patente nos estudos científicos, o que reforça a necessidade de ter em consideração a situação económica com as consequências que isso acarreta ao nível social. Apesar da sub-categoria “Avareza” não ter grande expressão, por comparação com outras sub-categorias mais expressivas (com mais ocorrências), tem relevância ao nível da interpretação (saturação “teórica”). A sub-categoria “Avareza” é conotada negativamente e associada exclusivamente ao tipo feminino do género, o que releva a avidez do dinheiro para as idosas. Fernández-Ballesteros (2002) destacou a importância dos rendimentos, para além da saúde e independência, em detrimento da importância quase exclusiva que muitas vezes se atribuía ao suporte social para a qualidade de vida ao longo do ciclo-de-vida. Mesmo no âmbito científico, as condições sócio-económicas dos idosos são tidas em consideração, apesar de não ser feita uma distinção quanto à importância da questão económica segundo o género. Questionamo-nos, ainda, se a avareza atribuída aos idosos terá relação directa com o baixo status sócio-económico. Julgamos provável que condições económicas mais desfavoráveis propiciem mais avareza. Através da sub-categoria

“Avareza”, constatámos que as dificuldades económicas dos idosos, vincadas pelos estudos científicos, estão reflectidas no texto proverbial português.

A sub-categoria “Auto-eficácia”, eminentemente positiva, está em consonância com o estudo de Baltes e Baltes (1990), que contrapõe à velhice a ideia de perda e declínio com a existência de uma capacidade de reserva cognitiva que é possível ser activada por intermédio de aprendizagem, experiência e treino. Caprara e colaboradores (2003) reflectiram sobre o efeito da percepção de auto-eficácia como um factor positivo na vida pessoal e social dos indivíduos, possibilitando o desempenho em vários domínios de funcionamento, adaptação e bem-estar. Defenderam que o funcionamento da personalidade não entra necessariamente em declínio nos últimos anos de vida e, curiosamente, puderam mostrar que o declínio é mais pronunciado nos homens do que nas mulheres relativamente às crenças de auto-eficácia. Também na sub-categoria “Auto-eficácia” o número de provérbios relativos às mulheres é proporcionalmente superior aos provérbios relativos aos homens. Levy (1996) demonstrou que as capacidades de memória dos indivíduos idosos podem ser prejudicadas pelos estereótipos relativos ao envelhecimento, mas que o declínio da memória não é inevitável e que o desempenho da memória pode ser realçado na velhice, o que mais uma vez reforça a auto-eficácia dos idosos. Quanto à “Auto-eficácia”, a equivalência entre a Psicologia Científica e a Psicologia Popular passa pelos estudos científicos que combatem a tese de declínio físico e mental contínuo dos idosos, de acordo com provérbios que reconhecem a auto-eficácia dos idosos.

A sub-categoria “Hábitos/Rotinas” incide sobre as práticas rotineiras dos idosos e é consideravelmente representativa nos provérbios acerca de idosos. A mesma importância não é encontrada no âmbito da literatura científica. Contudo, dispomos de dados do Instituto Nacional de Estatística (1999, 2002), segundo os quais a maior parte

dos indivíduos com mais de 65 anos praticam actividades que exigem pouco esforço físico (e.g., ver televisão). Esta situação tem correspondência com os provérbios que transmitem a ideia de que os idosos são tendencialmente sedentários (e.g., “Nós em al e a velha no portal”). Para além disso, o provérbio “Ao velho muda-lhe a casa e o ar, vê-lo-ás acabar” mostra-nos a dificuldade de adaptação a mudanças por parte dos idosos. Em termos proporcionais, a sub-categoria “Auto-eficácia” remete mais para o feminino do que para o masculino. Não encontramos na sub-categoria “Hábitos/Rotinas” uma correspondência directa entre a Psicologia Popular e a Psicologia Científica. Contudo, pressupõe-se que se os idosos portugueses tendem a praticar actividades que exijam pouco exercício físico, fiquem mais sedentários e que, por isso, diversifiquem menos as actividades, tornando-as mais rotineiras.

Também não se encontrou, na investigação científica acerca dos idosos, uma correspondência com a sub-categoria “Relações Amorosas”, que pressupõe um cariz negativo acerca do estabelecimento de relações amorosas nos idosos. A sub-categoria criada inclui provérbios cujo conteúdo destaca negativamente as relações amorosas dos idosos. Sabemos apenas, através do Instituto Nacional de Estatística (1999), que são sobretudo os homens idosos que mais casam, e mais cedo do que as mulheres, relativamente ao tempo que medeia entre a dissolução do último casamento e o novo casamento. Curiosamente, parece haver uma distinção em termos de género, ao nível dos provérbios, que apenas se reportam aos idosos do sexo masculino. Pensamos que pelo facto de serem mais os idosos do que as idosas a estabelecerem mais facilmente novas relações, que sejam os idosos alvos mais fáceis de estereotipagem que as idosas, ficando estas numa posição mais resguardada quanto à questão dos relacionamentos amorosos.

A sub-categoria “Isolamento/Solidão” ficou, no nosso estudo, apenas representada por um provérbio, o qual denota a tendência ao isolamento do sujeito idoso. Rodrigues (2001) destacou a existência de estereótipos sobre problemas relativos à sociabilidade, nomeadamente solidão, isolamento e redução de contactos interpessoais. No entanto, os estudos de Baltes e colaboradores (1999) lançaram a ideia de rejeição da velhice como fase de isolamento social. Novo (2003) baseou-se na concepção de generatividade de Erikson para afirmar que o idoso não se encontra obrigatoriamente impedido de se interessar pelo mundo externo e de estabelecer relações interpessoais. A própria noção de generatividade assenta na ideia de realização pessoal através do investimento nos papéis e funções actuais. Segundo Novo, há uma crescente importância da interioridade na velhice, longe de ser solitária e inibidora das relações interpessoais. A gama de relacionamentos é mais restrita e os idosos tendem sobretudo a relacionarem-se com as pessoas que conhecem bem: amigas antigas e familiares. Novo considerou, ainda, que as relações sociais são causa de satisfação e bem-estar psicológico. Amado e colaboradores (2004) consideraram que a necessidade de cultura aumenta com a idade e também a orientação para interesses colectivos. Contudo, segundo o Instituto Nacional de Estatística (2002), são pouco regulares os contactos dos idosos com amigos e familiares. Votados a um isolamento físico e psicológico, a maioria dos idosos não pertence a nenhuma organização social ou cultural. A questão da redução das redes sociais na velhice está patente no único provérbio sobre isolamento/solidão: “O diabo depois de velho fez-se ermitão”, apesar deste não destacar a maior concentração dos idosos na família, tal como é considerado por Cerqueira e colaboradores (2004), segundo os quais existem diversos factores para um maior isolamento dos idosos, seja através da diminuição da qualidade de vida, seja através do aumento do risco de dificuldades funcionais e de incidência de doenças.

Chankin e colaboradores (2003) concluíram, através de uma amostra de idosos gregos, que, aqueles que tinham fortes relações familiares, mantinham uma subjectiva qualidade de vida e satisfação de vida, o que, a nosso ver, reforça o carácter negativo do isolamento e também a importância das famílias para os idosos, que se vêm confrontados com a perda de competências. O estudo de Hagberg e Rennemark (2004) remete indirectamente para a ideia do combate mais eficaz das mulheres idosas contra o isolamento e a solidão, através da satisfação com as redes sociais e a associação com a boa saúde subjectiva. A singularidade do provérbio considerado não vinca uma distinção entre homens e mulheres, porquanto, apesar de ser masculino, dado o carácter metafórico da asserção proverbial, ele não corresponderá ao masculino estritamente. Além disso, trata-se de mais uma categoria que é importante no estudo dos idosos, mas que só aparece uma vez. Segundo Pinguart e Sörenson (2001), as mulheres estão mais aptas a experimentarem maior solidão. Ser-se mulher é, segundo os autores, um factor de risco para a solidão associada à velhice, entre outros factores como, por exemplo, perdas sociais incontroláveis. Sabemos, através de dados estatísticos, que as mulheres têm uma maior esperança média de vida. Ora, é natural que com isso aumente a probabilidade de perdas de laços sociais significativos. Os autores concluíram, ainda, que é em idades mais avançadas que se verifica um maior impacto da baixa qualidade de relacionamento. Assim sendo, é de esperar que nas mulheres idosas se verifique mais esse impacto. De forma semelhante, Baltes e Smith (1998) obtiveram para as mulheres perfis menos desejáveis de solidão, comparativamente aos homens. A nossa classificação pontua negativamente a percepção que se tem do isolamento e da solidão, mas Neto e colaboradores (2004), contrariamente, destacaram o efeito positivo da solidão como promotor da individualidade, criatividade e auto-consciência. Em suma, os estudos científicos acerca do “Isolamento/Solidão”, de uma maneira geral, reforçam

estas características associadas à última etapa de vida, apesar de haver resultados contraditórios quanto à questão do género.

A sub-categoria “Religiosidade”, também representada apenas por um provérbio, faz-nos crer que há uma maior proximidade entre a religião e a velhice, comparativamente a qualquer outro estrato etário (“As crianças com bonecas, a mocidade com namoros e a velhice com a igreja”). Segundo Novo (2003), a religiosidade está associada às pessoas a partir da meia-idade por darem mais atenção ao self, situação esta propiciadora de sentimentos e comportamentos religiosos que possibilitam a diminuição do stresse. Segundo Cerqueira e colaboradores (2004), a religião assume um carácter protector relativamente à solidão e ao isolamento social. Hagberg e Rennemark (2004) citaram Auslander para destacarem a relação que este autor estabeleceu entre a frequência de contacto e as idas à igreja com o auto-relato do estado de saúde. Neto e colaboradores (2004) explicaram a importância da religião e da fé como forma dos indivíduos ganharem mais força, paz interior e um sentido de pertença à comunidade. Assim, a própria literatura científica justifica o apego dos idosos à religião como uma situação vantajosa. Tal como a Psicologia Popular, a Psicologia Científica demarca a importância da religiosidade e a associação desta com um conjunto de factores promotores de bem-estar. O referente do provérbio considerado é impessoal. Também ao nível da literatura encontrada não é feita distinção quanto ao género.

A sub-categoria “Compensação” reflecte a necessidade de compensação das perdas verificadas com o envelhecimento do ser humano. Os estudos de Baltes e colaboradores (1999) sobre a pragmática da inteligência são um exemplo do poder compensatório da diminuição de capacidades na velhice. O exemplo mais óbvio dessa capacidade compensatória é a Sabedoria. A sub-categoria “Compensação”,

exclusivamente negativa, denota, com base nos estereótipos, a fragilidade da velhice, como se esta não dispusesse à partida de uma capacidade auto-regeneradora. Contudo, já Thompson (1993) defendeu a capacidade de resiliência na velhice, associada à capacidade de adaptação e contínua capacidade de auto-satisfação, que aponta no mesmo sentido dos estudos de Baltes e colaboradores (1999). Deste modo, quanto à sub-categoria “Compensação”, verificámos uma visão mais negativa do envelhecimento através dos provérbios, em comparação com a literatura científica, que considera a capacidade de resiliência dos idosos.

Com a sub-categoria “Aparência Física”, representada apenas por um provérbio, fica reflectida a crença da deterioração física associada aos idosos. Baltes e colaboradores (1999), por exemplo, demarcaram a situação de declínio físico na velhice. Cerqueira e colaboradores (2004) consideraram diversas manifestações do envelhecimento físico. Esta é, aliás, uma sub-categoria em que não há grandes dúvidas acerca do entendimento entre a Psicologia Popular e a Psicologia Científica. Conotado negativamente, o provérbio “De noite, à candeia, a velha parece donzela” pode bem denotar a maior importância atribuída à aparência física pelas mulheres e o facto destas serem mais afectadas pela deterioração dos aspectos físicos. Pelo menos, o facto do referente ser feminino assim o leva a pensar.

Os provérbios incluídos na sub-categoria “Carácter” são os que melhor reflectem as características de personalidade dos idosos. Neto (1999) referiu a existência de um conjunto de crenças que veiculam a ideia de que os idosos são tacanhos de espírito e não muito espertos. Segundo Rodrigues (2001), os estereótipos acerca da personalidade dos idosos referem-se a maior rigidez conceptual e conservadorismo. No seu estudo, comparou jovens e idosos e concluiu que, com o avançar dos anos, havia um maior destaque das limitações das capacidades cognitivas/intelectuais, no sentido da rigidez,

inflexibilidade e incapacidade de resolução de problemas. Cerqueira e colaboradores (2004) destacaram a presença de estereótipos acerca do aspecto conservador dos idosos, percebidos como antiquados e com forte apego a tradições e rituais culturais. Na sub-categoria “Carácter” existe também uma conotação negativa associada às características internas dos idosos. Exemplo disso é o provérbio: “Árvore velha não é fácil de arrancar”, que parece remeter para uma expressão de teimosia no carácter dos idosos, mas, curiosamente, há também uma acentuação de características positivas no carácter dos idosos. Senão, leia-se: “Antes velho ajuizado que moço desatinado”. Características como honra e juízo são exemplos da vertente positiva desta sub-categoria associada aos idosos. Considerámos interessante o provérbio “Pai velho e manga rota não desonram”, que diz o contrário da escotomização da ascendência, no sentido de que os idosos não desonram. Os estudos sobre estereótipos mostram que as pessoas fazem uma abordagem redutora da velhice, que é, por isso, negativamente conotada, havendo estudos que desmistificam esses aspectos relativamente aos idosos, nomeadamente ao carácter. Na sub-categoria “Carácter”, surpreendentemente, e apesar de diversos autores salientarem a existência de estereótipos negativos acerca do carácter dos idosos, a cultura popular patente nos provérbios destaca também aspectos positivos.

Relativamente à sub-categoria “Inconsequentes na acção”, o referente é predominantemente feminino, o que destaca mais uma vez a forma como é associada às mulheres uma imagem mais negativa, neste caso acerca dos resultados das suas atitudes inconsequentes, como se fossem mais afectadas pela irreflexão. Encontramos na literatura científica uma correspondência com a Psicologia Popular no âmbito do declínio físico e mental associado às perdas no decorrer do desenvolvimento, que tem como repercussão tornar os idosos mais inconsequentes na acção. Baltes e colaboradores (1999), por exemplo, destacaram o decréscimo do funcionamento

intelectual na velhice, e Cerqueira e colaboradores (2004) realçaram as diversas manifestações do envelhecimento físico. Contudo, a Psicologia Científica realçou também os ganhos associados ao envelhecimento, como confirmam os estudos de Baltes e colaboradores (1999).

A sub-categoria “Saúde”, enquanto exclusivamente negativa, traduz a percepção exclusivamente negativista da saúde na velhice, o que alguns estudos científicos vêm contrariar. Exemplo disso é o trabalho de Cerqueira e colaboradores (2004), que revelou que o pedido de exames e tratamentos na velhice associa muitas vezes a esta etapa de vida e ao próprio processo de envelhecimento um carácter de doença. As autoras referiram que são muitas vezes descurados os processos patológicos passíveis de cura e que o envelhecimento não é sinónimo de doença. No que se refere à depressão, Baltes e colaboradores (1999) desmistificaram a ideia de que a depressão nos idosos aumentava com a idade. O referente feminino é proporcionalmente superior ao masculino, o que vai no sentido do estudo de Jang, Martin e Poon (2004), que aponta uma percepção mais negativa da saúde e níveis mais elevados de sintomas depressivos nas mulheres com idade mais avançada, para além de níveis mais elevados de incapacidade. Também o estudo de Hagberg e Rennemark (1999) marca uma distinção entre idosos e idosas. As mulheres revelaram boa saúde subjectiva aquando de satisfação geral com a rede social. O mesmo não se verificou para os homens. Os autores explicaram que a participação social satisfatória desencadearia um mecanismo de redução da carga subjectiva de doença somática e uma redução da atenção relativamente aos sintomas. O mesmo estudo evidenciou nas mulheres mais sintomas de depressão e tensão que nos homens. Baltes e Smith (1998) também relataram no caso dos homens menos doenças, menos danos na visão e menos sintomas depressivos que nas mulheres, enquanto estas revelaram perfis menos desejáveis de problemas cognitivos e de fragilidade. Por seu

lado, Jang e colaboradores (2004) concluíram que os indivíduos percepcionavam a sua saúde como melhor quando tinham um sentimento de mestria mais elevado, o que nos permite reflectir, de outro modo, sobre a influência da auto-eficácia na percepção da saúde. Ao nível do texto proverbial seleccionado, a sub-categoria “Saúde” incide apenas sobre a negatividade da velhice quanto à saúde, o que se opõe à cautela científica na avaliação da saúde dos idosos, que tem em conta a influência dos estereótipos acerca das doenças na velhice.

Qualquer das sub-categorias “Saúde”, “Incapacidades” e “Isolamento/ Solidão” obteve uma classificação exclusivamente negativa. Curiosamente, associa-se a este facto o estudo de Heikinnen (2000), segundo o qual as pessoas com mais de 80 anos se sentiam propriamente velhas se apresentassem deterioração da saúde e doenças, problemas de mobilidade e contingências no relacionamento social. Podemos, a partir daqui, reflectir sobre a importância destas sub-categorias para a auto-percepção da velhice e da forma como influenciam essa percepção pelo facto de serem tão negativas.

A percepção negativa da velhice é bastante evidente, mas também a forma paradoxal como é vivida. Walsh (in Cerqueira et al., 2004, p. 139) salientou que a velhice é temida, mas igualmente temido é o facto de não ser alcançada. Esta situação está representada muito claramente no provérbio: “Todos querem chegar a velho, mas ninguém quer que lho chamem”.

## 8. CONCLUSÕES

Coloca-se a seguinte questão: terão sido os provérbios a melhor opção no nosso estudo? Parece-nos que sim. Por um lado, são ricos e abundantes em diversidade de conteúdo, e, ao longo do nosso trabalho, ajudaram-nos a reflectir sobre diversas questões e a repensar os factos científicos sobre idosos; por outro lado, a sua ambiguidade (no sentido em que um provérbio pode ter mais de um significado, conforme a situação em que é dito) gerou a noção de que há questões complexas na categorização da realidade inerente aos provérbios. Nesse sentido, como se nos puséssemos na boca do orador, demos voz e identidade ao dito e representável. Que melhor forma de reflectirmos sobre um papel que a de representarmos esse papel? Pensar sobre a velhice é antevermos um percurso. Ou não será assim tão óbvio? Com ou sem uma consciência clara do que imaginamos que nos espera, somos fruto do que acreditamos. Mais uma razão para valorizarmos os provérbios, enquanto compreensão de uma experiência.

Esta tese permitiu reflectir sobre a dimensão dos estereótipos e a influência que estes podem exercer na conduta do indivíduo. Isto tornou-se ainda mais claro perante a evocação de situações em que os provérbios pudessem ser aplicados. A análise dos provérbios reforçou a importância destes no retrato da realidade portuguesa, facilitando a compreensão dos estereótipos associados a diversos aspectos dessa realidade. O processo de categorização foi árduo, mas permitiu uma reestruturação das subcategorias e um melhor entendimento do conteúdo de cada um dos provérbios. A elaboração desta tese ajudou, ainda, a redefinir os parâmetros na elaboração de um trabalho científico, para além de, em termos concretos, precisar melhor as relações entre a Psicologia Popular e a Psicologia Científica. Constatámos que existem divergências,

mas também convergências entre ambas. Graças aos provérbios portugueses seleccionados acerca da temática do envelhecimento, reposicionámos a relação entre a Psicologia Popular e a Psicologia Científica acerca do mesmo.

Tendo por base o saber popular inscrito nos provérbios, poderá elaborar-se um questionário que tenha por base as sub-categorias e o conteúdo dos provérbios para construir dimensões e itens, à semelhança do que fez Diniz (2001) na sua tese acerca da escolha de carreira e integração universitária dos estudantes. Pensamos que as diferenças obtidas acerca dos idosos e das idosas poderiam, também, desencadear um estudo em que fosse feita uma comparação quanto ao género. No fundo, defendemos que as considerações que emergiram na nossa discussão dão garantias quanto à realização de um questionário, porque os resultados obtidos prendem-se com a nossa realidade cultural. Esses dados estão muito mais próximos da nossa realidade, uma vez que trabalhámos sobre conteúdos culturalmente ancorados na população portuguesa. Outro estudo possível seria comparar a percepção da velhice por parte dos jovens e por parte dos idosos. Como afirmava Neto (1999), a descrição dos idosos por parte dos mais jovens reflecte uma auto-percepção futura, daí ser curioso obter essa representação por parte dos jovens.

## REFERÊNCIAS

- Abreu, E., Lacerda, H., & Lacerda, R. (2000). *Dicionário de provérbios: Francês, português, inglês* (1.<sup>a</sup> ed.). Lisboa: Contexto.
- Amado, N., Devesa, T., & Diniz, A. (2004). *Modelo preditor de interesses individuais, colectivos e segurança: Comparações entre sujeitos jovens adultos, na meia-idade e idosos*. In C. Machado, L. Almeida, M. Gonçalves, & V. Ramalho (Eds.), *Avaliação Psicológica: Formas e Contextos* (Vol. X, pp. 359-366). Braga: Psiquilíbrios Edições.
- Ardelt, M. (2000). Intellectual versus wisdom-related knowledge: The case for a different kind of learning in the later years of life. *Educational Gerontology*, 26, 771-789.
- Baltes, P. (1979). On the potencial and limits of child development: Life-span developmental perspectives. *Newsletter of the Society for Research in Child Development*, 1-4.
- Baltes, P. (1983). Life-span developmental psychology: Observations on history and theory revisited. In R. Lerner (Ed.), *Developmental Psychology: Historical and Psychological Perspectives* (pp. 79-111). Hillsdale, NJ.: Lawrence Erlbaum.
- Baltes, P. (1987). Theoretical propositions of life-span developmental psychology: On the dynamics between growth and decline. *Development Psychology*, 23 (5), 611-626.
- Baltes, P. (1991). Psicología evolutiva del ciclo vital: Algunas observaciones convergentes sobre historia e teoría. In A. Marchesi, M. Carretero, & J.

- Palacios (Eds.), *Psicología evolutiva: Teorías y métodos* (pp. 243-263). Madrid: Alianza.
- Baltes, M. (1995). Dependency in old age: Gains and losses. *Current Directions in Psychological Science*, 4 (1), 14-19.
- Baltes, P., & Baltes, M. (1990). Psychological perspectives on successful aging: The model of selective optimization with compensation. In M. Baltes & P. Baltes (Eds.), *Successful Aging: Perspectives from the Behavioural Sciences* (pp. 1-34). New York: Cambridge University Press.
- Baltes, M., Baltes, P., Borchelt, M., Delius, J., Helmchen, H., Linden, M., Mayer, K., Smith, J., Staudinger, U., Steinhagen-Thiessen, E., & Wagner, M. (1999). What do we know about old age and aging? Conclusions from the Berlin aging study. In K. Mayer & P. Baltes (Eds.), *The Berlin Aging Study. Aging from 70 to 100* (pp. 475-519). New York: Cambridge University Press.
- Baltes, P., Dixon, R., & Heckhausen, J. (1989). Gains and losses in developmental throughout adulthood as perceived by different adult age groups. *Developmental Psychology*, 25 (1), 109-121.
- Baltes, L., Lindenberger, U., & Staudinger, U. (1998). Life-span theory in developmental psychology. In W. Damon (Ed.), *Handbook of Child Psychology – Theoretical Models of Human Development* (Vol. 1, 5.<sup>a</sup> ed., pp. 1029-1043). New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Baltes, L., Lindenberger, U., & Staudinger, U. (1999). Lifespan psychology: Theory and application to intellectual functioning. *Annual Review of Psychology*, 50, 471-507.
- Baltes, P., & Mayer, K. (1999). *The Berlin aging study. Aging from 70 to 100* (pp. 475-519). New York: Cambridge University Press.

- Baltes, M., & Smith, J. (1998). The role of gender in very old age: Profiles of functioning and everyday life patterns. *Psychology and Aging, 13* (4), 676-695.
- Baltes, P., & Smith, J. (1999). Trends and profiles of psychological functioning in very old age. In K. Mayer & P. Baltes (Eds.), *The Berlin Aging Study. Aging from 70 to 100* (pp. 197-226). New York: Cambridge University Press.
- Bardin, L. (1977). *Análise de conteúdo*. Lisboa: Edições 70.
- Beitel, D., & Gibbs, R. (1995). What proverb understanding reveals about how people think. *Psychological Bulletin, 118* (1), 133-154.
- Belmont, N. (1997). Velhice. In *Enciclopédia Einaudi* (Vol. 36, pp. 152-165). Lisboa: Imprensa Nacional Casa da Moeda.
- Birren, J., & Schroots, J. (1996). History, concepts, and theory in the psychology of aging. In J. Birren & K. Schaie (Eds.), *Handbook of The Psychology of Aging* (4.<sup>a</sup> ed., pp. 3-23). San Diego, California: Academic Press.
- Brandtsädter, J. & Rothermund, K. (2003). Age stereotypes and self-views in later life: Evaluating rival assumptions. *International Journal of Behavioral Development, 27* (6), 549-554.
- Browning, C., Kendig, H., & Young, A. (2000). Impacts of illness and disability on the well-being of older people. *Journal of Disability and Rehabilitation, 22* (1/2), 15-22.
- Bruner, J. (1997). *Actos de significado: Para uma psicologia cultural*. Lisboa: Edições 70.
- Caprara, G., Caprara, M., & Steca, P. (2003). Personality's correlates of adult development and aging. *European Psychologist, 8* (3), 131-147.

- Cerqueira, M., Figueiredo, D., & Sousa, L. (2004). *Envelhecer em família. Cuidados familiares na velhice*. Porto: Âmbar.
- Chankin, G., Efklides, A., & Kalaitzidou, M. (2003). Subjective quality of life in old age in Greece. The effect of demographic factors, emotional state, and adaptation aging. *European Psychologist*, 8 (3), 178-191.
- Costa, J. (1990). *O livro dos provérbios portugueses*. Lisboa: Editorial Presença.
- Diniz, A. (2001). *Crenças, escolha de carreira e integração universitária*. Dissertação de Doutoramento apresentada à Universidade do Minho, Braga.
- Diniz, A. (2004). *Sobre essas coisas a que chamamos crenças*. Lisboa: Climepsi.
- Durkheim, E. (1995). *Les règles de la méthode sociologique* (8.<sup>a</sup> ed.). Paris : PUF.
- Elder, G. (1998). The life course and human development. In W. Damon (Ed.), *Handbook of Child Psychology – Theoretical Models of Human Development* (Vol. 1, 5.<sup>a</sup> ed., pp. 939-991). New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Erikson, E. (1959). Identity and the life cycle. *Psychological Issues Monograph 1*. New York: International University Press.
- Erikson, E. (1980). *Identity and the life cycle*. New York: W. W. Norton & Company.
- Erikson, E. (1997). *The life cycle completed*. New York, London: W. W. Norton & Company.
- Fernández-Ballesteros, R. (2002). Social support and quality of life among older people in Spain. *Journal of Social Issues*, 58 (4), 645-659.
- Ghiglione, R., & Matalon, B. (1992). *O inquérito: teoria e prática*. Oeiras: Celta Editora.

- Hagberg, B., & Rennemark, M. (1999). Gender specific association between social network and health behavior in old age. *Aging & Mental Health*, 3 (4), 320-327.
- Harwood, J., Hummert, M., & Lin, M. (2004). Representation of age identities in on-line discourse. *Journal of Aging Studies*, 18 (3), 261-274.
- Heikinen, R.-L. (2000). *Ageing in autobiographical context. Ageing and Society*, 20, 467-483.
- Hillman, J. & Stricker, G. (1996). Attitudes toward older adults: The perceived value of grandparent as a social rule. *Journal of Adult Development*, 3 (2), 71-79.
- Hsee, C., Sokolowska, J., & Weber, E. (1998). What folklore tells us about risk and risk taking: Cross-cultural comparisons of american, german, and chinese proverbs. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 75 (2), 170-186.
- Instituto Nacional de Estatística (1999). *Gerações mais idosas: 1999*. Lisboa: I.N.E.
- Instituto Nacional de Estatística (2002). O envelhecimento em Portugal: Situação demográfica e socio-económica recente das pessoas idosas. *Revista de estudos demográficos*, 32, 185-208.
- Jang, Y., Kim, S., Poon, L., & Shin, B. (2004). Self-perception of aging and health among older adults in Korea. *Journal of Aging Studies*, 18, 485-496.
- Jang, Y., Martin, P., & Poon, L. (2004). Individual differences in the effects of disease and disability on depressive symptoms: The role of age and subjective health. *International Journal of Aging and Human Development*, 59 (2), 125-137.
- Kirshenblatt-Gimblett, B. (1973). Towards a theory of proverb meaning. *Proverbium*, 22, 821-827.

- Kite, M., & Johnson, B. (1988). Attitudes toward older and younger adults: A meta-analysis. *Psychology and Aging, 3*, 233-234.
- Kraaij, V., & De Wilde, E. (2001). Negative life events and depressive symptoms in the elderly: A life span perspective. *Aging & Mental Health, 5* (1), 84-91.
- Kreitler, H., & Kreitler, S. (1982). *The theory of cognitive orientation: Widening the scope of behaviour prediction*. In B. Maher & W. Maher (Eds.), *Progress in Experimental Personality Research* (Vol. 11, pp. 101-169). Academic Press. New York.
- Kreitler, H., & Kreitler, S. (1993). *Personality and behaviour: The perspective of cognitive orientation*. In A. Barros & D. Palenzuela (Eds.), *Modern Trends in Personality Theory and Research* (pp. 65-86). Porto: Apport.
- Krikmann, A. (1974). *On denotative indefiniteness of proverbs. Some additional aspects of semantic indefiniteness of proverbs*. Estonia: Instituto di Lingua e Letteratura dell'Accademia delle Scienze dell'Estonia.
- Krippendorff, K. (1980). *Content analysis, an introduction to its methodology*. London: Sage.
- Levinson, D. (1986). A conception of adult development. *American Psychologist, 51* (1), 3-19.
- Levy, B. (1996). Improving memory in old age through implicit self-stereotyping. *Journal of Personality and Social Psychology, 71* (6), 1092-1107.
- Lima, M. (1999). A personalidade na terceira idade. *Psicologia, Educação e Cultura, 3* (2), 385-396.
- Lopes, A. (1992). *Texto proverbial português: Elementos para uma análise semântica e pragmática*. Dissertação de Doutoramento apresentada à Faculdade de Letras da Universidade de Coimbra, Coimbra.

- Lopes, A. (1995). Da ambivalência do texto proverbial. *Discursos*, 10, 77-94.
- Marchand, H. (2001). *Temas de desenvolvimento psicológico do adulto e do idoso*. Coimbra: Quarteto.
- McGarty, C. (2002). *Stereotype formation as category formation*. In C. McGarty, R. Spears, & V. Yzerbyt (Eds.), *Stereotypes as explanations: The formation of meaningful beliefs about social groups*.
- McGarty, C., Spears, R., & Yzerbyt, V. (2002). *Social, cultural and cognitive factors in stereotype formation*. In C. McGarty, R. Spears, & V. Yzerbyt (Eds.), *Stereotypes as explanations: The formation of meaningful beliefs about social groups*.
- Moreira, A. (2003). *Provérbios portugueses* (5.<sup>a</sup> ed.). Lisboa: Notícias Editorial.
- Moscovici, S. (1976). *La psychanalyse. Son image et son public* (2.<sup>a</sup> ed.). Paris : Presses Universitaires de France.
- Moscovici, S. (1981). On social representations. In J. Forgas (Ed.), *Social Cognition*. London: Academic Press.
- Neto, F. (1999). As pessoas idosas são pessoas: Aspectos psico-sociais do envelhecimento. *Psicologia, Educação e Cultura*, 3 (2), 297-322.
- Neto, F., Orzech, T., & Rokach, A. (2004). Coping with loneliness in old age: A cross-cultural comparison. *Current Psychology*, 23 (2), 124-137.
- Ninno, M. (1997). Provérbios. In *Enciclopédia Einaudi* (Vol. 36, pp. 257-272). Lisboa: Imprensa Nacional Casa da Moeda.
- Novo, R. (2003). *Para além da eudaimonia. O bem-estar psicológico em mulheres na idade adulta avançada*. Coimbra: Fundação Calouste Gulbenkian.
- Oliveira, J. (1999). Os idosos vistos por eles mesmos: Variáveis personológicas e representações da morte. *Psicologia, Educação e Cultura*, III (2), 323-343.

- Pinquart, M. (2002). Good news about the effects of bad old-age stereotypes. *Experimental Aging Research, 28*, 317-336.
- Pinquart, M., & Sörenson, S. (2001). Influences on loneliness in older adults: A meta-analysis. *Basic and Applied Social Psychology, 23* (4), 245-266.
- Prandi, C. (1997). Crenças. In *Enciclopédia Einaudi* (Vol. 36, pp. 229-256). Lisboa: imprensa nacional Casa da Moeda.
- Rodrigues, C. (2001). Estereótipos sobre a pessoa idosa: Uma abordagem geracional. In A. Sequeira (Ed.), *Actas das 1<sup>as</sup> Jornadas em Reabilitação e Inserção Social* (pp. 211-219). Lisboa: Instituto Superior de Psicologia Aplicada.
- Saarnio, D. & Slotterback, C. (1996). Attitudes toward older adults reported by young adults: Variation based on attitudinal task and attribute categories. *Psychology and Aging, 11* (4), 563-571.
- Santos, M. (2000). *Dicionário de provérbios, adágios, ditados, máximas, aforismos e frases feitas*. Porto: Porto Editora.
- Shapin, S. (2001). Proverbial economies: How an understanding of some linguistic and social features of common sense can throw light on more prestigious bodies of knowledge, science for example. *Social Studies of Science, 35* (5), 731-769.
- Tajfel, H. (1978). *Differentiation between social groups: Studies in the social psychological of intergroup relations*. London: Academic Press.
- Thompson, P. (1993). Comment 'i don't feel old': The significance of the search for meaning in later life. *International Journal of Geriatric Psychiatry, 8*, 685-692.
- Vala, J. (1997). Representações sociais: Para uma psicologia social do pensamento social. In J. Vala & M. Monteiro (Eds.), *Psicologia Social* (3.<sup>a</sup> ed., pp. 353-384). Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.

- Vala, J. (1999). A análise de conteúdo. In A. Silva & J. Pinto (Eds.), *Metodologia das Ciências Sociais* (10.<sup>a</sup> ed., pp. 101-128). Santa Maria da Feira: Edições Afrontamento.
- Walsh, F. (1989). The family in later life. In B. Carter & M. McGoldrick (Eds.), *The changing family life cycle* (pp. 311-334). Boston: Allyn and Bacon.
- Wenger, G. (1987). Dependency, interdependence and reciprocity after eighty. *Journal of Aging Studies*, 1, 355-357.

Anexo 1. *Corpus inicial*

1	A boi velho, chocalho novo.
2	A boi velho, não cates abrigo.
3	A burra velha, cilha nova.
4	A burro velho, albarda nova.
5	A burro velho, capim novo.
6	A burro velho, pouco verde.
7	A cavalo novo, cavaleiro velho.
8	A galgo velho, deita-lhe lebre e não coelho.
9	A macaco velho não se ensina a fazer caretas.
10	A mim não, que sou perro velho.
11	A moça a aprazer e a velha a beber gastam o seu haver.
12	A mula velha, cabeçada nova.
13	A mulher velha cabeçada nova.
14	A mocidade goza sem reflexão; padece com ela a velhice.
15	A mocidade ociosa, velhice trabalhosa.
16	A mocidade ociosa, velhice vergonhosa.
17	A necessidade mete a velha a caminho.
18	A pouco e pouco é que fia a velha o copo.
19	A rocim velho, cabeçada nova.
20	A saúde nos velhos é muito remendada.
21	A soldado novo, cavalo velho.
22	A velha com a cana, muito anda.
23	A velha e a cortiça curadas se querem.
24	A velhice é mal desejada.
25	A velhice faz o homem prudente.
26	A velhice é segunda meninice.
27	A velho recém-casado, reza-lhe por finado.
28	A vida mal passada faz a velhice pesada.
29	A vontade de comer faz a velha correr.
30	Albarda nova em burro velho, matadura pela certa.
31	Alta vai a velha na asna.
32	Amor de velho, ciúmes de novo.
33	Antes quero velho que me honre do que moço que me assombre.
34	Antes velho ajuizado que moço desatinado.
35	Ao velho muda-lhe a casa e o ar, vê-lo-ás acabar.
36	Aproveita-te do que diz o velho e valerá por dois o teu conselho.
37	Aproveita-te do que diz o velho e valerá teu voto em conselho.
38	Arrenegai do velho que não adivinha.
39	Árvore velha não é fácil de arrancar.
40	Avezou-se a velha ao mel, comer-se quer.
41	Boi mais velho é culpado por a horta ser mal lavrada.
42	Boi velho ensina a lavar o novo.
43	Boi velho, lavra com os ossos.
44	Burra velha de longe aventa as pegas.
45	Burro velho não aprende latim.
46	Burro velho não aprende línguas.

47	Burro velho não recebe ensino.
48	Burro velho não toma andadura e se a toma pouco lhe dura.
49	Caldo, porque não cozeste?/ Velha, porque me não mexeste?
50	Carne nova de vaca velha.
51	Castigar velha e espulgar cão, duas doidices são.
52	Castigo de velha nunca fez mozza.
53	Céu vermelho para o mar, velhas a assoalhar.
54	Com a idade torna o velho a menino.
55	Come, menino, criar-te-ás; come, velho, viverás.
56	De bago em bago, enche a velha o sacco.
57	Deixa fazer a Deus que é santo velho.
58	De noite, à candeia, a velha parece donzela.
59	Depois de velho, gaiteiro.
60	Do rico é dar remédio e do velho conselho.
61	É preciso ser velho cedo para o ser muito tempo.
62	Em Abril dá a velha a filha por pão a quem lhe pedir.
63	Em Abril queima a velha o velho o carro e o carril e uma camba que deixou, em Maio a queimou.
64	Em Abril vai a velha onde quer ir e a sua casa vem dormir.
65	Em Maio as cerejas come-as a velha ao borralho.
66	Em Maio queima a velha o maço.
67	Engorda o menino para crescer e o velho para morrer.
68	Engou a velha os bredos, souberam-lhe bem, lambe-lhes os dedos.
69	Hajamos paz, morreremos velhos.
70	Homem velho e mulher nova, corno ou cova.
71	Homem velho e mulher nova, filhos até à cova.
72	Homem velho, sacco de azares.
73	Mal que não tem cura é a velhice e a loucura.
74	Melhor é fazer agastar um cão que uma velha.
75	Mocidade desprevenida, velhice arrependida.
76	Mocidade ociosa, não faz velhice contente.
77	Mocidade ociosa, velhice vergonhosa.
78	Moço de bom juízo, quando velho é adivinho.
79	Moço desprevenido, velho arrependido.
80	Moço não dás, velho acharás.
81	Morto por morto, antes a velha que o porco.
82	Muito pode a velha para a sua casa.
83	Muito pode a velha para o seu moinho.
84	Mulher do velho, reluz como espelho.
85	Não há Sábado sem sol, nem velha sem dor, nem Maria sem amor.
86	Não há Sábado sem sol, nem velha sem dor, nem moça sem amor.
87	Não há Sábado sem sol, nem velha sem dor, nem menina sem moço.
88	Não digas ao velho que se deite nem ao menino que se levante.
89	Nem tão velha que caia, nem tão moça que salte.
90	Ninguém é tão velho que não cuide viver mais um ano, nem tão novo que não possa morrer logo.
91	Ninguém quer ser velho nem morrer novo.
92	No velho e no menino o beneficio é perdido.

93	Nós em al e a velha no portal.
94	O amor no velho traz culpa e no mancebo fruto.
95	O diabo depois de velho fez-se ermitão.
96	O diabo sabe muito porque é velho.
97	O menino engorda para crescer e o velho para morrer.
98	O moço dormindo sara e o velho acaba
99	O moço por não querer e o velho por não poder, deixam as coisas perder.
100	O moço por não saber e o velho por não poder, deixam as coisas perder.
101	O mundo é usado para o velho e o velho usado para o mundo.
102	O tempo tudo cura, menos velhice e loucura.
103	O velho a estirar, o diabo a arrugar.
104	O velho e o forno, pela boca se aqueçam.
105	O velho e o peixe, ao sol aparecem.
106	O velho muda conselho.
107	O velho põe a vinha e o velho a vindima.
108	O velho que de si cura, cem anos dura.
109	O velho torna a engatinhar.
110	Os velhos andam com os dentes e os mancebos com os pés.
111	Pai velho e manga rota não desonram.
112	Para caçador novo, cão velho.
113	Para comer as cerejas em Maio, a velha guardou a melhor cepa.
114	Para o S. João guarda a velha o melhor tição.
115	Patos para a Beira velhas à fogueira, patos para o mar velhas a assoalhar.
116	Perde-se o velho por não poder e o novo por não saber.
117	Por S. Francisco semeia teu trigo; e a velha que o dizia, já semeado o tinha.
118	Porque sabe o diabo tanto? Por ser velho.
119	Porque vai a velha à casa da moeda? Porque se lhe pega.
120	Pouco a pouco fia a velha o copo.
121	Quando a velha tem dinheiro, não tem carne o carnicheiro.
122	Quando o velho se não ouve, ou está entre néscios ou no açougue.
123	Quem a velho não chegar, a vida lhe há-de custar.
124	Quem de novo é bonitinho, de velho tem um jeitinho.
125	Quem em menino é pousado, será velho endiabrado.
126	Quem em novo não trabalha, em velho dorme numa palha.
127	Quem em velho engorda de boa mocidade se logra.
128	Quem faz em novo, paga em velho.
129	Quem furta a ceia ao velho quer-lhe bem.
130	Quem muito chora, faz-se velho antes do tempo.
131	Quem não quer tomar bons conselhos nem ouvir os velhos, cedo se deita a perder.
132	Quem quiser ser muito tempo velho, comece cedo a sê-lo.
133	Reprender velha e espulgar cão, duas tolices são.
134	Se a velha se abaixa, para si caga.
135	Se és velho comilão, encomenda o teu caixão.
136	Se queres bom conselho, pede-o ao velho.
137	Se queres viver são, faz-te velho antes do tempo.
138	Teme a velhice porque nunca vem só.
139	Todos querem chegar a velho, mas ninguém quer que lho chamem.

140	Toma em rapaz bom caminho, segui-lo-ás em velhinho.
141	Um velho volta a ser menino.
142	Velha experimentada por água vai arregaçada.
143	Velha gaiteira não falta a uma feira.
144	Velho casado com moça de poucos anos, corno temos.
145	Velho é Pedro para cabreiro.
146	Velho enamorado, cedo enterrado.
147	Velho gaiteiro, velho menino.
148	Velho na sua terra e o moço na alheia sempre mentem de uma maneira.
149	Velho põe a vinha, velho a vindima.
150	Velho que não adivinha não vale uma sardinha.
151	Velho que não anda, desanda.
152	Vermelho ao mar, velhas a assoalhar.
153	A necessidade faz o velho andar de chouto.
154	A passo chegarás e a chouto cansarás.
155	A velha com a cana muito anda.
156	A velhice é uma eterna doença.
157	A velhice não está nos anos.
158	A velhice não presta, mas todos a querem.
159	A velhice não tem cura.
160	A vida passada faz a velhice pesada.
161	Asna velha, cinta amarela.
162	Até aos quarenta bem eu passo; depois... ai a minha perna, ai o meu braço...
163	Barbeiro novo, médico velho.
164	Boi velho gosta de erva tenra.
165	Boi velho, passo seguro.
166	Boi velho, rego direito.
167	Boi velho, sulco direito.
168	Burro velho gosta de capim novo.
169	Burro velho gosta de capim verde.
170	Cachorro velho não late à toa.
171	Cachorro velho não se acostuma sem coleira.
172	Cavalo velho, arreata nova.
173	Cavalo velho não toma andar.
174	Coco velho é que dá azeite.
175	De grão em grão a galinha enche o papo (e o velho o saco).
176	Juventude leviana faz velhice desolada.
177	Lobo velho não cai em armadilha.
178	Macaco velho não aprende arte nova.
179	Macaco velho não dá pulo em galho seco.
180	Macaco velho não mete a mão em cumbuca.
181	Macaco velho não põe a mão em cumbuca.
182	Macaco velho não se acostuma com coleira.
183	Macaco velho não trepa em galho seco.
184	Macaco velho não trepa em ramo seco.
185	Mais quero velho que me honre que moço que me assombre (desonre).
186	Mocidade desprevenida, velhice arrependida.
187	Mocidade ociosa faz velhice trabalhosa.

188	Mocidade ociosa não faz velhice contente.
189	Mocidade ociosa, velhice desonrosa.
190	Mocidade viciosa, velhice penosa.
191	Moço desprevenido, velho arrependido.
192	Ninguém é tão tolo quanto um velho tolo.
193	O cão velho quando ladra dá conselho.
194	O Diabo se fez homem de bem quando ficou velho.
195	Pardal velho não se deixa apanhar em qualquer rede.
196	Peixe velho é entendedor de anzóis.
197	Perde-se o velho por não poder e o novo por não saber.
198	Por velho casado se reza como finado.
199	Porco velho não se coça em pé de espinho.
200	Quem em paço envelhece em palheiro morre.
201	Quem não as faz em novo prega-as em velho.
202	Quem vive só na flauta no final sempre desafina.
203	Se a mocidade soubesse, se a velhice pudesse.
204	Se o velho pudesse e o moço soubesse, não havia nada que se não fizesse.
205	Se queres ser velho moço, faze-te velho cedo.
206	Tatu velho não se esquece do buraco.
207	Vaca velha parece que nunca foi bezerra.
208	Valentão não morre de velho.
209	Velho com amor, morte em redor.
210	Velho não se senta sem "ui" nem se levanta sem "ai".
211	Vermelhão no sertão, velhas no fogão; vermelhão para o mar, velhas a lavar.
212	A velhice começa surgindo de dentro da mocidade.
213	A velhice confessada é menos velha.
214	A velhice descobre os erros da mocidade e a fortuna, o mau conselho.
215	A velhice é uma piedosa estalagem que Deus pôs entre a morte e a gentileza, brio, esforço e saúde.
216	A velhice imprime mais rugas no espírito que no rosto.
217	Boi velho, só com treino puxa o carro.
218	É Sol que se levanta, a mocidade; é Sol que se deita, a velhice.
219	Envelhecer não é preocupante; ser olhado como velho é que é
220	Mais velha é a igreja e vão a ela.
221	Nem na mocidade virtude, nem na velhice saúde.
222	O que na mocidade não se aprende, na velhice não se entende.
223	O que se acaba pelo fundo é rede, velho e panela.
224	Pancada de velha não dói.
225	Pica de velho é língua.
226	Quem envelhece, arrefece.
227	Quem se consome velho fica.
228	Respeita a velhice: ela é depositária da experiência.
229	Uma velhice, é em geral, a recompensa de uma bela vida.
230	Uma velhice ditosa é o fruto de uma mocidade regrada.
231	Amor de velho é amor de cão.
232	As crianças com bonecas, a mocidade com namoros e a velhice com a igreja.
233	Da boca do velho toma conselho.
234	De velho se torna a menino.

235	Dorme o menino para crescer, e o velho para morrer.
236	E viva o velho.
237	Em Abril sai a velha do covil, dá uma volta e torna a vir.
238	Em Abril vá a velha onde quer ir mas a sua casa vem dormir.
239	Juventude leviana faz velhice desolada.
240	Na mocidade tudo é flores e na velhice dores.
241	O menino e o velhinho vão para onde lhe dão carinho.
242	O velho volta a ser menino.
243	Reprender velho e espulgar cão duas asneiras são.
244	Se queres o velho menino, em cima do doce dá-lhe vinho.
245	Uma velha relha.
246	Velho amador, Inverno em flor.
247	Velho como a Sé de Braga.
248	Velho recém-casado reza-lhe por finados.
249	Velho: vinho, ouro e conselho; novo: moça, hortaliça e ovo.
250	Macaco velho não põe pé em galho seco.
251	Nem tão velha que caia, nem tão moça que salte.
252	Papagaio velho não aprende a falar.
253	Quando é velho o cão, se ladra é porque tem razão.
254	Quanto mais vivemos mais aprendemos.

Anexo 2. *Corpus organizado em sub-categorias*

## Sabedoria

8	A galgo velho, deita-lhe lebre e não coelho.
10	A mim não, que sou perro velho.
25	A velhice faz o homem prudente.
36	Aproveita-te do que diz o velho e valerá por dois o teu conselho.
37	Aproveita-te do que diz o velho e valerá teu voto em conselho.
38	Arrenegai do velho que não adivinha.
42	Boi velho ensina a lavrar o novo.
44	Burra velha de longe aventa as pegas.
49	Caldo, porque não cozeste?/ Velha, porque me não mexeste?
57	Deixa fazer a Deus que é santo velho.
60	Do rico é dar remédio e do velho conselho.
61	É preciso ser velho cedo para o ser muito tempo.
96	O diabo sabe muito porque é velho.
106	O velho muda conselho.
108	O velho que de si cura, cem anos dura.
113	Para comer as cerejas em Maio, a velha guardou a melhor cepa.
114	Para o S. João guarda a velha o melhor tição.
117	Por S. Francisco semeia teu trigo; e a velha que o dizia, já semeado o tinha.
118	Porque sabe o diabo tanto? Por ser velho.
131	Quem não quer tomar bons conselhos nem ouvir os velhos, cedo se deita a perder.
136	Se queres bom conselho, pede-o ao velho.
137	Se queres viver são, faz-te velho antes do tempo.
142	Velha experimentada por água vai arregaçada.
150	Velho que não adivinha não vale uma sardinha.
165	Boi velho, passo seguro.
166	Boi velho, rego direito.
167	Boi velho, sulco direito.
170	Cachorro velho não late à toa.
177	Lobo velho não cai em armadilha.
179	Macaco velho não dá pulo em galho seco.
180	Macaco velho não mete a mão em cumbuca.
181	Macaco velho não põe a mão em cumbuca.
183	Macaco velho não trepa em galho seco.
184	Macaco velho não trepa em ramo seco.
193	O cão velho quando ladra dá conselho.
195	Pardal velho não se deixa apanhar em qualquer rede.
196	Peixe velho é entendedor de anzóis.
199	Porco velho não se coça em pé de espinho.
205	Se queres ser velho moço, faze-te velho cedo.
207	Vaca velha parece que nunca foi bezerra.
214	A velhice descobre os erros da mocidade e a fortuna, o mau conselho.
228	Respeita a velhice: ela é depositária da experiência.
233	Da boca do velho toma conselho.

249	Velho: vinho, ouro e conselho; novo: moça, hortaliça e ovo.
250	Macaco velho não põe pé em galho seco.
253	Quando é velho o cão, se ladra é porque tem razão.

### Aprendizagem

9	A macaco velho não se ensina a fazer caretas.
45	Burro velho não aprende latim.
46	Burro velho não aprende línguas.
47	Burro velho não recebe ensino.
178	Macaco velho não aprende arte nova.
217	Boi velho, só com treino puxa o carro.
252	Papagaio velho não aprende a falar.
254	Quanto mais vivemos mais aprendemos.
252	Papagaio velho não aprende a falar.
254	Quanto mais vivemos mais aprendemos.

### Alimentação

5	A burro velho, capim novo.
6	A burro velho, pouco verde.
11	A moça a aprazer e a velha a beber gastam o seu haver.
29	A vontade de comer faz a velha correr.
40	Avezou-se a velha ao mel, comer-se quer.
55	Come, menino, criar-te-ás; come, velho, viverás.
62	Em Abril dá a velha a filha por pão a quem lhe pedir.
67	Engorda o menino para crescer e o velho para morrer.
68	Engou a velha os bredos, souberam-lhe bem, lambe-lhes os dedos.
97	O menino engorda para crescer e o velho para morrer.
104	O velho e o forno, pela boca se aqueçam.
110	Os velhos andam com os dentes e os mancebos com os pés.
112	Para caçador novo, cão velho.
121	Quando a velha tem dinheiro, não tem carne o carniceiro.
129	Quem furta a ceia ao velho quer-lhe bem.
135	Se és velho comilão, encomenda o teu caixão.
164	Boi velho gosta de erva tenra.
168	Burro velho gosta de capim novo.
169	Burro velho gosta de capim verde.
244	Se queres o velho menino, em cima do doce dá-lhe vinho.

## Avareza

56	De bago em bago, enche a velha o saco.
119	Porque vai a velha à casa da moeda? Porque se lhe pega.
175	De grão em grão a galinha enche o papo (e o velho o saco).

## Pré-destinação/Fatalidade

14	A mocidade goza sem reflexão; padece com ela a velhice.
15	A mocidade ociosa, velhice trabalhosa.
16	A mocidade ociosa, velhice vergonhosa.
28	A vida mal passada faz a velhice pesada.
75	Mocidade desprevenida, velhice arrependida.
76	Mocidade ociosa, não faz velhice contente.
77	Mocidade ociosa, velhice vergonhosa.
78	Moço de bom juízo, quando velho é adivinho.
79	Moço desprevenido, velho arrependido.
80	Moço não dás, velho acharás.
123	Quem a velho não chegar, a vida lhe há-de custar.
124	Quem de novo é bonitinho, de velho tem um jeitinho.
125	Quem em menino é pousado, será velho endiabrado.
126	Quem em novo não trabalha, em velho dorme numa palha.
127	Quem em velho engorda de boa mocidade se logra.
128	Quem faz em novo, paga em velho.
130	Quem muito chora, faz-se velho antes do tempo.
132	Quem quiser ser muito tempo velho, comece cedo a sê-lo.
140	Toma em rapaz bom caminho, segui-lo-ás em velhinho.
176	Juventude leviana faz velhice desolada.
186	Mocidade desprevenida, velhice arrependida.
187	Mocidade ociosa faz velhice trabalhosa.
188	Mocidade ociosa não faz velhice contente.
189	Mocidade ociosa, velhice desonrosa.
190	Mocidade viciosa, velhice penosa.
191	Moço desprevenido, velho arrependido.
200	Quem em paço envelhece em palheiro morre.
201	Quem não as faz em novo prega-as em velho.
202	Quem vive só na flauta no final sempre desafina.
208	Valentão não morre de velho.
212	A velhice começa surgindo de dentro da mocidade.
222	O que na mocidade não se aprende, na velhice não se entende.
229	Uma velhice, é em geral, a recompensa de uma bela vida.
230	Uma velhice ditosa é o fruto de uma mocidade regrada.
239	Juventude leviana faz velhice desolada.

## Auto-eficácia

17	A necessidade mete a velha a caminho.
18	A pouco e pouco é que fia a velha o copo.
22	A velha com a cana, muito anda.
31	Alta vai a velha na asna.
82	Muito pode a velha para a sua casa.
83	Muito pode a velha para o seu moinho.
88	Não digas ao velho que se deite nem ao menino que se levante.
89	Nem tão velha que caia, nem tão moça que salte.
90	Ninguém é tão velho que não cuide viver mais um ano, nem tão novo que não possa morrer logo.
107	O velho põe a vinha e o velho a vindima.
120	Pouco a pouco fia a velha o copo.
145	Velho é Pedro para cabreiro.
149	Velho põe a vinha, velho a vindima.
155	A velha com a cana muito anda.
157	A velhice não está nos anos.
174	Coco velho é que dá azeite.
213	A velhice confessada é menos velha.
220	Mais velha é a igreja e vão a ela.
236	E viva o velho.
251	Nem tão velha que caia, nem tão moça que salte.

## Hábitos/Rotinas

35	Ao velho muda-lhe a casa e o ar, vê-lo-ás acabar.
53	Céu vermelho para o mar, velhas a assoalhar.
63	Em Abril queima a velha o velho o carro e o carril e uma camba que deixou, em Maio a queimou.
64	Em Abril vai a velha onde quer ir e a sua casa vem dormir.
65	Em Maio as cerejas come-as a velha ao borralho.
66	Em Maio queima a velha o maço.
93	Nós em al e a velha no portal.
115	Patos para a Beira velhas à fogueira, patos para o mar velhas a assoalhar.
152	Vermelho ao mar, velhas a assoalhar.
171	Cachorro velho não se acostuma sem coleira.
182	Macaco velho não se acostuma com coleira.
206	Tatu velho não se esquece do buraco.
211	Vermelhão no sertão, velhas no fogão; vermelhão para o mar, velhas a lavar.
237	Em Abril sai a velha do covil, dá uma volta e torna a vir.
238	Em Abril vá a velha onde quer ir mas a sua casa vem dormir.

## Relações Amorosas

27	A velho recém-casado, rezar-lhe por finado.
30	Albarda nova em burro velho, matadura pela certa.
32	Amor de velho, ciúmes de novo.
70	Homem velho e mulher nova, corno ou cova.
71	Homem velho e mulher nova, filhos até à cova.
94	O amor no velho traz culpa e no mancebo fruto.L
144	Velho casado com moça de poucos anos, corno temos.
146	Velho enamorado, cedo enterrado.
178	Por velho casado se reza como finado.
209	Velho com amor, morte em redor.
231	Amor de velho é amor de cão.
246	Velho amador, Inverno em flor.
248	Velho recém-casado reza-lhe por finados.

## Isolamento/Solidão

95	O diabo depois de velho fez-se ermitão.
----	---

## Religiosidade

232	As crianças com bonecas, a mocidade com namoros e a velhice com a igreja.
-----	---

## Compensação

1	A boi velho, chocalho novo.
3	A burra velha, cilha nova.
4	A burro velho, albarda nova.
12	A mula velha, cabeçada nova.
13	A mulher velha cabeçada nova.
19	A rocim velho, cabeçada nova.
172	Cavalo velho, arreata nova.

## Aparência Física

58	De noite, à candeia, a velha parece donzela.
----	--

## Carácter

39	Árvore velha não é fácil de arrancar.
33	Antes quero velho que me honre do que moço que me assombre.
34	Antes velho ajuizado que moço desatinado.
59	Depois de velho, gaiteiro.
111	Pai velho e manga rota não desonram.
143	Velha gaiteira não falta a uma feira.
147	Velho gaiteiro, velho menino.
148	Velho na sua terra e o moço na alheia sempre mentem de uma maneira.
185	Mais quero velho que me honre que moço que me assombre (desonre).
194	O Diabo se fez homem de bem quando ficou velho.
225	Pica de velho é língua.
245	Uma velha relha.

## Incapacidades

2	A boi velho, não cates abrigo.
41	Boi mais velho é culpado por a horta ser mal lavrada.
48	Burro velho não toma andadura e se a toma pouco lhe dura.
81	Morto por morto, antes a velha que o porco.
92	No velho e no menino o benefício é perdido.
99	O moço por não querer e o velho por não poder, deixam as coisas perder.
100	O moço por não saber e o velho por não poder, deixam as coisas perder.
116	Perde-se o velho por não poder e o novo por não saber.
134	Se a velha se abaixa, para si caga.
173	Cavalo velho não toma andar.
197	Perde-se o velho por não poder e o novo por não saber.
203	Se a mocidade soubesse, se a velhice pudesse.
204	Se o velho pudesse e o moço soubesse, não havia nada que se não fizesse.

## Dependências

26	A velhice é segunda meninice.
54	Com a idade torna o velho a menino.
101	O mundo é usado para o velho e o velho usado para o mundo.
105	O velho e o peixe, ao sol aparecem.
109	O velho torna a engatinhar.
141	Um velho volta a ser menino.
153	A necessidade faz o velho andar de chouto.
154	A passo chegarás e a chouto cansarás.
234	De velho se torna a menino.
241	O menino e o velhinho vão para onde lhe dão carinho.
242	O velho volta a ser menino.

## Vulnerabilidades

20	A saúde nos velhos é muito remendada.
23	A velha e a cortiça curadas se querem.
24	A velhice é mal desejada.
43	Boi velho, lavra com os ossos.
72	Homem velho, saco de azares.
73	Mal que não tem cura é a velhice e a loucura.
85	Não há Sábado sem sol, nem velha sem dor, nem Maria sem amor.
86	Não há Sábado sem sol, nem velha sem dor, nem moça sem amor.
87	Não há Sábado sem sol, nem velha sem dor, nem menina sem moço.
91	Ninguém quer ser velho nem morrer novo.
98	O moço dormindo sara e o velho acaba
102	O tempo tudo cura, menos velhice e loucura.
103	O velho a estirar, o diabo a arrugar.
122	Quando o velho se não ouve, ou está entre néscios ou no açougue.
138	Teme a velhice porque nunca vem só.
139	Todos querem chegar a velho, mas ninguém quer que lho chamem.
151	Velho que não anda, desanda.
156	A velhice é uma eterna doença.
158	A velhice não presta, mas todos a querem.
159	A velhice não tem cura.
160	A vida passada faz a velhice pesada.
161	Asna velha, cinta amarela.
162	Até aos quarenta bem eu passo; depois... ai a minha perna, ai o meu braço...
192	Ninguém é tão tolo quanto um velho tolo.
215	A velhice é uma piedosa estalagem que Deus pôs entre a morte e a gentileza, brio, esforço e saúde.
210	Velho não se senta sem "ui" nem se levanta sem "ai".
216	A velhice imprime mais rugas no espírito que no rosto.
218	É Sol que se levanta, a mocidade; é Sol que se deita, a velhice.
219	Envelhecer não é preocupante; ser olhado como velho é que é
221	Nem na mocidade virtude, nem na velhice saúde.
223	O que se acaba pelo fundo é rede, velho e panela.
226	Quem envelhece, arrefece.
235	Dorme o menino para crescer, e o velho para morrer.
240	Na mocidade tudo é flores e na velhice dores.

## Inconsequentes na Acção

51	Castigar velha e espulgar cão, duas doidices são.
52	Castigo de velha nunca fez moça.
74	Melhor é fazer agastar um cão que uma velha.
133	Repreender velha e espulgar cão, duas tolices são.
224	Pancada de velha não dói.
243	Repreender velho e espulgar cão duas asneiras são.

Anexo 3. *Classificação dos provérbios*

## Sabedoria

8	A galgo velho, deita-lhe lebre e não coelho.	+/masc.
10	A mim não, que sou perro velho.	+/masc.
25	A velhice faz o homem prudente.	+/masc.
36	Aproveita-te do que diz o velho e valerá por dois o teu conselho.	+/masc.
37	Aproveita-te do que diz o velho e valerá teu voto em conselho.	+/masc.
38	Arrenegai do velho que não adivinha.	-/masc.
42	Boi velho ensina a lavar o novo.	+/masc.
44	Burra velha de longe aventa as pegas.	+/fem.
56	De bago em bago, enche a velha o saco.	+/fem.
57	Deixa fazer a Deus que é santo velho.	+/masc.
60	Do rico é dar remédio e do velho conselho.	+/masc.
61	É preciso ser velho cedo para o ser muito tempo.	+/masc.
96	O diabo sabe muito porque é velho.	+/masc.
106	O velho muda conselho.	+/masc.
108	O velho que de si cura, cem anos dura.	+/fem.
113	Para comer as cerejas em Maio, a velha guardou a melhor cepa.	+/fem.
114	Para o S. João guarda a velha o melhor tição.	+/fem.
117	Por S. Francisco semeia teu trigo; e a velha que o dizia, já semeado o tinha.	+/masc.
118	Porque sabe o diabo tanto? Por ser velho.	+/masc.
131	Quem não quer tomar bons conselhos nem ouvir os velhos, cedo se deita a perder.	+/masc.
136	Se queres bom conselho, pede-o ao velho.	+/masc.
137	Se queres viver são, faz-te velho antes do tempo.	+/masc.
142	Velha experimentada por água vai arregaçada.	+/fem.
150	Velho que não adivinha não vale uma sardinha.	-/masc.
165	Boi velho, passo seguro.	+/masc.
166	Boi velho, rego direito.	+/masc.
167	Boi velho, sulco direito.	+/masc.
170	Cachorro velho não late à toa.	+/masc.
175	De grão em grão a galinha enche o papo (e o velho o saco).	+/masc.
177	Lobo velho não cai em armadilha.	+/masc.
179	Macaco velho não dá pulo em galho seco.	+/masc.
180	Macaco velho não mete a mão em cumbuca.	+/masc.
181	Macaco velho não põe a mão em cumbuca.	+/masc.
183	Macaco velho não trepa em galho seco.	+/masc.
184	Macaco velho não trepa em ramo seco.	+/masc.
193	O cão velho quando ladra dá conselho.	+/masc.
195	Pardal velho não se deixa apanhar em qualquer rede.	+/masc.
196	Peixe velho é entendedor de anzóis.	+/masc.
199	Porco velho não se coça em pé de espinho.	+/masc.
205	Se queres ser velho moço, faze-te velho cedo.	+/masc.
207	Vaca velha parece que nunca foi bezerra.	+/fem.
213	A velhice confessada é menos velha.	+/imp.

214	A velhice descobre os erros da mocidade e a fortuna, o mau conselho.	+/imp.
228	Respeita a velhice: ela é depositária da experiência.	+/imp.
233	Da boca do velho toma conselho.	+/masc.
249	Velho: vinho, ouro e conselho; novo: moça, hortaliça e ovo.	+/masc.
250	Macaco velho não põe pé em galho seco.	+/masc.
253	Quando é velho o cão, se ladra é porque tem razão.	+/masc.

*Legenda.* + = positivo; - = negativo; 0 = neutro; masc. = masculino; fem. = feminino; imp. = impessoal.

### Aprendizagem

9	A macaco velho não se ensina a fazer caretas.	-/masc.
45	Burro velho não aprende latim.	-/masc.
46	Burro velho não aprende línguas.	-/masc.
47	Burro velho não recebe ensino.	-/masc.
178	Macaco velho não aprende arte nova.	-/masc.
217	Boi velho, só com treino puxa o carro.	0/masc.
252	Papagaio velho não aprende a falar.	-/masc.

*Legenda.* + = positivo; - = negativo; 0 = neutro; masc. = masculino; fem. = feminino; imp. = impessoal.

### Alimentação

5	A burro velho, capim novo.	-/masc.
6	A burro velho, pouco verde.	-/masc.
11	A moça a aprazer e a velha a beber gastam o seu haver.	-/fem.
29	A vontade de comer faz a velha correr.	-/fem.
40	Avezou-se a velha ao mel, comer-se quer.	-/fem.
55	Come, menino, criar-te-ás; come, velho, viverás.	+/masc.
62	Em Abril dá a velha a filha por pão a quem lhe pedir.	-/fem.
67	Engorda o menino para crescer e o velho para morrer.	-/masc.
68	Engou a velha os bredos, souberam-lhe bem, lambe-lhes os dedos.	-/fem.
97	O menino engorda para crescer e o velho para morrer.	-/masc.
104	O velho e o forno, pela boca se aqueçam.	+/masc.
110	Os velhos andam com os dentes e os mancebos com os pés.	-/masc.
121	Quando a velha tem dinheiro, não tem carne o carneiro.	-/fem.
129	Quem furta a ceia ao velho quer-lhe bem.	-/masc.
135	Se és velho comilão, encomenda o teu caixão.	-/masc.
164	Boi velho gosta de erva tenra.	-/masc.
168	Burro velho gosta de capim novo.	-/masc.
169	Burro velho gosta de capim verde.	-/masc.
244	Se queres o velho menino, em cima do doce dá-lhe vinho.	-/masc.

*Legenda.* + = positivo; - = negativo; 0 = neutro; masc. = masculino; fem. = feminino; imp. = impessoal.

#### Avareza

18	A pouco e pouco é que fia a velha o copo.	-/fem.
119	Porque vai a velha à casa da moeda? Porque se lhe pega.	-/fem.
120	Pouco a pouco fia a velha o copo.	-/fem.

*Legenda.* + = positivo; - = negativo; 0 = neutro; masc. = masculino; fem. = feminino; imp. = impessoal.

#### Pré-destinação/Fatalidade

14	A mocidade goza sem reflexão; padece com ela a velhice.	-/imp.
15	A mocidade ociosa, velhice trabalhosa.	-/imp.
16	A mocidade ociosa, velhice vergonhosa.	-/imp.
28	A vida mal passada faz a velhice pesada.	-/imp.
75	Mocidade desprevenida, velhice arrependida.	-/imp.
76	Mocidade ociosa, não faz velhice contente.	-/imp.
77	Mocidade ociosa, velhice vergonhosa.	-/imp.
78	Moço de bom juízo, quando velho é adivinho.	+/masc.
79	Moço desprevenido, velho arrependido.	-/masc.
80	Moço não dás, velho acharás.	+/masc.
123	Quem a velho não chegar, a vida lhe há-de custar.	0/masc.
124	Quem de novo é bonitinho, de velho tem um jeitinho.	+/masc.
125	Quem em menino é pousado, será velho endiabrado.	-/masc.
126	Quem em novo não trabalha, em velho dorme numa palha.	-/masc.
127	Quem em velho engorda de boa mocidade se logra.	+/masc.
128	Quem faz em novo, paga em velho.	-/masc.
130	Quem muito chora, faz-se velho antes do tempo.	-/masc.
132	Quem quiser ser muito tempo velho, comece cedo a sê-lo.	0/masc.
140	Toma em rapaz bom caminho, segui-lo-ás em velhinho.	+/masc.
176	Juventude leviana faz velhice desolada.	-/imp.
186	Mocidade desprevenida, velhice arrependida.	-/imp.
187	Mocidade ociosa faz velhice trabalhosa.	-/imp.
188	Mocidade ociosa não faz velhice contente.	-/imp.
189	Mocidade ociosa, velhice desonrosa.	-/imp.
190	Mocidade viciosa, velhice penosa.	-/imp.
191	Moço desprevenido, velho arrependido.	-/masc.
200	Quem em paço envelhece em palheiro morre.	-/imp.
201	Quem não as faz em novo prega-as em velho.	-/masc.
202	Quem vive só na flauta no final sempre desafina.	-/imp.
212	A velhice começa surgindo de dentro da mocidade.	0/imp.
222	O que na mocidade não se aprende, na velhice não se entende.	-/imp.

229	Uma velhice, é em geral, a recompensa de uma bela vida.	+/imp.
230	Uma velhice ditosa é o fruto de uma mocidade regrada.	+/imp.
239	Juventude leviana faz velhice desolada.	-/imp.

*Legenda.* + = positivo; - = negativo; 0 = neutro; masc. = masculino; fem. = feminino; imp. = impessoal.

#### Auto-eficácia

17	A necessidade mete a velha a caminho.	+/fem.
23	A velha e a cortiça curadas se querem.	0/fem.
22	A velha com a cana, muito anda.	+/fem.
31	Alta vai a velha na asna.	+/fem.
82	Muito pode a velha para a sua casa.	+/fem.
83	Muito pode a velha para o seu moinho.	+/fem.
89	Nem tão velha que caia, nem tão moça que salte.	+/fem.
90	Ninguém é tão velho que não cuide viver mais um ano, nem tão novo que não possa morrer logo.	+/masc.
107	O velho põe a vinha e o velho a vindima.	+/masc.
145	Velho é Pedro para cabreiro.	+/masc.
149	Velho põe a vinha, velho a vindima.	+/masc.
157	A velhice não está nos anos.	+/imp.
174	Coco velho é que dá azeite.	+/masc.
220	Mais velha é a igreja e vão a ela.	+/fem.
236	E viva o velho.	+/masc.
251	Nem tão velha que caia, nem tão moça que salte.	+/fem.

*Legenda.* + = positivo; - = negativo; 0 = neutro; masc. = masculino; fem. = feminino; imp. = impessoal.

#### Hábitos/Rotinas

35	Ao velho muda-lhe a casa e o ar, vê-lo-ás acabar.	-/masc.
53	Céu vermelho para o mar, velhas a assoalhar.	0/fem.
63	Em Abril queima a velha o carro e o carril e uma camba que deixou, em Maio a queimou.	0/fem.
64	Em Abril vai a velha onde quer ir e a sua casa vem dormir.	0/fem.
65	Em Maio as cerejas come-as a velha ao borralho.	0/fem.
66	Em Maio queima a velha o maço.	0/fem.
88	Não digas ao velho que se deite nem ao menino que se levante.	0/masc.
93	Nós em al e a velha no portal.	0/fem.
115	Patos para a Beira velhas à fogueira, patos para o mar velhas a assoalhar.	0/fem.
152	Vermelho ao mar, velhas a assoalhar.	0/fem.
171	Cachorro velho não se acostuma sem coleira.	-/masc.

182	Macaco velho não se acostuma com coleira.	-/masc.
206	Tatu velho não se esquece do buraco.	+/masc.
211	Vermelhão no sertão, velhas no fogão; vermelhão para o mar, velhas a lavar.	0/fem.
237	Em Abril sai a velha do covil, dá uma volta e torna a vir.	0/fem.
238	Em Abril vá a velha onde quer ir mas a sua casa vem dormir.	0/fem.

*Legenda.* + = positivo; - = negativo; 0 = neutro; masc. = masculino; fem. = feminino; imp. = impessoal.

### Relações Amorosas

27	A velho recém-casado, reza-lhe por finado.	-/masc.
32	Amor de velho, ciúmes de novo.	-/masc.
70	Homem velho e mulher nova, corno ou cova.	-/masc.
71	Homem velho e mulher nova, filhos até à cova.	+/masc.
94	O amor no velho traz culpa e no mancebo fruto.	-/masc.
144	Velho casado com moça de poucos anos, corno temos.	-/masc.
146	Velho enamorado, cedo enterrado.	-/masc.
178	Por velho casado se reza como finado.	-/masc.
209	Velho com amor, morte em redor.	-/masc.
231	Amor de velho é amor de cão.	-/masc.
246	Velho amador, Inverno em flor.	+/masc.
248	Velho recém-casado reza-lhe por finados.	-/masc.

*Legenda.* + = positivo; - = negativo; 0 = neutro; masc. = masculino; fem. = feminino; imp. = impessoal.

### Isolamento/Solidão

95	O diabo depois de velho fez-se ermitão.	-/masc.
----	---	---------

*Legenda.* + = positivo; - = negativo; 0 = neutro; masc. = masculino; fem. = feminino; imp. = impessoal.

### Religiosidade

232	As crianças com bonecas, a mocidade com namoros e a velhice com a igreja.	0/imp.
-----	---	--------

*Legenda.* + = positivo; - = negativo; 0 = neutro; masc. = masculino; fem. = feminino; imp. = impessoal.

### Compensação

1	A boi velho, chocalho novo.	-/masc.
3	A burra velha, cilha nova.	-/masc.
4	A burro velho, albarda nova.	-/masc.
172	Cavalo velho, arreata nova.	-/masc.

*Legenda.* + = positivo; - = negativo; 0 = neutro; masc. = masculino; fem. = feminino; imp. = impessoal.

### Aparência Física

58	De noite, à candeia, a velha parece donzela.	-/masc.
----	--	---------

*Legenda.* + = positivo; - = negativo; 0 = neutro; masc. = masculino; fem. = feminino; imp. = impessoal.

### Carácter

33	Antes quero velho que me honre do que moço que me assombre.	+/masc.
34	Antes velho ajuizado que moço desatinado.	+/masc.
39	Árvore velha não é fácil de arrancar.	-/fem.
59	Depois de velho, gaitero.	-/masc.
111	Pai velho e manga rota não desonram.	+/masc.
143	Velha gaitera não falta a uma feira.	+/fem.
147	Velho gaitero, velho menino.	-/masc.
148	Velho na sua terra e o moço na alheia sempre mentem de uma maneira.	-/masc.
185	Mais quero velho que me honre que moço que me assombre (desonre).	+/masc.
194	O Diabo se fez homem de bem quando ficou velho.	+/masc.
225	Pica de velho é língua.	-/masc.

*Legenda.* + = positivo; - = negativo; 0 = neutro; masc. = masculino; fem. = feminino; imp. = impessoal.

### Incapacidades

2	A boi velho, não cates abrigo.	-/masc.
13	A mulher velha, cabeça nova.	-/fem.
30	Albarda nova em burro velho, matadura pela certa.	-/masc.
41	Boi mais velho é culpado por a horta ser mal lavrada.	-/masc.
43	Boi velho, lavra com os ossos.	-/masc.
48	Burro velho não toma andadura e se a toma pouco lhe dura.	-/masc.

49	Caldo, porque não cozeste?/ Velha, porque me não mexeste?	-/fem.
52	Castigo de velha nunca fez mozza.	-/fem.
81	Morto por morto, antes a velha que o porco.	-/fem.
92	No velho e no menino o benefício é perdido.	-/masc.
98	O moço dormindo sara e o velho acaba.	-/masc.
99	O moço por não querer e o velho por não poder, deixam as coisas perder.	-/masc.
100	O moço por não saber e o velho por não poder, deixam as coisas perder.	-/masc.
103	O velho a estirar, o diabo a arrugar.	-/masc.
116	Perde-se o velho por não poder e o novo por não saber.	-/masc.
122	Quando o velho se não ouve, ou está entre néscios ou no açougue.	-/masc.
134	Se a velha se abaixa, para si caga.	-/fem.
151	Velho que não anda, desanda.	-/masc.
161	Asna velha, cinta amarela.	-/fem.
162	Até aos quarenta bem eu passo; depois... ai a minha perna, ai o meu braço...	-/imp.
173	Cavalo velho não toma andar.	-/masc.
197	Perde-se o velho por não poder e o novo por não saber.	-/masc.
203	Se a mocidade soubesse, se a velhice pudesse.	-/imp.
204	Se o velho pudesse e o moço soubesse, não havia nada que se não fizesse.	-/masc.
216	A velhice imprime mais rugas no espírito que no rosto.	-/imp.
218	É Sol que se levanta, a mocidade; é Sol que se deita, a velhice.	-/imp.
223	O que se acaba pelo fundo é rede, velho e panela.	-/masc.
224	Pancada de velha não dói.	-/fem.
226	Quem envelhece, arrefece.	-/imp.
245	Uma velha relha.	-/fem.

*Legenda.* + = positivo; - = negativo; 0 = neutro; masc. = masculino; fem. = feminino; imp. = impessoal.

### Dependências

26	A velhice é segunda meninice.	-/imp.
54	Com a idade torna o velho a menino.	-/masc.
101	O mundo é usado para o velho e o velho usado para o mundo.	-/masc.
105	O velho e o peixe, ao sol aparecem.	0/masc.
109	O velho torna a engatinhar.	-/masc.
141	Um velho volta a ser menino.	-/masc.
153	A necessidade faz o velho andar de chouto.	-/masc.
154	A passo chegarás e a chouto cansarás.	-/imp.
234	De velho se torna a menino.	-/masc.
241	O menino e o velhinho vão para onde lhe dão carinho.	-/masc.
242	O velho volta a ser menino.	-/masc.

*Legenda.* + = positivo; - = negativo; 0 = neutro; masc. = masculino;

fem. = feminino; imp. = impessoal.

### Vulnerabilidades

24	A velhice é mal desejada.	-/imp.
72	Homem velho, saco de azares.	-/masc.
91	Ninguém quer ser velho nem morrer novo.	-/masc.
138	Teme a velhice porque nunca vem só.	-/masc.
139	Todos querem chegar a velho, mas ninguém quer que lho chamem.	-/masc.
158	A velhice não presta, mas todos a querem.	+/imp.
160	A vida passada faz a velhice pesada.	-/imp.
215	A velhice é uma piedosa estalagem que Deus pôs entre a morte e a gentileza, brio, esforço e saúde.	-/imp.
219	Envelhecer não é preocupante; ser olhado como velho é que é	-/imp.
235	Dorme o menino para crescer, e o velho para morrer.	-/masc.

*Legenda.* + = positivo; - = negativo; 0 = neutro; masc. = masculino; fem. = feminino; imp. = impessoal.

### Saúde

20	A saúde nos velhos é muito remendada.	-/masc.
73	Mal que não tem cura é a velhice e a loucura.	-/imp.
85	Não há Sábado sem sol, nem velha sem dor, nem Maria sem amor.	-/fem.
86	Não há Sábado sem sol, nem velha sem dor, nem moça sem amor.	-/fem.
87	Não há Sábado sem sol, nem velha sem dor, nem menina sem moço.	-/fem.
102	O tempo tudo cura, menos velhice e loucura.	-/imp.
156	A velhice é uma eterna doença.	-/imp.
159	A velhice não tem cura.	-/imp.
192	Ninguém é tão tolo quanto um velho tolo.	-/masc.
210	Velho não se senta sem "ui" nem se levanta sem "ai".	-/masc.
221	Nem na mocidade virtude, nem na velhice saúde.	-/imp.
240	Na mocidade tudo é flores e na velhice dores.	-/imp.

*Legenda.* + = positivo; - = negativo; 0 = neutro; masc. = masculino; fem. = feminino; imp. = impessoal.

### Inconsequentes na Acção

51	Castigar velha e espulgar cão, duas doidices são.	-/fem.
74	Melhor é fazer agastar um cão que uma velha.	-/fem.

133	Repreender velha e espulgar cão, duas tolices são.	-/fem.
243	Repreender velho e espulgar cão duas asneiras são.	-/masc.

*Legenda.* + = positivo; - = negativo; 0 = neutro; masc. = masculino;  
fem. = feminino; imp. = impessoal.