



Daniela Filipa Ferreira Mendes

Dissertação de Mestrado

O Namoro na Terceira Idade: transformação de si e dos outros e envelhecimento ativo

Mestrado em Intervenção para um Envelhecimento Ativo

Orientador da Dissertação: Professor Doutor Ricardo Vieira

Leiria, 29 de Maio de 2013



O júri

Presidente

Doutor/a _____

Doutor/a _____

Doutor/a _____

Doutor/a _____

Doutor/a _____

É AUTORIZADA A REPRODUÇÃO PARCIAL DESTE TRABALHO, APENAS PARA EFEITOS DE INVESTIGAÇÃO, MEDIANTE DECLARAÇÃO ESCRITA DO INTERESSADO QUE A TAL SE COMPROMETE.

29 de Maio de 2013

Agradecimentos

A elaboração desta dissertação começa com um sonho que vai muito muito além do que o simples grau de Mestre. Ela inclui-se no meu projeto de vida que vai ao encontro da minha profissão. Com o concluir desta etapa difícil da minha vida, vou, desta forma, tentar deixar aqui o meu agradecimento a algumas pessoas que me fizeram acreditar que este sonho era possível. Em primeiro lugar quero agradecer ao Professor Doutor Ricardo Vieira que com carinho aceitou orientar este trabalho, acreditando sempre que era possível. A ele pela amizade, dedicação e compreensão eu agradeço a sabedoria que colocou neste trabalho de investigação. Quero agradecer também ao meu namorado, pelo apoio incondicional que depositou em mim. Aos meus pais e irmão, que me fizeram acreditar que este sonho se podia tornar real. Aos meus cinco idosos que, carinhosamente, partilharam comigo as suas histórias de amor. Aos meus amigos do coração, por compreenderem a minha ausência e reconhecerem a importância deste mestrado para mim. À Santa Casa da Misericórdia de Soure, que permitiu que, na qualidade de investigadora, realizasse este trabalho de investigação. E também a todos os meus colegas de trabalho pelo apoio e ânimo que me deram nos momentos de desespero. Não esquecendo também todos os idosos que me reconfortaram com as suas palavras nos momentos menos bons. Não podia terminar sem agradecer aos amigos que fiz no mestrado, obrigado pelo apoio que me deram quer para a realização da dissertação quer para eu ser quem sou hoje.

Resumo

Grosso modo, pretendemos desenvolver uma pesquisa com cinco idosos da instituição Santa Casa da Misericórdia de Soure (SCMS), todos eles viúvos, que experienciam o namoro nesta fase da vida. Tenta-se compreender a importância do namorar enquanto conversar, murmurar, ou seja, comunicar com afeto, na qualidade de vida e envelhecimento ativo dos sujeitos.

Trata-se de um trabalho de natureza etnográfica, sobre o que se passa dentro de instituições de terceira idade e entre relações de enamoramento com pessoas com mais de 80 anos. Com esta investigação, pretende-se conhecer a transformação que ocorre entre os novos casais constituídos pelas relações de namoro e a importância que isso tem na sua qualidade de vida e no seu próprio envelhecimento ativo. O objetivo é perceber como o namoro emerge como um projeto que dá sentido à vida, que se torna mais ativa e com qualidade.

O envelhecimento ativo e a qualidade de vida também dependem das relações sociais que os idosos estabelecem com outros, quer sejam da sua geração quer sejam de outras classes etárias.

Desta forma, o namorar, enquanto prática social de estreitamento e comunicação das relações e dos afetos, pode ser entendido como via de promoção do envelhecimento ativo e com qualidade de vida.

Em termos de resultados, o namoro trouxe a cada um dos indivíduos estudados a ampliação e a reconfiguração da sua identidade. Passaram a ser um “nós”, passou a existir um projeto coletivo e a identidade de cada um ampliou-se, tornando-se mais dinâmica, pois passou a integrar o outro nele, que passou a pensar coletivamente. Agora já não se pensa na comida só para si, faz-se comida para dois. Este caso é um bom exemplo da reinvenção de si entre os idosos enamorados. Neste sentido, emerge um novo projeto, reconfigura-se a identidade, reconfigura-se o projeto de vida. Quer-se viver mais, os idosos sentem-se melhor, o envelhecimento torna-se mais ativo, os idosos tornam a cozinhar, tornam a fazer a barba, a cuidar da imagem, a colocar perfume e etc.

Os idosos descobriram assim, com o namoro, uma forma de combater a deterioração da identidade social porque o viúvo tem, de alguma forma, uma identidade deteriorada, está sozinho, está isolado, está mais abandonado e podemos afirmar que há uma imagem social de solidão que pode ser reconfigurada a partir do momento em que a pessoa passa a ter um companheiro ou uma companheira.

Palavras-chave

Solidão, Qualidade de Vida, Invenção de Si, Projeto, Namoro

Abstract

Generally speaking, we intended to develop a research involving five elderly from a charity institution called "Santa Casa da Misericórdia de Soure" (SCMS), all of them widowers who experienced dating at this stage of life. I tried to understand the importance of dating while talking, whispering, but most of all communicating with affection, to the life quality and active aging of the subjects.

It is an ethnographic thesis, about what goes on inside nursing homes and about love relations between people over 80 years. With this research, we intended to analyze the transformation that occurs between new couples, that come from those dating relationships and the importance this has on their life quality and on their own active aging. The main objective is to understand how dating emerges as a life meaning project, a life with higher quality and much more active.

Active aging and life quality also depends on the seniors social relations with other elderly or with other age groups. This way, dating, as a narrowing and relations/affections communication social practice, can be understood as a way of promoting active aging and life quality.

Regarding the results, dating brought to each of the studied individuals their identity expansion and reconfiguration. They became an "us", now there's a collective project and their identities were expanded, becoming more dynamic, as they came to think collectively. Now I don't think in my food, its food for two. This case is a good example of reinvention among the elderly lovers. In this sense, emerges a new project, an identity reconfiguration, a new life project. They want to live longer, they feel better, they become more active, and things like cook, shave taking care of their image or using perfume, make much more sense now. The elderly have found thus dating, one way to combat their social identity deterioration, because the widower has somehow a spoiled identity he is alone, isolated, abandoned and we can say there's a social loneliness image that can be overcome when the elderly finds a male or female mate.

keywords

Loneliness, Life quality, Inventing Himself, project, Date

Índice

Introdução.....	10
Tema.....	10
Motivação	10
A problemática	10
O Universo de Estudo.....	12
Da Metodologia.....	13
Estrutura da Investigação.....	15
Capítulo 1 - O namoro como Forma de Combate à Solidão	16
A solidão.....	19
Identidade Pessoal e Qualidade de Vida.....	24
Invenção de Si.....	30
O Namoro.....	34
Capítulo 2 – Os Namorados – Percursos de Vida.....	43
Sr. Manuel Marques.....	44
Sr. Joaquim Júnior	45
Sra. Nazaré Martins.....	46
Sr. António Garrido	47
Sra. Laurinda Neves	48
Capítulo 3 – O Namoro a Qualidade de Vida e do Envelhecimento Ativo	49
O Início do Namoro.....	49
Entrada para lar e motivo da vinda... ..	49
Como tudo começou.....	50
A visão do namoro por parte dos sujeitos institucionalizados	51
O modo como descreve a sua relação... ..	51

Como veem o namoro...	53
Alguma vez pensou que se voltaria a juntar com alguém...?	54
Mudanças pessoais e sociais resultantes do enamoramento	55
O que é que mudou na sua vida com o namoro?	55
Projetos	56
Passou a vestir-se de outra forma?	57
Começou a passear mais?	58
Importância do namoro para a qualidade de vida e para o Envelhecimento Ativo.	59
É importante porquê?	59
Passou a ser outro?	60
Passou a ser mais feliz?	61
Comemoram datas:	62
Visão dos outros	62
Como os outros encararam o enamoramento	62
Conclusão	64
Fontes e Bibliografia	69
Webgrafia	72
Fontes Orais	74
Apêndices	75
Apêndice A. Instrumentos Relativos às entrevistas Realizadas ao Sr. Manuel Marques	76
Apêndice A1. Guião da primeira entrevista realizada ao Sr. Manuel Marques	76
Apêndice A2. Sinopse da primeira entrevista realizada ao Sr. Manuel Marques	77
Apêndice A3. Guião da segunda entrevista realizada ao Sr. Manuel Marques	78
Apêndice A4. Sinopse da segunda entrevista realizada ao Sr. Manuel Marques	79
Apêndice B. Instrumentos Relativos às entrevistas Realizadas ao Sr. Joaquim Júnior	80
Apêndice B1. Guião da primeira entrevista realizadas ao Sr. Joaquim Júnior	80
Apêndice B2. Sinopse da primeira entrevista realizada ao Sr. Joaquim Júnior	81

Apêndice B3. Guião da segunda entrevista realizada ao Sr. Joaquim Júnior	82
Apêndice B4. Sinopse da segunda entrevista realizada ao Sr. Joaquim Júnior	83
Apêndice C. Instrumentos Relativos às entrevistas Realizadas à Sra. Nazaré Martins	84
Apêndice C1. Guião da primeira entrevista realizada à Sra. Nazaré Martins.....	84
Apêndice C2. Sinopse da primeira entrevista realizada à Sra. Nazaré Martins	85
Apêndice C3. Guião da segunda entrevista realizada à Sra. Nazaré Martins.....	86
Apêndice C4. Sinopse da segunda entrevista realizada à Sra. Nazaré Martins	87
Apêndice D. Instrumentos Relativos às entrevistas Realizadas ao Sr. António Garrido	88
Apêndice D1. Guião da primeira entrevista realizada ao Sr. António Garrido	88
Apêndice D2. Sinopse da primeira entrevista realizada ao Sr. António Garrido	89
Apêndice D3. Guião da segunda entrevista realizada ao Sr. António Garrido	90
Apêndice D4. Sinopse da segunda entrevista realizada ao Sr. António Garrido	91
Apêndice E. Instrumentos Relativos às entrevistas Realizadas à Sra. Laurinda Neves.....	92
Apêndice E1. Guião da primeira entrevista realizada à Sra. Laurinda Neves	92
Apêndice E2. Sinopse da primeira entrevista realizada à Sra. Laurinda Neves	93
Apêndice E3. Guião da segunda entrevista realizada à Sra. Laurinda Neves	94
Apêndice E4. Sinopse da segunda entrevista realizada à Sra. Laurinda Neves.....	95

Índice de Quadros

Quadro N.º 1 - Caracterização social e familiar dos sujeitos de estudo	43
Quadro N.º 2 - Genealogia do Sr. Manuel Marques	44
Quadro N.º 3 - Genealogia do Sr. Joaquim Júnior	45
Quadro N.º 4 - Genealogia da Sra. Nazaré Martins	46
Quadro N.º 5 - Genealogia do Sr. António Garrido	47
Quadro N.º 6 - Genealogia da Sra. Laurinda Neves	48

Lista de siglas

SCMS – Santa Casa da Misericórdia de Soure

WHO - World Health Organization

Introdução

Tema

O tema desta dissertação é “o namoro na terceira idade”. Grosso modo, pretendemos desenvolver uma pesquisa com cinco idosos da instituição Santa Casa da Misericórdia de Soure (SCMS¹), todos eles viúvos, que experienciam o namoro nesta fase da vida. Tenta-se compreender a importância do namorar enquanto conversar, murmurar, ou seja, comunicar com afeto, na qualidade de vida e envelhecimento ativo dos sujeitos. Como definição geral do namoro na Terceira Idade, aproximamo-nos da definição do dicionário da Porto Editora que define o namoro como “manter uma relação amorosa com alguém; ter namoro”². Uma outra boa definição próxima do conceito que é aqui trabalhado com idosos é apresentada num site de significados: “Namoro significa a relação afetiva mantida entre duas pessoas que se unem pelo desejo de estarem juntas e partilharem novas experiências [...]”³.

Motivação

Sempre me preocupei com a qualidade de vida dos idosos e com as metodologias ativas que permitam aos idosos continuar sujeitos e não meros objetos institucionalizados (Pais, 2006; Cozinheiro, 2007).

Trabalhamos num lar e há muito que percebemos que não basta as pessoas terem a comida às horas certas, a medicação bem administrada e os cuidados de saúde necessários, bem como o trabalho dos profissionais, feito com a melhor competência. Alguns idosos acabam por ficar no canto da sala e vê-se que, mesmo assim, vivem a solidão. Talvez por isso, no âmbito da nossa profissão e do nosso estudo de mestrado, nos tivéssemos interessado pelas novas relações sociais que emergem dentro da instituição, mais propriamente no lar onde trabalhamos, que passam de relação social próxima a uma de amizade, até culminar no namoro, em alguns casos, como veremos no capítulo 3.

A problemática

De acordo com Judith Bell (1997, p. 16), o problema científico pode ser definido por objetivos ou por perguntas. No meu caso pessoal, como se trata de um trabalho de natureza etnográfica, sobre o que se passa dentro de instituições de terceira idade e entre relações com pessoas de mais de 80 anos, com

¹ Abreviação do nome da instituição

² <http://www.infopedia.pt/lingua-portuguesa/namorar>

³ <http://www.significados.com.br/namoro/>

esta investigação queremos descobrir a transformação que ocorre entre os novos casais constituídos pelas relações de namoro e a importância que isso tem na sua qualidade de vida e no seu envelhecimento ativo. O objetivo é perceber como o namoro emerge como um projeto que dá sentido à vida, que se torna mais ativa e com qualidade. “A palavra «activo» refere-se à participação contínua nas questões sociais, económicas, culturais, espirituais e civis, e não somente à capacidade de estar fisicamente activo ou de fazer parte da força do trabalho” (WHO, 2005, p. 13). Portanto, o envelhecimento ativo e a qualidade de vida também dependem das relações sociais que os idosos estabelecem com outros, quer sejam da sua geração quer sejam de outras classes etárias.

Desta forma, o namorar, enquanto prática social de estreitamento e comunicação das relações e dos afetos, pode ser entendido como via de promoção do envelhecimento ativo e com qualidade de vida.

Nesta linha, pretendemos obter respostas para as seguintes questões orientadoras (Bell, 1997): Quais as principais transformações que ocorrem na vida destes casais? Que importância estas transformações têm para a qualidade de vida subjetiva dos indivíduos? Começaram a sentir-se menos sós? O envelhecimento torna-se mais ativo? Em que sentido?

Convivemos numa sociedade que priva os idosos da possibilidade de pensarem na sexualidade e na procura de relacionamentos amorosos de forma autónoma e destituída de preconceitos e estereótipos. Dessa forma, legitimar o direito a uma vida amorosa na terceira idade implica poder pensar o amor e nas suas formas de transformação, ou seja, outras formas de amor que passam pela ternura, por alguns contatos físicos, a expressão corporal, o olhar, o toque, a voz, redescobrimo as primeiras formas de amor do ser humano. Nesta investigação pretende-se refletir sobre casos concretos e mostrar que, independentemente da idade ou das eventuais limitações físicas da terceira idade, os idosos podem ter relacionamentos amorosos, com ou sem vida sexual, que incluímos no namoro, fundamentais à qualidade de vida e ao envelhecimento ativo. Em síntese pretende-se, com este estudo de caso, compreender como começam os relacionamentos, as mudanças que estes trazem à vida do casal, e, ainda, saber qual a percepção do entrevistado em relação à importância do namoro no sentido da vida e no envelhecimento ativo.

A questão da sexualidade para os idosos abrange dimensões que vão além do prazer sexual. Ela incorpora questões de ordem psíquica, social e biológica e, assim, deve ser pensada quer pelos profissionais de saúde quer pelos profissionais sociais, ou outras pessoas que cuidem de idosos. Na visão de Capodieci (2000 citado por Antunes, Mayor, Almeida e Lourenço, 2001),

“o que acontece na sociedade hoje é uma situação paradoxal. De um lado, as sociedades criam meios de prolongar a vida humana num plano biológico; de outro, tendem a limitar, ou mesmo impedir, a participação da terceira idade na sociedade, à medida que se desenvolvem atitudes de preconceito e de discriminações” (p. 123). (Rosnay, Schreiber, Closets, e Simonnet, 2006).

A solidão mata (Pais, 2006; Pimentel, 2009; Pitaud, 2004), a solidão é exatamente o contrário do envelhecimento ativo, na medida em que alimenta a tristeza e convida a desistir da renovação dos projetos sociais (Boutinet, 1990; Vieira *et al* 2005; Vieira, 2012). Como refere (Machado Pais 2006, p.112), quando a pessoa fica só, deixa de pensar em si e nos outros, abandona-se a si próprio e aos outros com quem vive. De acordo com Vieira (2009) deixa de ter um projeto orientador de vida, deixa de trabalhar para os outros e na imagem de si. Deixa de colaborar, deixa de trabalhar, e deixa de gostar de si próprio, alterando a sua identidade pessoal (Vieira, 2009; Costa, 2006; Cozinheiro, 2007; Diogo, 2004; Fernandes, 2007; Gusmão, 2005; Kaufmann, 2001 e 2005; Pais, 2006; Viegas e Gomes, 2007) e transformando-a numa identidade negativa (Goffman, 1988).

Mesmo num lar de idosos, com as melhores condições objetivas, um idoso pode sempre sofrer formas de solidão. Se o lar ou instituição não acolher a pessoa de uma forma contextualizada, conhecendo a sua história de vida, a sua trajetória social, familiar e pessoal, os seus interesses para o tratar de uma forma humana (Pais, 2006), o idoso pode não ter projeto e sentir-se só (Vieira *et al.*, 2009; Cozinheiro, 2007; Pimentel, 2005).

Como diz Machado Pais (2006), estes namoricos são, às vezes, mal vistos pelos outros, sejam os “outros” os familiares dos outros idosos que observam e não estão preparados para ver estas novas relações, sejam os “outros” os familiares deles próprios ou os profissionais. Contudo, com esta investigação, nos queremos ouvir, enquanto animadoras do lar que ressurgem como investigadoras, essencialmente os pontos de vista de cinco idosos cujas vidas se transformaram a partir do momento em que encontraram um parceiro, um amigo, um outro ao qual passaram a chamar namorado, ou esposa... com o intuito de compreender as transformações nas vidas de todos os implicados e os efeitos no envelhecimento ativo do novo casal.

O Universo de Estudo

Considerando a dimensão intimista da problemática central desta dissertação, que obriga a um trabalho mais intensivo e detalhado capaz de dar conta da transformação identitária dos novos casais emergentes com as relações de namoro na terceira idade é quase obrigatório pensar num universo de estudo restrito e não tanto numa amostra representativa (Bell, 1997; Morse, 2007). Desta forma muito embora três casos de namoro sejam eventualmente muito para uma dissertação de mestrado limitada por oitenta páginas acabei por estudar todos porque correspondem efetivamente aos namoros que surgiram na instituição onde é desenvolvido o estudo.

Quando falamos de três caso estamos a falar efetivamente de desenvolver a investigação com seis pessoas se todas fossem vivas. Contudo como uma das namoradas já faleceu o trabalho de terreno é desenvolvido apenas com cinco pessoas desses três casais.

Todavia, também pela natureza do objeto de estudo e das particularidades psicossociais das cinco pessoas que estudámos, algumas das vozes recolhidas em entrevistas⁴ enquanto conversas, (Burguess, 1997) são mais alargadas e aprofundadas do que as outras.

Claro que esta familiaridade com os entrevistados também traz inconvenientes nomeadamente “ [...] os enviesamentos, simplificação excessiva, juízo prévio e incapacidade de separar aquilo que se observa daquilo que se sente” (Burguess, 1997, p. 23). Face a isto, procurámos, através da reflexividade, estar fora, intelectualmente, enquanto estávamos dentro do contexto das conversas, como forma de diminuir o excesso de subjetividade.

A título de exemplo a Sra. Nazaré, namorada do Sr. Joaquim pouco nos adiantou sobre as mudanças que ocorreram na sua vida com o aprofundar da sua amizade, a Sra. Nazaré, ao contrário do Sr. Joaquim não assume esta relação como namoro mas antes como uma nova amizade com este.

Da Metodologia

Os cinco sujeitos deste estudo são tratados pelo seu próprio nome. Durante as entrevistas foi colocada a questão e todos os entrevistados manifestaram a vontade de serem tratados pelo nome próprio no tratamento das entrevistas e redação final da dissertação de mestrado.

Em termos metodológicos, esta dissertação de mestrado, no âmbito do processo de Bolonha, opta por uma perspetiva essencialmente compreensiva (Guerra, 2006; Vieira, 2003; Kaufmann, 2005; Bell, 1997; Burgess, 2001; Thompson, 2002; Josso, 2010; Pais, 2006; Morse, 2007) na medida em que parte de casos, neste caso cinco idosos viúvos, que vivenciaram o namoro após a institucionalização. Porque se pretende ter uma visão o mais profunda possível do caso estudado, neste sentido, o caminho escolhido é um de vários caminhos de investigação possíveis para aprofundar o tema definido atrás. A via do inquérito por questionário (Bell, 1997; Morse, 2007), poder-nos-ia trazer mais quantidade de informação do ponto de vista da extensão da população em estudo. Mas, como pretendemos desenvolver investigação ouvindo as pessoas que se enamoram, ouvindo os próprios pontos de vista destes, somos levados a uma abordagem intensiva (Vieira, 2003, 2008, 2012; Josso, 2010) de cariz etnográfico porque se pretende captar o ponto de vista do outro (Vieira, 2003, 2012; Pais, 2006, p. 17) com o uso privilegiado para além da observação de entrevista em profundidade (Thompson, 2002; Vieira, 1999, 2003, 2008, 2012). Dada a limitação de páginas, para a dissertação opto por abordar aqui, a metodologia usada.

⁴ Entrevistas realizadas com o auxílio de um gravador.

Os idosos sofrem inúmeras repressões culturais e preconceitos mas, porém a discussão é ainda maior quando se aborda a afetividade. A sociedade designa a mulher e o homem idosos como incapazes de exercerem o namoro e a sua sexualidade. Sendo a afetividade um determinante do processo do envelhecer saudável, este estudo como vimos, tem como objetivo descobrir como é que os idosos experienciam o namoro na terceira idade.

Por se tratar de um estudo qualitativo, mais propriamente um estudo de caso, utiliza-se as entrevistas como técnica de recolha de dados pois uma entrevista permite que o interlocutor aceda a um grau máximo de autenticidade e de profundidade, principalmente quando é necessário entrevistar alguém para aceder à informação que necessita ou para comprovar algum tipo de informação que tenha conseguido obter, por outros meios, para a análise das mesmas utilizou-se a análise de conteúdo (Thompson, 2002).

O estudo dos cinco idosos não tem pretensões de generalização (Guerra, 2006; Vieira, 2003; Vieira, Margarido e Marques, 2013). A ideia é compreender o que mudou nas suas próprias vidas, se houve transformações e como ocorreram em cada sujeito, quer na apresentação para os outros (Goffman, 1999), na forma como se veste, se cuida, e se relaciona verbalmente e corporalmente, quer na forma como se apresenta para si (Goffman, 1999; Kaufmann, 2001; Vieira, 2000; Viegas e Gomes, 2007), o que Vieira designa como identidade pessoais (Vieira, 2009).

Foram realizadas duas entrevistas a cada um dos cinco sujeitos apoiadas em guiões construídos com base no conhecimento e interações realizadas com estes idosos, quer no trabalho de campo quer no nosso trabalho profissional uma vez que somos animadoras na instituição.

É difícil que numa primeira conversa o idoso se abra, mesmo que já nos conheçamos previamente. Como referimos, somos animadoras nesta instituição o que facilitou, em parte, a aproximação quer aos sujeitos quer à sua intimidade para que remetem estas problemáticas do namoro. Assim, o nosso problema a resolver deixou de ser a entrada na instituição para passar a ser o distanciamento intelectual como investigadoras que passamos a ser a partir do ano de 2012 (Vieira, 2003; Vieira, Margarido e Marques, 2013, Vieira, 2012; Burgess, 2001).

Tratando-se de um tema de conversa, o namoro na terceira idade, que é muitas vezes considerado tabu mesmo nos outros grupos etários (Pais, 2006), mais difícil se torna que na primeira conversa - estamos a falar de entrevistas como conversas aprofundadas (Burgess, 2001) - os idosos com quem falamos se abram com naturalidade, espontaneidade e falem de todas estas transformações ocorridas na vida pessoal e quotidiana.

De outro modo, ainda, foi uma oportunidade de investigar mais em profundidade algumas dimensões específicas de cada casal que ficaram omissas (cf. apêndice A1, B1, C1, D1 e E1). Por outro lado, uma segunda entrevista (cf. Apêndice A3, B3, C3, D3 e E3) trouxe vantagens pois os idosos já

ficaram a pensar nos assuntos que eram importantes para o investigador e isso estimulou a sua reflexividade (Vieira, 1999, 2003, 2008; Cozinheiro, 2007; Cuche, 2006; Guerra, 2006; Thompson, 2002).

A primeira entrevista permitiu que a pessoa pensasse no tema, no dia-a-dia, e no que de importante ele tem para si. Também a primeira entrevista serviu para saber fazer melhor as perguntas dentro do contexto de cada casal de idosos.

O próprio casal de idosos ficou mais reflexivo sobre o assunto e capaz, não só, de reproduzir informação sobre o namoro na terceira idade, bem como de produzir novas ideias, no âmbito do encontro com um investigador interessado em estudar as suas transformações recentes da vida pessoal e familiar (Vieira, 2008).

Como diz Vieira (2003), este tipo de entrevista serve, portanto, não só para dar informação mas, também, para produzir conhecimentos na interação com o investigador: 1 e 1 = 3 (Vieira, 2008; Vieira *et al*, 2009,). Eu sou o velhote (1) e nós os dois na interação, reflexão e questionamento (2) transformamos e vamos descobrir coisas em que não tinha pensado ainda (3). Há, assim, uma terceira dimensão que corresponde ao conhecimento construído pela interação e pelo encontro dos dois sujeitos (investigador e investigado).

Estrutura da Investigação

Esta dissertação está organizada em três capítulos. No primeiro, recorrendo a autores vários, a temáticas variadas e a diversas investigações realizadas discute-se a importância das interações sociais e a fabricação de projetos de vida como fundamentais para vencer a solidão e o envelhecimento. Faz-se, aqui, também, a revisão da literatura sobre as pesquisas realizadas no âmbito da temática do namoro na terceira idade.

O segundo capítulo apresenta os sujeitos de estudo fazendo uma caracterização social dos mesmos em termos de proveniência familiar, social e profissional, apresentando as suas genealogias para melhor visionamento das suas redes sociais e familiares.

O terceiro capítulo, finalmente, dá conta das transformações operadas nas relações sociais e nos quotidianos dos sujeitos após o enamoramento e evidencia a importância destas novas alianças na qualidade de vida e envelhecimento ativo dos sujeitos implicados. Para o efeito, faz-se aqui a análise de conteúdo das segundas entrevistas, que têm um carácter mais profundo e intimista, sobre a nova vida a dois, ao qual se segue a conclusão da dissertação.

Capítulo 1 - O namoro como Forma de Combate à Solidão

O tema desta investigação, desenvolvida no âmbito de um mestrado Intervenção para um Envelhecimento Ativo, é o “Namoro na Terceira Idade”. Trata-se, de alguma forma, de um tema tabu na medida em que as ciências sociais humanas e mesmo a própria gerontologia têm produzido pouco material sobre esta temática. Mesmo ao nível da adolescência e da juventude, o tema do enamoramento é, provavelmente, um dos menos estudados porque remete para a ideia da emotividade e da intimidade das pessoas que continuam a ser a dimensão mais obscura, ou seja a caixa negra do sistema (Velho, 1994; Thompson, 2002; Guerra, 2006; Vieira, 2011).

O envelhecimento da população é hoje uma realidade incontornável que se constitui como um problema social e que se reflete nos destinos individuais e coletivos (Pimentel, 2005). O aumento da longevidade, associado à diminuição da natalidade, conduz ao aumento da representatividade das pessoas mais idosas e ao surgimento de uma série de inquietações em relação à forma como as sociedades lidarão com esta nova realidade. (Pimentel, 2008).

A pessoa é um ser no mundo que comporta as dimensões biológicas, psicológicas, sociais, cultural e espirituais, e que interage com o seu meio ambiente. As características relativas ao desenvolvimento destas dimensões que caracterizam a pessoa podem ser tão distintas que qualquer classificação se torna arbitrária (Pimentel, 2005).

Com uma mesma visão positiva sobre o envelhecimento mas com um olhar crítico sobre o modelo de envelhecimento bem-sucedido em particular, surgiram os defensores do conceito de envelhecimento produtivo. Estes objetam que os primeiros se limitam a “ressuscitar a velha teoria da actividade – manter-se activo, continuar empenhado no mundo laboral, permanecer socialmente comprometido, como na meia-idade – teoria essa que, até hoje, os dados empíricos não confirmaram” (Simões, 2006, p. 144). Acrescentam ainda que, aqueles, ao responsabilizarem em demasia os idosos pelo resultado do seu

envelhecimento, estão a ignorar o contexto em que o indivíduo envelhece que, como já referimos neste documento, varia de indivíduo para indivíduo (contexto económico, idade, redes sociais, género, trajetórias de vida, etc.) e, as mais das vezes, desempenha um papel preponderante no processo. “Sem ter em conta estas barreiras sociais, é inútil propor mais actividade laboral, maior aprofundamento de uma cultura de saúde, maior empenhamento, ao nível do voluntariado” (Taylor & Bengtson, 2001; Riley & Riley, 1998 citado por Simões, 2006, p. 144).

Um envelhecimento ativo deve permitir aos idosos “realizar o seu potencial de bem-estar físico, social e mental ao longo da vida; implicar-se na sociedade de acordo com as suas necessidades, desejos e capacidades e usufruir de protecção, segurança e cuidados adaptados às suas necessidades” (WHO, 2005). Segundo Luísa Pimentel, “ao analisarmos os factores que permitem definir os padrões de qualidade de vida, temos de considerar as suas componentes materiais e objectivas, de quantificação e mensuração relativamente simples, e as suas componentes emocionais e subjectivas, singulares na sua essência e, por consequência, difíceis de avaliar” (Pimentel, 2009, p. 243).

Ao optar por escolher este tema dentro de um mestrado de Envelhecimento Ativo convém dizer que definimos aqui o enamoramento Bregio & Spivacow (2008 citado por Guenter, 2010) como uma relação entre dois indivíduos assumido como uma relação afetiva já não apenas de amizade mas numa relação afetiva onde a ternura do gesto do olhar e da palavra que classifica ou não o outro como namorado emergem e são assumidas pelos envolvidos como. Quer dizer, haja ou não haja relação sexual associada a este ato, podemos falar, de acordo com (Francesco Alberoni, 2002), de enamoramento porque determinadas pessoas passaram a depender uma da outra e se sentam uma junto da outra para almoçar, para estar na sala de estar e saem de mão dada para a rua e passam a integrar nos seus projetos pessoais o outro como parte do seu projeto e razão de existir (Boutinet, 1990; Vieira, 2008; Vieira *et al*, 2009; Velho, 1994;).

Consideramos que a solidão mata; consideramos que o homem é um animal social (Pais, 2006; Bosi, 1994; Cacciopo e Patrick, 2009; Netto *et al*, 2002) e que precisa dos outros para se sentir bem. Não basta viver numa instituição onde há muita gente mas é preciso, também, que haja processos de identificação e de amizade com algumas pessoas para que solidão não emergja no meio da multidão (Pimentel, 2009). O enamoramento dentro de instituições de acolhimento de idosos pode ser considerado uma forma de estreitar as relações sociais combatendo, assim, a solidão, dando assim sentido a cada novo dia, a cada novo minuto. Em síntese, há um presente que ganha futuro, quer dizer há uma vida que passa a ter projetos (re) desenhados dia-a-dia com e para os outro, que já não são redutíveis a 1 nem propriamente a 2 mas, como diz Ricardo Vieira (2003, 2009, 2011) a 3, em que $1 + 1 = 3$ porque as pessoas passam a ter que aprender a viver de novo juntas, com projetos a dois, gestão de tempo a dois, comida a dois, vida a dois, o que no fundo, com a tal reconfiguração passa a ser para uma terceira

dimensão. Algumas destas pessoas casam-se, outras, simplesmente, namoram e outras saem do lar para viver nas suas casas.

Contudo, a assunção do namoro implica uma transformação na vida pessoal que se torna mais ativa com mais sentido e mais qualidade de vida, como veremos no capítulo 3.

A solidão

Os seres humanos são sociáveis por natureza, embora, dependendo das características de cada indivíduo, existam pessoas com maior capacidade de sociabilizar que outras. Esta questão está associada à necessidade de um indivíduo estar mais ou menos só (Fernandes, 2007).

Segundo Fernandes (idem), a matriz humana não condiz com a solidão, ou seja, não somos feitos para viver sozinhos. É óbvio que todos nós precisamos, em determinados momentos, daquilo a que chamamos o nosso momento de isolamento, mas ninguém convive bem com a ideia de viver permanentemente sozinho.

Desenvolvemos as habilidades sociais e o interesse pela sociabilização, através da comunicação com os outros durante a infância, o ambiente em que crescemos durante esta fase é fulcral para um bom desenvolvimento.

Só encontramos sentido na nossa vida interagindo em grupo, como propósito de nos completarmos. Para Neto (2001, citado por Fernandes, 2007), a solidão é uma experiência comum do ser humano, que o leva a procurar algo mais que o complete.

Não existem muitos estudos que se debrucem sobre a solidão nos idosos, existindo cada vez mais necessidade de explorar esta área, já que tem vindo a aumentar o índice de envelhecimento. Berger et al. (1995, citado por Fernandes, 2007), afirmam que o envelhecimento da população está a modificar profundamente as interações dos indivíduos. Este envelhecimento está a tornar-se atualmente um problema importante em quase todas as sociedades.

Para que os idosos possam viver com maior qualidade de vida é necessário combater o isolamento de que são alvo. No entanto, segundo Quaresma (2004 citado por Fernandes, 2007):

“a velhice não tem de ser só por si um problema, podendo ser apenas um período da vida categorizado segundo a idade. O que poderá ser problemático é a ausência, insuficiência ou inadequação de respostas sociais para a satisfação das necessidades humanas básicas diárias, ou uma articulação deficiente entre o indivíduo idoso e a sociedade. Neste contexto, os idosos podem adotar estratégias inadequadas para a sua saúde física e mental. Todos nós ao longo do ciclo da vida dependemos do grupo social para a nossa sobrevivência e desenvolvimento. O grupo é, em última análise, a fonte dos modelos de comportamentos, de valores, limites morais, isto é, onde cada um de nós vai buscar a composição da nossa identidade e maneira de ser” (p. 2).

Segundo Vieira (2012), existem dois parâmetros que permitem definir a qualidade de vida na velhice, um deles, está estritamente ligado à forma como percebemos o nosso papel nas redes relacionais a que pertencemos.

A presença daqueles que têm significado para nós e que nos rodeiam faz parte de uma necessidade humana. Além disso, os espaços que nos são familiares ajudam a que nos sintamos mais à

vontade e, ao mesmo tempo, que nos identifiquemos com eles. Sem este contexto, estão reunidos os fatores para o despertar do sentimento de solidão.

No que diz respeito a este assunto não devemos iludir-nos e pensar de uma forma linear ou seja, pensar que quem vive sozinho, sente solidão, e que quem vive com a família, ou numa instituição, não convive com este sentimento é totalmente errado. Muitas vezes, nos processos de institucionalização, o idoso sente forte influência nas suas relações e redes sociais, o que pode levar a uma perceção negativa da sua qualidade de vida (Vieira, idem).

Na opinião de Vieira (2012), os idosos tentam adaptar-se a uma nova realidade, a uma nova comunidade, com o objetivo de se sentirem integrados e conviver com uma família mais alargada. Existem momentos em que prestam ajuda ao companheiro de quarto, ou mesmo, da instituição, estes momentos funcionam como gestos de solidariedade e fá-los sentir tal como numa família nuclear. Além destas situações, existem também casos em que o idoso adota uma atitude defensiva em relação a outro, porque assim não alimentam rumores de namoros que são fruto da imaginação por vezes existe mesmo envolvimento entre idosos, que é escondido, devido ao julgamento exterior (Vieira, idem).

Como referem Cacioppo e Patrick (2009), ninguém discute que ser o miúdo novo na escola, perder o conjugue ou sobreviver aos amigos transforma qualquer ligação significativa num desafio muito maior. As circunstâncias objetivas de cada situação são muito importantes. Exemplo disso é o casamento na terceira idade que pode atenuar os sentimentos de solidão.

Tal como defende José Machado Pais (2006), existe o perigo de deterioração da identidade da identidade do idoso a partir do momento em que o lar de acolhimento impõe regras extremamente rígidas. A vida do idoso fica marcada pelo momento da institucionalização que acontece muitas vezes de forma brusca. A decisão parte do idoso ou da família, no primeiro caso é habitual o idoso se sentir um fardo para a família e propor esta solução. No segundo, a solidão é muitas vezes imposta. A visita dos familiares ao idoso institucionalizado tem um papel fulcral na sua adaptação havendo mesmo contabilização de quem recebe mais apoio dos filhos. Nos idosos denota-se um sentimento de vergonha nos casos de abandono familiar, também existem situações de vitimização ou tentativa de valorização, para não se sentirem um peso para a família. Este peso é sentido pelos idosos quando se apercebem da rotura com a sua vida passada, deixam de se sentir úteis, estão mais fragilizados fisicamente e sofrem de isolamento social, um meio utilizado para combater a distância da família é muitas vezes o telefone (Vieira, 2012). Alguns idosos percebem que os filhos podiam visitar e telefonar mais vezes, contudo, muitos deles não confrontam os filhos com a situação para não criar uma rotura e gerar o abandono.

De acordo com Pais (2006), a religião é para alguns o utensílio fundamental no combate á solidão. Ter fé ajuda-os a ter esperança no futuro e nalguns casos transforma-se numa rotina cumprida religiosamente. Cardoso e Ferreira (2009), acrescentam que:

“ [...] a religiosidade tem se destacado como uma variável capaz de contribuir para a promoção e a manutenção do bem estar dos idosos, seja por meio do consolo espiritual, da rede de apoio social e/ou pelas regras de condutas moral e espiritual que ela estabelece” (p. 383).

Vieira (2012) refere que outro fenómeno a considerar é a utilização da televisão como companhia. Os seus atores e apresentadores passam a ser vistos como família, funcionando como uma distração para a solidão interior. Nos nossos dias, os idosos vivem, na sua larga maioria, a necessitar da atenção e cuidados da família. Noutros tempos era uma obrigação o cumprimento desta tarefa, hoje é difícil reunir condições para que a situação seja satisfatória. Surge um dilema: os idosos não querem perder a sua dignidade e os filhos têm medo de falhar na dedicação aos pais.

A animação sociocultural pode também ser um instrumento de combate à solidão. As atividades desenvolvidas ajudam a ultrapassar este problema e, muitas vezes, estes momentos são considerados escassos pelos próprios idosos (Vieira, 2012; Pais, 2006; Pereira e Lopes, 2009; Ander-Egg, 2009).

Para Luísa Pimentel, “a institucionalização é, assim, encarada como uma saída viável para uma situação de maior dependência” (Pimentel, 2005, p. 199). A propósito da solidão, esta mesma autora refere que a morte do conjugue é representada como uma perda dolorosa. A fase da vida em que o idoso entra para uma instituição é representada como a última etapa da sua vida, sem qualquer expectativa ou possibilidade de retorno (Pimentel, 2005, p. 59).

Segundo (Pimentel, 2005), a perda de entes queridos são marcantes na trajetória dos idosos, a incapacidade de lidar com a situação pode levar a o idoso a reações depressivas. “A morte de familiares próximos, que eram os principais alvos da sua afetividade, cria sentimentos de solidão e abandono e leva as pessoas a questionar a sua própria existência (p. 86).

Segundo Pais (2005), a solidão é muitas vezes experienciada na reforma da vida ativa e nas doenças em idade avançada, o caminho é muitas vezes a institucionalização num lar de idosos, onde a solidão se transforma numa espécie de bolha pessoal que não se dissipa quando com outras. Existe a partilha de um espaço com que os idosos não se identificam, porque estão deslocados do seu espaço, da sua rotina, do seu papel social e não sentem a sua independência.

Na maioria das vezes, quando os idosos chegam a um lar, existe imediatamente um sentimento de solidão associado à perda do sentido da vida.

Machado Pais (idem) analisa a situação vivida dentro dos lares de idosos e afirma que:

“a este respeito importa dizer que há lares em que os idosos contam com uma voz amiga por parte de quem os cuida-com responsabilidade, profissionalismo, sobretudo dignidade e humanismo. Noutros casos, contudo nem sempre assim acontece. Se, em algumas famílias, os idosos continuam a ser objeto de maus tratos- chega-se mesmo a falar da «síndrome de avó sovada»- desespejados em lares ou hospitais como «pesos mortos», passam, frequentemente, a ser «casos» que ocupam «cadeiras» ou «camas».

Nas observações realizadas em alguns lares verificou-se que nem sempre os idosos coabitam com o sofrimento, a solidão ou o abandono. Alguns lares proporcionam um ambiente de tranquilidade e

familiaridade que satisfaz quem os habita. Noutros casos assim não acontece. O sentimento de abandono leva-os a não suportares a vida nem as ameaças que pendem sobre ela.” (p. 147).

Para Machado Pais (2005),

“as maneiras de sentir- como as de pensar e de agir, diria Durkheim- expressam-se através de uma subjetividade que se objetiva socialmente. Ou, como diria Norbert Elias, os afetos estão sujeitos «modalidades de controlo» civilizacionais. Cada cultura, de grosso modo, gera formas próprias de formação de afetos, por sua vez, refletem as circunstâncias históricas e sociais que os modelam” (p. 183).

Este autor refere-se a afetos que consideramos domésticos, como o entrelaçar dos dedos ou pegar a mão. São gestos simples, mas extremamente importantes para a criação de uma ligação com base em “festinhas e miminhos”. Os afetos que falamos não deixam de seguir um padrão correspondente à sociedade em que estamos inseridos Pais (idem).

O autor depara-se com outro facto: a carência de afetos existe porque a afetividade se instituiu socialmente e a sua falta se transformou num problema social. Esta problemática nasce, por um lado, de um reflexo descontrolado de sentimentos subjetivos e, por outro, de uma pressão social que sujeita a afetividade a uma disciplina moralizadora.

Todos conhecemos a ideia do apaixonado representado como um desvairado que deu as costas à razão, e por isso mesmo, muitos estoicos afirmavam estar contra o «mal das paixões», impedindo e restringindo este estado e modo de vida.

Pais (idem) afirma que é interessante analisar o passado para perceber a evolução dos afetos. Na antiguidade clássica viveu-se um sentimento de busca da felicidade, mas com o controlo sobre os afetos excessivos e ilusórios, quer de natureza material, como o sexo ou o dinheiro, quer sentimental, como a vaidade.

Após esta fase, surge a literatura do amor cortês no séc. XII, que vem alterar as mentalidades, passa a legitimar-se o direito de expressar o sentir do que se sente. No que diz respeito à modernidade ocidental, é dada uma maior importância às marcas de personalidade, em detrimento, da força de carácter. A força de carácter era noutros tempos avaliada socialmente e consagrada, através de virtudes públicas. Hoje o modelo é pautado pelos dilemas da satisfação sentimental, Richard Senett (citado por Pais, 2006):

“estabelece, a este propósito uma distinção pertinente entre «carácter» e «personalidade»: enquanto que o carácter é um valor ético aferido por relacionamentos sociais, a personalidade é um termo referido a desejos e sentimentos que podem existir dentro de nós sem que mais ninguém o saiba” (p.185).

Passamos a centrar a identidade pessoal numa ideia privada, contrariamente ao que acontecia antes, numa cultura de intimidade baseada no público. Daqui resulta insegurança na vida sentimental, um isolamento do público e do outro.

De acordo com (Pais, idem), a estigmatização social começa na fase em que algum se reforma. Aqui há um grande peso atribuído a um julgamento social relacionado com quem é economicamente

produtivo. O Estado e as próprias famílias geram o problema e o que resta na vida destas pessoas é o declínio progressivo. É por isso importante perceber a necessidade de uma solidariedade inclusiva nesta fase da vida, procurando combater o flagelo da solidão.

Segundo (Pais, 2006), a solidão sente-se porque existe a necessidade do outro. Quando os idosos são deixados em instituições pelos próprios familiares, é apenas um questão de tempo para acabarem abandonados; a família passa essa responsabilidade à instituição. Mas serão as nossas instituições as primeiras a excluírem os nossos idosos? Talvez não. Mas aqui está uma boa questão que fica para reflexão. E será que há espaço nos lares para o enamoramento dos idosos sem estigmatização?

Solidão é, como dizia Durkheim, uma coisa com natureza própria! Solidão é o que nós devolvemos aos nossos velhos, depois de uma vida de sacrifícios. Solidão é a ajuda que nós lhes demos para os deixarmos sem escolha perante apenas a conformismo social. A solidão acaba por ser um estado da alma adjacente às atitudes modernistas e a novos ritmos, estilos e gostos sociais.

Qual o papel das sociabilidades várias que emergem dentro dos lares e, em particular, do namoro, no combate a esta solidão e à reinvenção de si (Kaufman, 2005; Josso, 2010; Vieira, 2012) e à reelaboração de novos projetos de vida (Boutinet, 1990; Velho, 1994; Vieira, 2009, 2012)? É isto que, em parte, iremos discutindo ao longo desta dissertação, tanto nesta dimensão mais teórica como nos capítulos dois e três onde as pessoas enamoradas ganham voz.

Identidade Pessoal e Qualidade de Vida

“Se eu sou eu, apenas porque eu sou eu; e tu és tu apenas porque tu és tu; então, eu sou eu e tu és tu. Mas se eu sou eu porque tu és tu, e tu és tu porque eu sou eu, então eu não sou eu e tu não és tu. (Mendel Koktz, in Cohen, 1994:23)⁵

De acordo com Vieira (2009), a identidade está absolutamente ligada a uma necessidade de conhecer o outro utilizando a comunicação, tentando encontrar pontos de contacto para a relação interpessoal. Em parte, na relação de enamoramento é de uma comunicação identitária que se trata, também.

Quase automaticamente, perante um desconhecido, perguntamos “ Onde vives? De onde és? Que és? ”. Procuramos respostas para arrumarmos as prateleiras cognitivas e relacionais (Vieira, idem) e isto pode levar à densificação das relações humanas e, quiçá, à amizade e/ou ao enamoramento.

Conforme nos recorda Vieira (1999 e 2009), Identidade e diferença têm uma relação de dependência que se esconde na forma afirmativa como expressamos a identidade, quando digo “sou Português”, parece que faço referência a uma identidade que se esgota em si mesma. Além disso só faço esta afirmação porque existem pessoas que não são Portuguesas.

Habitamos e interagimos em vários mundos: no trabalhar, na amizade, etc. Somos mais multiculturais, interculturais, não somos apenas de um sítio, de um lugar, chegamos à conclusão que em vez de sermos, estamos sendo. Por isso Vieira fala de Identidade em Gerúndio (2009) para colocar a tônica na transformação dos sujeitos. Também os namorados se vão ajustando, um ao outro, redefinindo e reconstruindo, em gerúndio, as suas identidades.

Segundo Goffman (1990 [1959]), citado por (Viegas e Gomes 2007), o poder comunicacional é um dos mecanismos essenciais a partir dos quais sociais os atores sociais dão significado à sua vida, relacionando-se consigo próprios e com os outros. Goffman (Idem) provou que parte dos processos de identidade passam por uma expressão comunicacional que tem em vista «impressionar» aqueles com que se interage na vida, dando-lhe significado. Esta expressividade revela-se em dois tipos distintos de «atividades de signos»: o primeiro tipo recorre à linguagem verbal, representando a «comunicação tradicional», proferida através de símbolos verbais e fornecendo uma informação com base em códigos linguísticos, estruturados pelo sujeito. O segundo tipo tem campos de ação, mais teatrais, contextuais, não-verbais e não intencionais.

Tal como defende Viegas e Gomes (2007), há muito tempo que a Antropologia se afastou de qualquer teorização sobre a vida social sustentada nas teorias modernistas, que associam a

⁵ Citação retirada do livro A Identidade na Velhice de Susana de Matos Viegas e Catarina Antunes Gomes

individualidade à sociedade moderna e o comunitarismo às sociedades tradicionais. A realidade é bem mais complexa que os dois polos que esta explicação enuncia (Vieira, 1999, 2009; 2011). Ao longo do tempo, estas associações mostraram estar baseadas em pressupostos errados, tal como mostram estudos recentes, no que diz respeito às etnografias antropológicas sobre a noção de pessoa. Através de uma investigação recente, tendo como base os processos de identidade dos Dinka do Sul do Sudão, Codrey Lienhardt percebeu que nos devemos focar na ideia de uma identidade social a partir de um conceito da pessoa como agente ativo. “O agente ativo é um ser-no-mundo consciente e dependente dos outros para fazer sentido sobre si próprio” (Pina Cabral 1991,1994, p.120; Cohen 1992, p.226, citado por Viegas e Gomes, 2007, p. 16)

Numa perspetiva em que somos vistos como agentes ativos, criativos e capazes de se simbolizar, a negociação da identidade pelos sujeitos depende do ato de refazer continuamente, e é parte integrante da relação entre o eu e o outro, Erving Goffman, (1990, citado por Viegas e Gomes, 2007), dá-lhe o nome de «estigmas». A vida social faz-nos experimentar sermos ao mesmo tempo «normais e estigmatizados», o «normal» e o «estigmatizado» não são vistos como pessoas, mas como perspetivas experimentadas por qualquer pessoa, pelo simples facto de vivermos com os outros.

Todos somos ao mesmo tempo normais e estigmatizados porque todos em sociedade já convivemos com uma situação em que as expectativas que criamos não correspondam à realidade. Ora, quando se abraça a ideia de estudar o namoro na terceira idade, percebe-se como, muitas vezes, o estigma e os risos críticos se instalam nos observadores (Pais, 2006). Efetivamente, José Machado Pais, num estudo de natureza etnográfica, em lares de Lisboa, dá bem conta das atitudes de repreensão e de estigmatização que recaem sobre os idosos que se querem namorados (Pais, *idem*).

Como refere Cozinheiro (2007), contribuem para o processo de identificação algumas dificuldades inerentes às questões do poder, a posição de cada um de nós ocupa no espaço social e o capital simbólico que possuímos são duas razões que podem conduzir a esta dificuldade. Maalouf (2002) refere que “a realidade não é vivida da mesma maneira pelos que nasceram no seio da civilização dominante e por aqueles que nasceram fora dela”.

Se ao lidar com idosos institucionalizados, se nós não os tratarmos pelo próprio nome, se não considerarmos as suas histórias de vida, os seus interesses, que ele foi emigrante, que ficou viúvo, etc., então, estamos, de acordo com o pensamento de Amim Maalouf, a assassinar uma identidade, neste caso a de um idoso. Quando estamos a tratar os idosos todos da mesma maneira, despersonalizando-os, estamos a assassinar identidades variadas. Em síntese, lidar com uma geração quer seja da infância, adolescência ou mesmo da velhice, não pode ser feito uniformemente e abstratamente, encerrando as identidades pessoais dentro de uma única categoria (Vieira, 2009, 2012). Cada um tem uma identidade pessoal, uma história de vida pessoal, uma história familiar pessoal, uma relação com o namoro e o

casamento, especial, que se os técnicos de trabalho social, sejam eles assistentes sociais, animadores sociais, educadores, enfermeiros, ou outros (Vieira, 2012), não tratem os institucionalizados como pessoas com identidade própria estão, no dizer de Amim Maalouf (Idem) a assassinar as suas identidades pessoais.

Cada idoso é um caso. Por isso, no tratamento do namoro, procurámos fazer um estudo de casos (Guerra, 2006; Vieira, Margarido e Marques, 2013) e não tratar do namoro de uma forma abstrata, estatística, esquecendo a dimensão de qualidade que, de alguma forma, se conseguiu nesta dissertação que trabalha com cinco casos de enamoramento numa instituição de idosos.

Reforçamos, agora, uma ideia já antes mencionada, a de uma identidade que não pode ser encarada como uma unidade estática e imutável, que é caracteristicamente móvel, induzindo a contradições e dissonâncias. Para Vieira (1999), “ a identidade é fruto do percurso biográfico, do contacto com o outro que resulta em várias dimensões de ser e estar ” (p. 77). De acordo com Cozinheiro (2007), ainda, estas várias dimensões originam uma identidade múltipla, compósita, sincrética e híbrida (Cuche, 2006; Hall, 2003; Magalhães, 2001; Maalouf, 2002; Vieira, 1999).

De acordo com Cozinheiro (2007), a fragmentação do indivíduo como sujeito acontece por via da construção e reconstrução constante ao longo do tempo, no mesmo espaço temporal, nos diferentes papéis sociais desempenhados e no contacto com o outro. É difícil criar uma autoimagem unitária já que o maior ou menor sucesso nos diferentes papéis sociais o impossibilita.

No entanto, para Mendes (2002) “ [...] as pessoas reagem umas às outras tentando manter uma «linha» consistente e procurando, assim manter a realidade social que constroem” (p. 492). Desta forma, procuram-se conciliar as várias dimensões que formam a identidade de cada um de nós, buscando uma harmonia no caminho que se percorre na busca dessa terceira dimensão (Vieira, 2000).

A construção da identidade pessoal não é realizada à imagem rigorosamente de alguém, nem decalcada de um modelo baseado na identidade cultural do grupo social de origem.

Segundo Vieira (2000), “ [...] através da mobilidade social, ascendente ou descendente, sobretudo na classe média, operária ou nos camponeses existem variáveis significativas na experiência existencial, que não se verificam nos casos de pessoas que experienciam a estabilidade e a permanência sociais”.

A contribuir para a construção/reconstrução de uma identidade está também o contacto com o exterior,

“ [...] As constantes alterações que afetam a visão do mundo dos sujeitos em determinada classe ou grupo social. De realçar também a mistura entre o adquirido - a cultura de origem e os contextos já atravessados, que resultam naquilo a que se dá o nome sincretismos.

Os sincretismos levam-nos a constatar uma necessidade de atingir uma nova dimensão do ser, que não é estática, nem verdadeiramente acabada e, por isso, ainda sujeita a metamorfoses, falamos das reconstruções identitárias para a identidade e cultura pessoal, concorrem não só a origem social e a socialização primária, onde se constrói a mente cultural do indivíduo” (p. 47).

Percebemos, assim, que este pensamento remete para um resultado,

“ [...] a identidade num dado momento, que está, entre o individual e o coletivo e que se revela como um processo e não uma estrutura. É um terceiro instruído (Serres,1993), uma terceira, quarta, quinta e mais dimensões de ser e estar, uma construção identitária, uma fusão entre o background já possuído e as alternativas culturais detetadas e interiorizadas pelo indivíduo” (p. 48).

O terceiro instruído é uma espécie de cruzamento que corresponde ao processo identitário. O exercício de interação feito um pouco ao modo de cada um, resulta da construção/reconstrução da identidade, que corresponde sempre à integração do ovo já possuído. Segundo Vieira (2000),

“Nascendo ou partindo da margem esquerda de um rio, quando nos aproximamos da outra margem, ou quando nos dirigimos para jusante ou, pelo contrário, para montante, ou outras, já não se é só um habitante da margem esquerda. Não se é apenas 1, o filho da cultura de origem. Não se é apenas 2, um adotado pelo segundo contexto. É-se um terceiro – um pouco dos dois (cada um a seu modo) – e mais ainda: a mestiçagem pessoal, resultado das províncias culturais atravessadas, onde e parte foram interiorizados alguns significados” (p. 49).

Falando agora, particularmente, da dimensão da qualidade de vida, podemos afirmar que a animação sociocultural tem também relativa importância na promoção do bem-estar na terceira idade (Jacob, 2007). Segundo Lopes (2008 citado por Galinha 2009), a animação sociocultural ao realizar “ações que visam a implicação de pessoas em torno de projetos pessoais, culturais e educativos” (p. 94), contribuem para o bem-estar do indivíduo.

Quando falamos de bem-estar, referimo-nos a uma perceção, em diferentes domínios, relativamente a vários aspetos na vida, como a situação financeira, o papel social e a concretização de projetos. É igualmente importante ter em conta o fato de diferentes definições de bem-estar. De acordo com Neri (2005 citado por Galinha, *ibidem*), o que para nós é essencial para nos sentirmos bem, não é aquilo que os outros consideram vital para se sentirem igualmente bem, logo, a qualidade de vida é um estado que varia de pessoa para pessoa,

“a abordagem conceptual de bem-estar subjetivo resulta da avaliação que o indivíduo realiza sobre as suas capacidades, as condições ambientais e a sua qualidade de vida, a partir de critérios pessoais combinados com os valores e as expectativas que vigoram na sociedade” (p. 94).

A velhice e o envelhecimento são realidades heterógenas, isto é, variam conforme os tempos históricos, as culturas, as classes sociais, as próprias histórias de vida entre outros elementos que conformam as trajetórias de vida dos indivíduos e grupos. Segundo Neri (2004, p. 63), “ não é o avanço da idade que marca as etapas mais significativas da vida; a velhice é, antes, um processo contínuo de reconstrução”.

Para (Neri, 2004), “o desejo de promover uma velhice bem-sucedida causa uma convergência de esforços orientados à busca de factores e condições que ajudem a compreender e a manejar o potencial dos idosos” (p. 114).

As pessoas são, por natureza, seres sociais que vivem em interação como os outros. Ao longo da vida, vamos pertencendo a vários grupos, nomeadamente ao grupo familiar, ao grupo de amigos, etc. e é na convivência com estes grupos que vamos construindo os traços que nos caracterizam. Em alguns aspetos, as relações funcionam como ancoras em que estruturamos as nossas prioridades, e uma convivência harmoniosa com os outros faz-nos sentir seguros, apoiados e compreendidos, contribuindo para a definição da nossa identidade, pois aquilo que pensamos de nós contribui para a imagem que vamos construindo de nós próprios (Melo e Araújo, 2011).

De acordo com Ander-Egg (2009), a influência espiritual é uma dimensão intangível que nos induz a descobrir o sentido com que orientamos a nossa existência. É o que nos dá a direção, o propósito e a meta, expressando um projeto de vida. Não basta viver, necessitamos de uma razão para viver, o tal projeto de que falam Boutinet (1990), Velho (1994), Vieira (2008, 2009), Vieira *et al* (2009), e Sofia Cozinheiro (2007). Limitar-se a sobreviver não é viver uma vida plenamente humana. Cada ser humano, de maneira pessoal, deve assumir a responsabilidade do que é e do que quer ser e fazer. Questionamos então: o que significa aprender a viver? Muito pouca gente raramente planeia a necessidade de aprender a viver. Para Ander-Egg (2009), a arte de viver implica uma opção pessoal vital, expressa num projeto de vida. A sabedoria de “saber viver” não se aprende nos livros, é muito mais do que uma aprendizagem, isso pode ser visto no testemunho das pessoas utilizadas neste estudo. Aprende-se a viver, vivendo. E através do namoro na terceira idade podemos dizer que a vida é algo que se recebe mas, acima de tudo, é algo que se deve construir dia após dia. O ser e o existir com os demais e para os demais dá sempre um sentimento de realização e plenitude à nossa existência. É por isso que as amizades e relações sociais são um medicamento fundamental para todas as idades, mas, de maneira especial, para os idosos (Ander-Egg, 2009; Bosi, 1994; Diana, 2003; Josso, 2010). É muito bom manter relações com os velhos amigos, mas mais importante ainda é poder ter a companhia de um namorado, ou uma namorada.

O sentido de humor é também uma qualidade de vida que ajuda a viver com estado de ânimo positivo. Cultivar o humor é algo saudável Ander-Egg (2009). O humor é uma capacidade que só o ser humano possui, mas nem todos os seres humanos têm essa aptidão.

Galinha (*idem*), defende que as alterações na sociedade, ao longo do tempo, levam a um aumento de serviços para a população idosa. A animação sociocultural serve de resposta, fomentando a participação ativa e voluntária dos cidadãos no desenvolvimento comunitário e na melhoria da qualidade de vida.

De acordo com Galinha (*idem*), é cada vez mais difícil preparar os desafios do envelhecimento. A autora afirma que “um envelhecimento bem sucedido tenta encontrar formas de compatibilizar o envelhecimento com qualidade de vida percebida e o bem-estar subjectivo dos idosos nas diversas dimensões do seu self” (p. 97).

Para o animador é importantíssimo saber adequar a ação perante o idoso, tendo em conta o contexto em que o idoso está inserido. Através de uma consciencialização, a nível mundial, para a necessidade de criação de programas dedicados à terceira idade, foi possível debater os riscos do envelhecimento no bem-estar e na saúde mental. Hoje a união europeia faz da “da promoção do envelhecimento ativo e saudável um dos objetivos políticos”, essenciais neste contexto. (Galinha, *ibidem*)

De acordo com Galinha & Loureiro (2007 citado por Galinha, 2009), a gerontologia e a geriatria surgiram como as ciências direcionadas para o estudo do idoso, tentando, assim, “desenvolver mecanismos que contribuam para uma boa saúde física e mental, autonomia e envolvimento activo com a vida pessoal, a família” (p. 93). Os “amigos, o ócio, o tempo livre e as relações interpessoais” (Galinha, *ibidem*), também são fundamentais para que a pessoa idosa possa viver a sua vida em pleno.

Invenção de Si

(Kaufmann, 2005), revela-nos, através da sua obra, uma ideia fundamental na percepção do que significa a individualização no ser humano. Em primeiro lugar é essencial entender que a identidade é um processo estudado ao longo da história mas associado à modernidade. Nas comunidades tradicionais, não existiam problemas associados à realidade experimentada como indivíduo particular, os problemas identitários, que se vivem hoje, não existem.

De acordo com (Kaufmann, idem), a importância da identidade é, hoje, enorme e, ao contrário do que possa parecer à primeira vista, foram as próprias comunidades que tornaram as pessoas mais individualistas. Foi a destruturação das comunidades que o provocou, provando que a individualização, era um produto social.

O estado teve um papel determinante na individualização, criou critérios que permitem dividir e classificar a sociedade mas. Ao mesmo tempo, estes métodos iludem o real, ou seja, procuram uma ação eficaz que não é mais do que uma mentira necessária que serve para organização. (Kaufmann, idem).

A identidade é um conceito muito amplo e vasto, mas é certo que ocupa uma função vital e quotidiana. O indivíduo deve reformulá-la continuamente, «sob pena de ver a sua existência perder sentido» (p. 72).

Kaufmann (2005) fala de retraimento, na sua obra intitulada “a Invenção de si”, apresentando-o como o motivo para uma estagnação e resistência à invenção de si mesmo, e direciona-o sobretudo a certos meios sociais e idades mais avançadas. Quando há fraqueza, e falta de recursos associado à ancoragem a um pequeno património corre-se o risco de retraimento. Por isso tanto idoso desiste de ideais futuros e deixa de redesenhar projetos de vida. “Trata-se dum posicionamento existencial que, no cruzamento do grupo social com o grupo etário, está no seu máximo de intensidade. Torna-se, então, globalizante e contínuo, definindo o conjunto das condutas, a cada instante” (p. 216).

Todos somos afetados pelo retraimento, uns mais, outros menos. Este retraimento pode ser menos marcado, mais aberto ao mundo e aos projetos de futuro. A maioria da população inscreve-se num tal tipo de retraimento moderado e que ocorre a espaços, em diferentes situações.

Reinventar-se é querer-se como um outro. É idealizar e construir projetos para um *self* de amanhã (Vieira, 2009). Para (Velho, 1994), “o projecto no nível individual lida com a performance, as explorações, o desempenho e as opções, ancoradas a avaliações e definições da realidade.” Por sua vez, projeto na dimensão de Schutz (citado por Velho, idem), é a “conduta organizada para atingir finalidades específicas” (p. 40). Desta forma podemos afirmar que as noções de projeto e campos de possibilidades podem ajudar a análise de trajetórias (Vieira, 2009).

A consistência e valorização de uma individualidade singular, baseada numa memória que dá consistência à bibliografia, é o que possibilita a formulação e condução de projetos (Velho, idem). Para (Velho, idem), a consistência do projeto depende, fundamentalmente, da memória que fornece os indicadores básicos de um passado que produziu as circunstâncias do presente, sem a consistência das quais seria impossível ter ou elaborar projetos.

O projeto e a memória associam-se e articulam-se ao dar significado à vida e às ações dos indivíduos, por outros termos, à própria identidade (Velho, idem).

De acordo com (Velho, idem), “um projecto colectivo não é vivido de modo totalmente homogéneo pelos indivíduos que o compartilham. Existem diferenças de interpretação devido a particularidades de status, trajectória e, no caso de uma família, de género e geração” (p. 41).

Passando agora para um caso mais relacionado com a problemática desta dissertação, que nos remete também para a noção de que o projeto é uma via de criar repercussões na sua identidade, tornando-o com um novo sentido e significado, podemos constatar que, tal como Marie Christine Josso, também os idosos utilizados para a realização deste estudo sofreram a perda de um ente querido (Josso, 2010). Também Josso foi conduzida ao mundo de solidão e tristeza, à perda do sentido da vida. Porém, as reviravoltas que a vida dá podem servir como via de repensar as transformações no modo de pensar e de agir na vida. “O confronto com a morte é sem dúvida a mais arrasadoras das experiências” (p. 255). Quando nos encontramos em situações deste tipo existem algumas perguntas que surgem: o que é viver? Que sentido dar à vida?

Os idosos apresentados no nosso estudo, todos eles viúvos, e quatro deles a viver numa instituição, certamente que se devem ter questionado acerca do assunto. O sentimento de isolamento e revolta interior fez com que se sentissem no fim da sua vida, de modo a que nenhum dos entrevistados pensasse sequer na hipótese voltar a encontrar alguém para passar o resto das suas vidas (Josso, 2010).

Porém, tal como Josso, também estes idosos levaram algum tempo, nalguns casos anos, até perceberem o vazio em que se encontravam, e todos aprenderam a desprender-se da angústia em que se encontravam no momento que começaram a namorar. (Josso, idem), refere que a busca da condição de vida levou a uma transformação interior importante, transformação essa que para os idosos fez com que o namoro fizesse esquecer o vazio que sentiam.

Como afirma Josso (idem), “ a aprendizagem do ofício de viver não passa por nenhum saber especial” (p. 259).

A ideia de projeto surge aqui como revolução identitária para cada um dos nossos idosos em estudo, na medida em que o projeto de namorar, de casar, ou de sair do lar para voltar a viver no seio da sua habitação com a companheira os levam a pensar, a sonhar.

Como refere (Kaufmann, 2005), “ [...] sonhando-se primeiro, depois passando do sonho ao projecto, e finalmente do projecto ao ato” (p. 205).

O projeto do namoro surge como forma de dar sentido à vida mas, como afirma (Boutinet, 1990), a dificuldade surge quando constatamos que os projetos podem ser múltiplos e a vida só uma.

De acordo com Vieira (2000), “ na vida, o futuro é incerto e constrói-se a par e passo na vivência do presente. O futuro do ser é formulável mas não determinável ” (p. 52).

Josso (2010) afirma, a propósito dos projetos de vida, que “nasci duas vezes e o meu segundo nascimento teve um impacto considerável na minha vida ” (p. 254).

Também os idosos, ao redesenharem os seus projetos, por exemplo, através do namoro, se vão conhecendo mutuamente. Vivem cada vez mais a dois e vão recriando formas de cativar o outro com prendas, com símbolos, com carinho, com amizade, com amor e com namoro que os reinventa.

Quem sou eu e quem serei eu no meu futuro? qual o sentido da minha vida? A pessoa quando vai para um lar muda de espaço e colocam-se-lhe questões de identidade (Vieira, 2012). Como diz Kaufmann (2001), quem sou eu, quem serei no meu futuro e qual o futuro da minha vida...?

A Invenção de si é, de alguma forma, uma alteração da identidade: o reconhecimento e estima de si mesmo... A pessoa pode passar a estimar-se mais e a apresenta-se de forma diferente, cortar a barba, colocar uma gravata, pentear-se com mais cuidado.

Uma pessoa pode estar deprimida, ser uma pessoa triste, meio acabada, à espera de morrer, à espera... e, de repente, o namoro pode levar a reinventar-se a querer-se apresentar com outro cuidado, a estimar-se a si próprio, a gostar mais de si e isso traduz-se na sua própria qualidade de vida. A pessoa até pode ter muito dinheiro mas isso não chega. É preciso essa dimensão subjetiva da qualidade de vida.

Muitas vezes, nós vivemos no meio de instituições frias, com uma linguagem hermética, e se não houver uma animadora a ajudar a reinventar-se a pessoa pode ficar triste e deprimida. A alternativa é reinventar-se a si mesma.

A reinvenção de si é uma alteração de identidade, é uma alteração desses hábitos estabilizados: só namoro contigo se fizeres a barba todos os dias, dirão algumas noivas.

Por outro lado, o ego não se sonha de qualquer maneira. Nós não sonhamos com uma coisa impossível. Nós não sonhamos totalmente com uma coisa que não seja possível de realizar. Por isso, a trajetória passado-presente e o sonho estão ancorados no presente e no passado: não vamos sonhar em ser astronautas porque sabemos que não é materializável, este sonho que são os nossos projetos, a identidade nossos projetos, deverá ser materializável.

A reinvenção de si também pode ser vista como uma forma de combater o estigma. A reinvenção de si leva também à reinvenção do outro, ambos têm de se transformar.

Josso (2010) defende que em qualquer idade a pessoa precisa de amor atenção e companhia, isto vem ao encontro do que temos vindo a dizer nesta dissertação, que o namoro é uma forma de combater a solidão. O autor defende que o namoro na terceira idade leva a transformações na vida pessoal.

E o que é o envelhecimento ativo senão uma reinvenção da velhice? A reinvenção da velhice é assumir a velhice como um espaço de tempo de namoro de visitas de animação e não de encostar às boxes. Envelhecimento ativo é uma forma de reinvenção da velhice (Josso, 2010).

O Namoro

“O amor – vede se é maior este – o amor essencialmente é união, e quanto mais une ou procura unir os que se amam, tanto maiores efeitos tem, e tanto maiores afetos mostra de amor. Estar connosco é assistência de fora, estar em nós é presença íntima; estar connosco é estar perto, estar em nós é estar dentro; estar connosco é companhia, estar em nós é identidade.”
(Pe. Antônio Vieira)

A dissertação sobre o namoro na terceira idade levou-nos a pesquisar não só livros escritos sobre a matéria ou sobre conceitos que lhe são próximos, como é o caso da reinvenção de si e as formas de combater a solidão, mas também levou-nos a procurar teses que existissem sobre a temática. Na verdade, descobrimos que a literatura é escassa sobre a matéria. O tema está pouco estudado. Surgem apenas alguns textos brasileiros ou, outros, portugueses, que apenas indiretamente remetem para a problemática.

Recentemente, encontramos uma tese de nome “Namoro na Terceira Idade: Mudanças na Vida Pessoal, Familiar e Social”, que se aproxima da nossa problemática ainda que o contexto de trabalho não seja com idosos institucionalizados, como veremos de seguida.

Há, também, outros estudos mais ligados à ideia da sexualidade na Terceira Idade (Almeida e Lourenço, 2008; Ribeiro, 2002; Gatto, 2002) mas que não investem essencialmente da possibilidade e realidade de realização sexual na Terceira Idade sem refletir, como procuramos fazer, na ideia da transformação pessoal e social sempre que um namoro emerge entre idosos, a estudada (re) invenção de Si (Kaufmann, 2005).

Na busca de bibliografia específica que fosse ao encontro da nossa investigação, encontramos uma tese conducente à obtenção do grau de bacharel em Psicologia no Brasil e que procuro analisar de seguida, de forma sintética (Lazzarini, 2009).

Esta tese apresenta como objetivos perceber as mudanças que ocorrem a nível pessoal, familiar e social, após o início do namoro.

Trata-se de um estudo qualitativo na qual se utilizaram entrevistas semiestruturadas ou entrevistas como conversas (Burguess, 2001).

O público escolhido para este estudo obedecia às condições de ter 60 ou mais anos, e namorar há mais de 3 meses. Por isso foram escolhidos três casais.

Relativamente à metodologia utilizada, foi escolhida a análise de conteúdo de acordo com Guerra (2006). O documento está estruturado em quatro capítulos, sendo que no primeiro se apresenta uma introdução teórica à qual dão o nome de “Embasamento teórico”, na qual é feita uma abordagem teórica

ao envelhecimento. No segundo capítulo, apresentamos o método usado para a elaboração do trabalho, a população usada na pesquisa, os instrumentos de recolha de dados, e os procedimentos de recolha e análise de dados. O terceiro capítulo apresenta a análise e discussão dos resultados. Este capítulo foi dividido em quatro categorias: 1) História do namoro; 2) Mudanças de comportamento, sentimento, autoimagem e autoestima antes e depois do namoro; 3) Alterações no relacionamento familiar e a influência da família no namoro; 4) Mudanças no relacionamento social. O último capítulo apresenta as considerações finais.

Refletindo sobre os resultados apresentados nesta dissertação, podemos apurar que namorar na velhice vai muito para além de encontrar alguém. O facto de ter alguém com quem conversar, de poder partilhar as experiências vividas, de partilhar os momentos importantes, é vital para os idosos e sua qualidade de vida.

A partir das reflexões apresentadas nesta dissertação, fazemos destaque a algumas que consideramos mais importantes.

Lanzarini (2009) começa por afirmar que devido aos processos naturais do envelhecimento os sentimentos e as emoções não sofrem decadência. Defendemos ainda que “não há idade para amar, viver novas experiências e até namorar” (Lazzarini, 2009, p. 6). Refere também que o facto de os idosos ficarem viúvos é o motivo que os leva a procurar uma companhia nesta fase da vida, fazendo assim com que não se sintam sós, e isolados, e se redescubram.

Neste sentido Canguilhem, 1995 citado por (Lazzarini, 2009),

“destaca que aqueles que ocupam o seu tempo namorando na velhice, que consomem suas vidas numa condição tão prazerosa, proporcionando qualidade em seu envelhecer. Isto é viver saudável na velhice. Nesse sentido, o tempo de namoro é tempo de amar e ser amado. O carinho, a atenção e uma companhia podem ser alcançadas pelo encontro dos seres, algo que nesta idade se revela um sentimento gostoso, a melhor coisa do mundo” (p. 6).

O apoio familiar é também um dos assuntos falados por Lazzarini neste estudo. Tanto os familiares dos idosos que se namoram, como a sociedade, têm dificuldade em aceitar estas relações, que nalguns casos são um fator importante para que tudo se realize com sucesso.

De acordo com Canguilhem, (1995, citado por Lazzarini, 2009): “É muito importante que as pessoas mantenham uma vida social ativa mas além disso percebe-se que a companhia não somente prazeroso como também proporciona maior qualidade de vida em seu envelhecimento” (p. 21). Ainda de acordo com Lazzarini, 2009, para Guggenheim (2009): “[...] os próprios idosos não acreditam mais na possibilidade de namorar por causa da sua idade, pois acabam se sentindo fora do mercado dos namoros, acreditam que dificilmente encontrarão alguém para amar” (p. 22). Porém depois do namoro as pessoas entrevistadas sentiam-se diferentes, mais completas e com isto a autora afirma que “[...] os seres humanos, por serem seres sociais, necessitam uns dos outros, e isso adquire uma maior importância

quando o contexto é o amor ” (p. 23). Ao longo da análise deste trabalho. A categoria das Alterações no relacionamento familiar e a influência da família no namoro, remetem-nos para a questão do apoio, para Fraiman, 1994, citado por (Lazzarini, 2009), “ muitos filhos ficam contentes em saber que seus pais estão vivendo uma vida boa e também satisfatória ” (p. 25). Mas nem todos os filhos tem a mesma opinião, para Fraiman 1994, citado por (Lazzarini 2009) “há filhos que não aceitam com facilidade o fato de um de seus pais arrumarem um novo companheiro, revelando emoções como ciúmes, ansiedade, sentimentos e ameaçadores” (p. 25).

A este propósito, para Netto, 1996, citado por (Lazzarini, 2009) a última categoria, Mudanças no relacionamento social, dá-nos a perceber que “A presença de um companheiro proporciona uma maior interação, aumentando nossos ciclos de amizade, muitas vezes tornando a pessoa mais sociável” (p. 26). Por último para Braz, 2006 citado por (Lazzarini, 2009), “o amor é a condição fundamental desenvolvimento da pessoa, pois ele tem participação ativa na evolução e estruturação da personalidade, porque é capaz de aproximar a pessoa de sua essência, por propiciar o desenvolvimento de relações sociais, dentre outros aspetos” (p. 27).

A terminar a sua monografia, Andrea Lazzarini propõe a realização de trabalhos quantitativos nesta área. A autora propõe também que se faça um estudo sobre o casamento na terceira idade para se observarem as diferenças entre o namoro e o casamento na terceira idade. Lazzarini indica a importância de se realizar um estudo voltado para as pessoas viúvas que vivenciam o namoro nesta fase da vida.

Esta preocupação de Lazzarini é, provavelmente, aquela que se aproxima mais da problemática central desta minha dissertação, definida na introdução.

No que diz respeito ao amor não existem limitações nem na idade nem nas questões do relacionamento.

Ao contrário do que acontece nos jovens, que veem uma relação amorosa como sinónimo da consolidação da pessoa, na velhice existe a possibilidade de integrar e desenvolver a capacidade do desenvolvimento amoroso. O amor é sempre uma construção do ser humano, feita pedra sobre pedra, e só assim se consolida (Arcuri, 2008).

No que diz respeito aos idosos, a perspectiva de vida deve ser baseada numa existência confortável e agradável, isso só é possível com boas ligações afetivas (Gusmão, 2003).

Fazendo agora uma breve abordagem ao tema da sexualidade, segundo Ribeiro (2002), nos últimos anos houve uma revolução na conceção e a prática da sexualidade, o que de certa forma se tem refletido de forma indiscutível na terceira idade. Ribeiro (idem), apresenta os três fatores mais importantes que tiveram influência direta no processo. A autora apresenta como primeira referência o facto de a vida sexual deixar de ter apenas a função de procriação para se tornar uma fonte de satisfação e realização de pessoas de todas as idades. O segundo fator que nos apresenta deve-se ao aumento notável do número

de pessoas que chegam a uma idade mais avançada em condições psicofísicas satisfatórias e não dispostas a renunciar à vida sexual. O último refere que o aparecimento das doenças sexualmente transmissíveis, obrigaram que a sexualidade fosse repensada, reforçando assim a necessidade de todos se manterem informados e falarem abertamente sobre sexo.

O modo como cada pessoa se relaciona com o tema é diferente de pessoa para pessoa. Uns sentem-se mais à vontade enquanto outros sentem-se constrangidos, levando mais algum tempo de modo que a pouco e pouco falar do tema não seja tao constrangedor. Ao longo desta investigação, pudemos observar que o tema da sexualidade carrega o preconceito, quer por parte de jovens como por parte de profissionais e até mesmo pelos próprios idosos (Ribeiro, 2002).

Ander Egg (2009) afirma que de todos os tabus e estereótipos sobre a velhice, existe um que é difícil falar abertamente sobre ele que é a sexualidade dos idosos.

“Não somos seres assexuados; somos seres sexuais que nunca deveríamos perder a dimensão erótica-sexual. Quando a sexualidade é a expressão do amor e não fica reduzida à pura generalidade. É um compromisso de intimidade, uma forma de comunicar-se; é paixão e satisfação do amor mútuo” (p. 244).

Segundo Ribeiro (idem), a sexualidade expressa-se através dos gestos, da postura da fala, do andar, da voz, expressa-se a partir de cada detalhe do indivíduo. Um apontamento que a autora faz referência é o facto de se confundir sexualidade com relação sexual. “ A Sexualidade é um componente da sexualidade e ao contrário do que muita gente pensa não é apenas a relação pénis-vagina, mas sim a troca de sons, cheiros olhares, toques secreções e carícias” (p. 124).

Também Ander-Egg (2009) faz referência a esta dimensão, quando refere que a sexualidade deve ser entendida e vivida num contexto de amor e ternura, de beijos e carícias e que assim esta pode ser considerada uma forma de maior e mais plena realização humana. E que nos anos de velhice, esta dimensão continua a ser a realidade: “a sexualidade prolongada na velhice é uma fonte de saúde e felicidade” (p. 244).

Defendemos que o namoro é muito mais que a sexualidade e que esta é muito mais que um ato sexual. Mais que um simples ato, este acarreta atributos psicológicos e sociológicos que reforçam a ligação enquanto parceiros.

Segundo Malizia (citada por Ribeiro, 2002), “ na vida de cada ser humano nada é mais pessoal e característico que o modo de vivenciar e entender a própria sexualidade. A maneira como vivemos a nossa sexualidade é a expressão da nossa maneira de ser” (p. 125).

De acordo com Pires (2011), todo o ser humano tem necessidade de se relacionar com os outros, de comunicar, de receber e dar apoio emocional e afetivo, de amar e ser amado, de viver momentos de intimidade com o outro, independentemente da idade.

A forma e intensidade com que cada um vive a sexualidade depende em grande parte da maneira como viveu durante a sua vida. Se no passado a sexualidade desempenhava um papel importante na vida das pessoas, na velhice a relevância dessa atividade mantém-se. Rompe-se com o preconceito de que com o envelhecimento diminui o interesse pela sexualidade. Aspectos essenciais como, como a identidade, a capacidade de enamoramento e afeto, a capacidade de intimidade e compromisso, de dar e receber prazer, não tem justificação para diminuir na velhice, podendo em muitos casos até melhorar (Pires, 2011).

Ainda no tema da sexualidade (Gatto 2002), refere que existe poucos temas que apresentam a amplitude da sexualidade ao mesmo tempo, o social e individual. Por não levarem em conta esta dupla abertura, para as histórias individual e coletiva, muitas abordagens e conclusões são afetadas por distorções ideológicas que deslizam para exploração baseada no sexo e na idade.

Ao querer pôr em diálogo a gerontologia e a antropologia, através do cinema, Gusmão (2005) organizou uma coletânea sobre cinema, velhice e cultura, com trabalhos sobre as imagens da velhice no cinema, as imagens de um velho nas ruas, velhice e memória em Copacabana, Cinedebate em Gerontologia, etc. Num texto da sua própria autoria, Velhice, Cinema e Trânsito do Tempo, Neusa Gusmão (2005 p. 73) analisa vários filmes onde a vida sexual dos idosos é pensada. Num deles, “Bobby, Simone, Walter e Lourdes”, ficção dirigida por Denise Gonçalves, reflete-se sobre a história de Lourdes, uma senhora idosa que não queria morrer sem ter atividades sexuais com um homem. Elege este desejo como último projeto de vida e passa a juntar economias para contratar um prostituto que se encontrasse com ela num hotel:

O jovem, após crer ter-se enganado de quarto e ser alertado de que se enganara, adentra o quarto e diante do constrangimento de ambos, Lourdes diz: «Se você soubesse que vinha encontrar uma velha não teria vindo». «A senhora não é velha», diz ele e, a partir daí, primeiro entre constrangidos silêncios, revelam seus nomes verdadeiros – Walter e Lourdes – e então, realizam um ato de amor e sexo. Na manhã seguinte, Walter a chama e ela não acorda. Lourdes está morta na cama de hotel que lhe permitiria realizar o sonho e o desejo”. (Gusmão, 2005 p. 81).

Esta história permite pensar como há repressão na sexualidade ao longo da vida que pode levar ao arrastar do desejo até às portas da morte. E que tal parece acontecer mais com o género feminino. Contudo, por outro lado, a história mostra, também, não só o interesse sexual numa idosa mas, também, a sua capacidade assumir uma identidade e de lutar por e um projeto, antes de morrer. Mostra, igualmente que “as mulheres são capazes de vencer os limites impostos pelas normas sociais que as colocam sem lugar e sem visibilidade, rompendo com as amarras das convenções, para viverem um momento de descoberta, de afirmação identitária e de liberdade” (Gusmão, 2005 p. 85).

No seu trabalho sobre “Amor e sexualidade na velhice: direito nem sempre respeitado”, Almeida e Lourenço (2008) mostram que, nos dias de hoje, não faz sentido dividir etapas de vida, gerações, ou pelo

menos, é necessário uma reclassificação. Até há pouco tempo, a velhice não era objeto de preocupação social; hoje é entendida como um processo natural da vida humana em que acontecem modificações psicossociais que alteram a relação com o meio. A afetividade e a sexualidade estão presentes em todas as fases da vida e, na verdade, existe pouco conhecimento acerca destas questões na velhice.

Trata-se de questões tão importantes que chegam a ser referenciados como a essência da nossa atividade enquanto seres humanos, o que não significa pensar, claro, exclusivamente no ato sexual mas, antes, em todo afeto e comunicação que envolve a sexualidade ou o namoro. Segundo Néri (1993, citado por Almeida e Lourenço, 2008, p. 131), o bem-estar na velhice depende de elementos como a longevidade, saúde biológica, mental, satisfação, controlo cognitivo, atividade social, produtividade, atividade, eficácia cognitiva, *status* social; rendimento; continuidade de papéis familiares e ocupacionais, e continuidade de relações informais em grupos primários (principalmente rede de amigos). Além destes elementos, a maturidade pode trazer afeto, paixão, namoro, amor, sexo, cumplicidade, entre outros. O idoso pode ter uma satisfatória vida afetiva onde as possibilidades de relacionamento amoroso nesta etapa de vida, apesar de algumas vezes serem difíceis, são mais viáveis do que muitas pessoas possam imaginar. (Almeida e Lourenço 2008).

O amor não tem idade, esta é uma frase bem conhecida, e de facto, hoje em dia é cada vez maior o número de homens e mulheres idosos que descobrem que têm muito para aprender e aproveitar com um novo relacionamento a dois. Há certos especialistas que defendem que o aumento da expectativa e da qualidade vida contribuiu para o início de novos relacionamentos na terceira idade.

Os idosos apresentam a sua experiência de vida como causa de um bom relacionamento nesta fase, principalmente porque refletem uma maior capacidade de não criar atritos entre casal e uma maior tendência para perdoar.

Para algumas pessoas, o namoro na terceira idade faz todo o sentido, e significa o começo de uma nova vida.

Estas pessoas procuram felicidade, carinho, sexo, atenção e companhia e através de um novo relacionamento conseguem um bem-estar geral, graças a um melhor estado físico, psicológico e emocional.

De acordo com Almeida e Lourenço (2008), o namoro nos idosos significa cuidado, lazer e dedicação. O aspeto físico é relevante, mas nestas relações o maior valor é afetivo, é uma preocupação constante zelar pelo companheiro.

É importante que o idoso se mantenha psicologicamente ativo e recetivo a novos relacionamentos.

Existe uma tendência nesta fase para procurar um parceiro, e assim não enfrentar esta fase da vida sozinhos, mas por outro lado, o relacionamento pode ser complicado, já que cada um traz consigo uma história de vida, hábitos e família, fatores que por vezes são difíceis de conciliar. Existe censura e

preconceito relativamente a esta realidade, por isso, é muito importante o apoio familiar. Há que por de lado os preconceitos e apoiar a ideia de que a terceira idade é apenas uma fase em que se espera a morte. No amor não há normas, nem regras. Não importa a idade, todos têm o direito a amar, e a serem amados afinal é próprio do ser humano viver em busca da felicidade.

De forma natural e instintiva, os seres humanos são seres sociais, com necessidades de relacionamento e interação, como vimos. Esta constatação é ainda mais evidente quando o assunto é o amor.

Para Almeida e Lourenço (2008), o amor é uma condição inerente ao ser humano. Existe uma espécie de busca da nossa essência associada ao amor, neste reside uma enorme importância na construção da personalidade e, obviamente, no desenvolvimento das relações sociais.

A relevância do amor no ser humano é enorme e determinante no crescimento e desenvolvimento de todos nós humanos, apresentando-se como uma tendência inata da espécie.

Alberoni (1986 citado por Almeida e Lourenço 2008) defende que dentro dos movimentos coletivos existe um que difere de todos os outros. Ao contrário dos de cariz religioso, social ou político, o enamoramento não envolve muitas pessoas, mas sim duas que funcionam como “nós” coletivo, é por isso um caso particular, com características específicas e inconfundíveis.

O enamoramento é um encontro de vontades, que provoca um sentimento de desejo de amar e ser amado.

Para este processo ser possível, há que ter em conta a predisposição e disponibilidade da pessoa, não só através da atração, numa componente física, mas também especificamente na disponibilidade psíquica, para ir e vir ao encontro do outro, tal como defende Almeida (2007 citado por Almeida e Lourenço (2008), vários autores sustentam que é imprescindível no sucesso de um relacionamento amoroso existir atração amorosa e esperança de ser correspondido.

No enamoramento, existe uma procura de complementaridade, mas ao mesmo tempo, um desassossego por nunca se estar satisfeito com o que se tem e com o que se é, por isso nasce a necessidade de encontrar algo de valor para nós, completando a vida quotidiana. Ao longo da nossa história como civilização esta é uma constante e que tende a perdurar.

Hoje há a certeza que o ser humano ao longo de diferentes fases da vida tem a capacidade de se enamorar através de processos idênticos, na nossa matriz existe uma necessidade vital de nos apegarmos, a alguém de forma especial, ideia defendida por (Bowlby,1989 citado por Almeida e Lourenço (idem). Sentimo-nos incompletos e frágeis perante o mundo. Daí a grande importância de termos necessidades de estabelecer relações com os que nos são próximos.

De acordo com Rodrigues, Figueiredo, Pacheco, Costa, Cabeleira e Magarinho (2004 citado por Almeida e Lourenço, 2008 p. 136) as relações que estabelecemos com aqueles que de mais perto nos rodeiam são uma das partes, senão, a parte mais importante da nossa vida.

Segundo Guggenheim (2006 citado por Almeida e Lourenço (2008):

“Amar na maturidade ou depois dos 60 anos, 65 anos em diante é um grande desafio para quem quer ainda namorar ou para aqueles poucos, que conseguiram ou gostariam de manter uma relação estável e mais duradoura. Afinal, porque as coisas são tão difíceis na velhice. Os próprios idosos na verdade, já não contam mais com essa possibilidade. Sentem-se “fora do mercado” dos namoros. Achem que dificilmente encontrarão alguém para amar e evitam pensar nisto, e quando pensam ficam tristes. Procuram lembrar os amores do passado, os bons e belos momentos que viveram e acham, na maioria, que nunca mais terão a oportunidade de namorar novamente.” (p. 136).

Centramos agora atenção numa perspectiva de capacidade, por parte do ser humano, de manter uma relação ao longo da vida mantendo uma espécie de harmonia com o parceiro, sendo que esta plenitude é alcançada por poucos, como consequência de diversos fatores. São raros os casais que conseguem entrar na idade idosa e vivenciar essa experiência.

De acordo com (Rosnay *et all*, 2006) não há dúvida que o casal, como o indivíduo, dependem de uma gestão quotidiana e de uma atenção permanente. Hoje em dia verificam-se alterações no modelo das relações e muitas as vezes as pessoas vivem a nova idade com alguém que não conheceu os passos anteriores da sua vida, conseqüentemente, não existe um passado em comum. Esta particularidade reflete dificuldades na confrontação com a vida passada de um e de outro.

O modelo mais definido aponta para uma tendência do fim da paixão ao longo do tempo, portanto, a partir de um determinado momento, os casais passam a viver como dois bons amigos. Acontece mesmo nalguns casos, o casal passar a dormir em camas separadas, podemos assim pensar num sentimento de resignação, mas na verdade acontece e é mais comum do que imaginamos.

Enquadramos a vida a dois na chamada nova idade, percebemos que é difícil o casal se manter «vivo» numa perspectiva de longevidade. Mas é possível apesar dos perigos de nesta fase serem uma soma de dois a contrabalançar restam as vantagens dessa relação. Nesta idade, a solidão aparece como o grande problema, assim, uma reação torna-se crucial para combater e proporcionar uma longevidade feliz. Os pequenos acontecimentos, os gestos diários, a forma descontraída como nos sentimos junto a um parceiro é o que nos completa (Rosnay *et all*, 2006)

No casal é fundamental perceber a importância da capacidade de reinvenção diária, é um trabalho mútuo e que obriga a uma boa articulação entre os dois. Quando consideramos o outro como um facto adquirido, espreita o risco de o outro também nos olhar da mesma forma, e assim, diminuir a consideração no casal provocando períodos difíceis. A longevidade é um segredo, com períodos perigosos, logo, cheios de interesse.

Ao longo do percurso de uma relação pode acontecer uma forte degradação, que provoca marcas e roturas, tentamos perceber porque acontecem, a causa mais apontada é a transformação física, esta alteração é mal aceite e rompe com um elo de ligação importantíssimo, a sexualidade, que deve ser experienciada em todos os momentos da vida.

Quando estamos a falar de que o namoro e o casamento são formas de fortalecer a vida social, o que se transforma em qualidade de vida para ambos, sublinhamos o facto de as pessoas deixarem de viver tão sozinhas para viverem um projeto que passa a ser coletivo, a dois.

O nosso trabalho do namoro também se prende, como vimos, com a identidade, essencialmente vista do ponto de vista dinâmico (Vieira, 2009). A reinvenção de si é uma reconfiguração de identidade: ele era viúvo, ele era sozinho e, a partir do momento que tem uma nova paixão e a classifica a ela ou a ele como seu namorado, passam a ser um “nós”, passa a existir um projeto coletivo e a identidade de cada um ampliou-se, tornou-se mais dinâmica, passou a integrar o outro nele, passou a pensar coletivamente. Agora já não faz comida só para si, faz comida para dois. Isto é um bom exemplo da reinvenção de si, que obriga a um maior cuidado do *self* etc., e, neste sentido, mostra que o namoro é uma forma de combater a deterioração da identidade social (Goffman, 1988, 1999) porque o viúvo tem, de alguma forma, uma identidade deteriorada: está sozinho, está isolado, está mais abandonado e podemos afirmar que há uma imagem social de solidão que pode ser reconfigurada a partir do momento em que a pessoa passa a ter um companheiro ou uma companheira. Neste sentido emerge um novo projeto, reconfigura-se a identidade, reconfigura-se um projeto. O idoso passa a querer viver mais, sente-se bem e o envelhecimento torna-se mais ativo: os idosos tornam a cozinhar, tornam a fazer a barba, de tal forma que os outros até estranham “Oh ti Maria o que se passa você parece outra”, vê-a como reinventada (Kaufmann, 2001 e 2005) vê-a com a identidade menos estigmatizada, vê-a como um ser mais útil.

Capítulo 2 – Os Namorados – Percursos de Vida

Traçada a problemática e a metodologia na introdução, feita a revisão bibliográfica no capítulo 1, surge agora a necessidade de apresentar os sujeitos de estudo, que acompanhei enquanto investigadora desde Setembro de 2012.

Quadro N.º 1 - Caracterização social e familiar dos sujeitos de estudo

Caracterização social e familiar dos sujeitos de estudo										
Nome	Idade	Naturalidade	Estado Civil	Profissão	Local de Residência	Número de Filhos		Número de Netos / Bisnetos		Visitas de familiares
						Vivos	Falecidos	Vivos	Falecidos	
Sr. Manuel Marques	88	Pinheiro – Soure	Viúvo	Empregado Fabril	Lar Sede da SCMS	3	-	6 Netos e 6 Bisnetos	-	2× mês
Sr. Joaquim Júnior	83	Melriçal – Soure	Viúvo	Agricultor	Lar Sede da SCMS	2	-	2 Netos	-	2× Semana
Sra. Nazaré Martins	88	Serpins – Lousã	Viúvo	Doméstica	Lar Sede da SCMS	-	1	2 Netos	-	1× mês
Sr. António Garrido	90	Vale Centeio-Soure	Viúvo	Ferroviário	Residência própria	2	-	1 Neto 1 Bisneto	1Netos	-
Sra. Laurinda Neves	80	Mós – Soure	Viúvo	Doméstica		1	1	2 Netos	-	-

Fonte: Dados recolhidos e organizados por Mendes (2012).

Sr. Manuel Marques

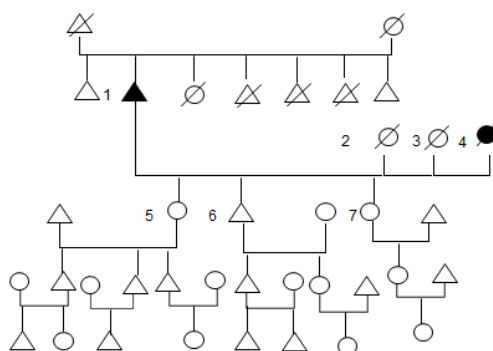
O Sr. Manuel Marques tem oitenta e oito anos, foi empregado fabril de profissão, e a fábrica do carvão do pinheiro foi uma das várias por onde passou. O Sr. Manuel tem três filhos, seis netos e seis bisnetos, é natural do Pinheiro, terra da Freguesia de Soure.

Desde o ano de 2000 a sua morada passou a ser o Lar Sede da SCMS devido à morte da sua mulher, primeiro, e Centro de Dia, depois, e posteriormente em lar. Foi desde esse tempo que teve várias namoradas mas nenhuma se comparava à mulher com que voltaria a ser feliz, Carmina Seco, que foi a sua companheira durante dois anos. Após a morte desta resta-lhe recordar os bons momentos que passou junto dela. Foi com muito gosto que nos falou da sua história de amor verdadeira.

Manuel Marque atualmente deambula pelo lar na sua cadeira de rodas falando com quem vai encontrando, de um modo geral fala com todos, mas afirma que nem todos servem para tal. Muitos dos seus companheiros de lar levam alguns dos seus comentários para a maldade e não é essa a intensão. Apenas pretende passar o tempo em boa companhia conversando e falando do que lhe ai na alma. Para ocupar os seus tempos livres destaca como favoritos jogar dominó, jogar as cartas e rezar. Reza muito pois tem muita fé que Jesus Cristo o ajude a passar melhor os seus dias.

Como se pode observar na genealogia do quadro nº 2, o Sr. Manuel Marques do seu casamento com a D. Alzira, já falecida, teve três filhos, duas raparigas e um rapaz que lhe deram seis netos, e oito bisnetos.

Quadro N.º 2 - Genealogia do Sr. Manuel Marques



Legenda:			
1-Manuel Marques 81 anos -Pessoa alvo	2-Alzira Mendes - Esposa	3-Alicinha-2ª Namorada	4-Carmina – 2ª Namorada
5-Mª Lurdes Marques- Filha	6-Manuel Marques- Filho	7-Gracinda Marques- Filha	

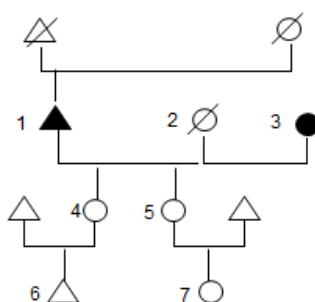
Sr. Joaquim Júnior

O Sr. Joaquim Júnior nasceu há oitenta e três anos numa aldeia próxima de Soure que se chama Melriçal. Dedicou toda a sua vida à agricultura. Após enviuvar ainda viveu sozinho em casa sozinho durante três anos. Era um homem desenrascado que tratava de todas as lides da casa sem nenhuma dificuldade. As suas filhas incentivavam a que procurasse uma companheira, mas este sempre rejeitou a ideia e nunca imaginou que um novo amor pudesse surgir na sua vida. Atualmente reside no lar Sede da instituição SCMS desde o ano de 2005. O Sr. Júnior é um homem pouco falador, mas bastante inteligente, apenas fala com pessoas em que não veja maldade. Passa a maior parte dos seus dias a ler coisas que lhe ensinem alguma coisa. Também gosta muito de ler textos religiosos, funciona como uma forma de envelhecimento ativo (Cardoso & Ferreira, 2009 p. 283).

Conheceu a Sra. Nazaré Martins porque se intrometeu numa conversa entre esta e a neta, na qual a neta estava a tentar enganar a avó. O homem chamou a rapariga à razão e no dia seguinte a Sra. Nazaré foi à sua procura para lhe agradecer e começaram a falar e daí nasceu o sentimento que os une. Atualmente ambos residem no lar mas em quartos separados. Como veremos no capítulo seguinte, isto não obsta a que não possamos falar de uma reconfiguração dos projetos das suas vidas que ganharam mais sentido de um para o outro (Velho, 1994).

Como se pode observar na genealogia do quadro nº 3, o Sr. Joaquim Júnior do seu casamento com a D. Gracinda Vicente, já falecida, teve duas filhas a Olinda e a Rosa que lhe deram dois netos, o Bruno e a Helena.

Quadro N.º 3 - Genealogia do Sr. Joaquim Júnior



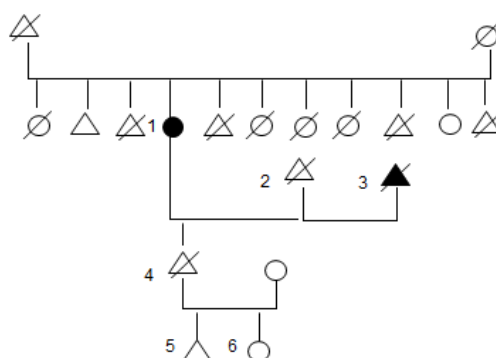
Legenda:			
1- Joaquim Júnior 83 anos- Pessoa Alvo	2- Gracinda Vicente - Esposa	3- Nazaré Martins 88 anos- Pessoa alvo	4- Olinda Vicente- Filha
5- Rosa Vice5nte- Filha	6- Bruno- Neto	7- Helena- Neta	

Sra. Nazaré Martins

A Sra. Nazaré Martins adotou como morada o lar Sede da SCMS após enviudar. Com os seus oitenta e oito anos e apesar de estar longe não esquece Serpins, onde foi criada com uma família bastante numerosa. Os pais apesar da fortuna que possuíam obrigaram todos os seus filhos a procurarem a sua vida. Foi então que conheceu o marido e juntos decidiram emigrar para o Brasil, lá tomaram conta de várias fazendas, foi durante esses anos que lá estiveram que criaram tudo o que tem hoje. Habituada a uma vida abastada no Brasil veio para Portugal para tratar do único filho que tinha por motivos de doença. Depois do falecimento do mesmo convenceu o marido a deixar o Brasil para poder tomar conta dos netos. Com a morte do marido e sem os seus familiares para a apoiar viu-se obrigada a entrar para o lar, primeiro na valência de Centro de Dia e depois na resposta de lar conheceu o seu atual companheiro Joaquim Júnior com quem atualmente partilha os seus momentos.

Como se pode observar na genealogia do quadro nº 4, a Sra. Nazaré Martins teve mais onze irmãos, quatro mulheres e seis homens. Do seu casamento com o Sr. Manuel Rodrigues, já falecido, nasceu o seu único filho, o Luís que lhe deu dois netos, o Lúcio e a Fernanda.

Quadro N.º 4 - Genealogia da Sra. Nazaré Martins



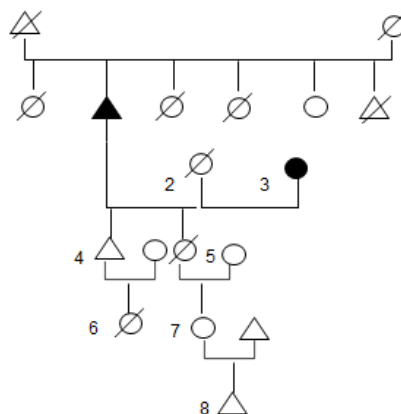
Legenda:		
1- Nazaré Martins 88 anos- Pessoa alvo	2- Manuel Rodrigues - Esposo	3- Joaquim Júnior 83 anos - Pessoa alvo
4- Luís - Filho	5- Lúcio - Neto	6- Fernanda - Neta

Sr. António Garrido

Garrido, como é conhecido por toda a vila de Soure, é um homem com os seus noventa e um anos que parecem muito menos. Efetivamente, quem olhar para o Sr. Garrido, dificilmente lhe atribui muito mais que oitenta anos...Homem de grandes princípios, viu a sua vida desmoronar-se no dia em que faleceu a sua esposa. Foi nessa altura que, por vontade dos filhos, entrou para a vertente de lar no ano 2000, sendo já, na altura, utente da instituição, desde o ano de 88, na valência de Centro de Convívio. Integra o Grupo de Cantares Tradicionais e o Rancho Folclórico da SCMS desde o início 1995. Conhecia a Sra. Laurinda, desde a entrada para o Grupo de Cantares onde andava com a sua esposa, a D. Arlinda já falecida pediu-lhe que tomasse conta dele, nunca este imaginando que pudessem juntar-se e passarem o resto das suas vidas juntos.

Como se pode observar na genealogia do quadro nº 5, o Sr. António Garrido teve mais cinco irmãos, quatro mulheres e um homem, todos mais velhos que ele próprio. Do seu casamento com a D. Arlinda de Jesus, já falecida, nasceram o António e a Ilda que lhe deram duas netas, e um bisneto, o Guilherme.

Quadro N.º 5 - Genealogia do Sr. António Garrido

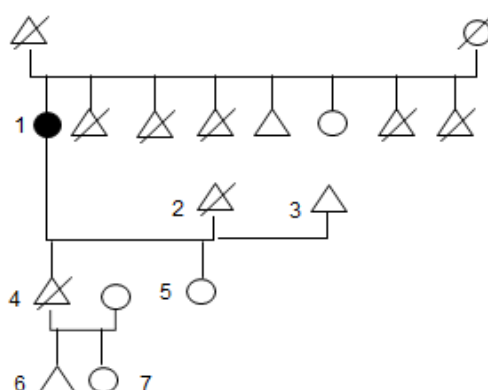


Legenda:		
1 António Garrido 90 anos- Pessoa alvo	2- Arlinda de Jesus - Esposa	3- Laurinda Neves 80 anos -Pessoa alvo
4- António - Filho	5- Ilda - Filha	6- Guilherme - Bisneto

Sra. Laurinda Neves

Laurinda Neves, nascida e criada nas Mós sempre foi habituada a trabalhar no duro nas lides do campo. Casou, teve filhos netos. Emigrou para França com o marido, mas o trabalho esteve sempre presente na sua vida. Regressou a Portugal, passou a viver em Soure, e pouco depois perdeu o marido e a sua vida ficou diferente. Habituada a passear em excursões e a estar sempre acompanhada, inscreveu-se na SCMS na valência de Centro de Convívio e passou a integrar o grupo de Cantares Tradicionais da SCMS onde tocava cavaquinho e foi aí que conheceu o Sr. Garrido e a sua esposa, que antes de partir lhe pediu para ela olhar por ele. E assim foi, começou a procurá-lo no lar e dois anos depois já estavam a viver em sua casa. Depois de estarem juntos a Sra. Laurinda integrou o Grupo de Folclore da SCMS. Como se pode observar na genealogia do quadro nº 6, a Sra. Laurinda Neves teve mais sete irmãos, uma mulher e seis homens, todos mais velhos que ela própria. Do seu casamento com o Sr. João Monteiro, já falecido, nasceram o João, já falecido e a Maria Graça que lhe deram dois netos, o Emanuel e a Stefany.

Quadro N.º 6 - Genealogia da Sra. Laurinda Neves



Legenda:			
1 - Laurinda Neves 80 anos - Pessoa alvo	2- João Monteiro - Esposo	3- António Garrido 90 anos- Pessoa alvo	4- João Monteiro - Filho
5- Mª da Graça - Filha	6- Emanuel - Neto	7- Stefany - Neta	

Capítulo 3 – O Namoro a Qualidade de Vida e do Envelhecimento Ativo

Dos cinco casos estudados apenas três idosos vivem atualmente na instituição: o Sr. Manuel Marques, o Sr. Joaquim Júnior e a Sra. Nazaré Martins. Nos casos do Sr. António Garrido e da Sra. Laurinda Neves, atualmente, apenas são utentes na valência de centro de convívio. Apesar de o Sr. António ter sido utente de lar, depois de conhecer a Sra. Laurinda tomou a decisão ir viver com a atual companheira.

O Início do Namoro

Entrada para lar e motivo da vinda...

A entrada para o lar nos casos analisados surgiu devido ao facto de os idosos ficarem viúvos, no caso do Sr. Manuel a morte da sua mulher e desentendimentos com a família por causa de cuidarem dele foi o que o levou por vontade própria a inscrever-se no lar, inscreveu-se na valência de centro de dia e ao fim de dois anos tomou a decisão de ficar no lar definitivamente. Também o Sr. Joaquim tomou a decisão por vontade própria de se inscrever no lar, a morte da sua esposa e problemas familiares foram o motivo da ida para o lar. “Quando vim para o lar foi sem o consentimento da minha filha”, só no fim de já estar institucionalizado é que lhe contou a sua decisão. A reação dela foi de tristeza motivada pelo preconceito existente na sociedade, “porque naquela altura as pessoas falavam que era uma vergonha das famílias porem as pessoas nos lares, e além disso ela sabia que eu tinha muitas pretendentes e que podia ficar por

casa”. Mas o Sr. Joaquim tinha bem claro na sua cabeça que “não queria nada com mais nenhuma mulher”.

No caso da Sra. Nazaré Martins, atual namorada do Sr. Joaquim, o motivo da ida para o lar foi também a morte do seu marido. “ Vim para o lar por via de me encontrar sozinha, fiquei viúva, sozinha e fiquei desesperada”. A Sra. Nazaré vivia sozinha, e sem o apoio da família sentia-se incapaz para continuar a tomar conta das lides da casa. Foi então que, nessa altura, tomou a decisão de se inscrever no lar. Foi utente de centro de dia durante um ano até ter vaga em lar.

O último caso a abordar neste ponto é o caso do Sr. António Garrido. Também ele tomou a decisão de ir para o lar após a morte da sua esposa. A solidão e o facto de não ter a família por perto foi o motivo que nos apontou.

É de referir que todos os idosos decidiram optar pela institucionalização devido ao facto de terem ficado viúvos, uns por não terem familiares por perto e outros devido a problemas familiares, decidem assim optar pela institucionalização, por estarem sós ou para não se sentirem um fardo para a família (Pais, 2006; Bosi, 1994; Josso, 2010; Neri, 2001).

Como tudo começou...

Entender como emergem estas relações de namoro é importante, como vimos. A institucionalização é um processo difícil e com ele vem, muitas vezes, o isolamento e alguma solidão. Pais refere na sua obra “Nos rastros da Solidão” (2006) que o surgimento de namoros nos lares, não é um facto raro, este deve-se aos idosos viúvos manterem a ilusão de «refazer a vida» (Pais, 2006, p. 159).

No caso do Sr. Manuel Marques ele compara o início da sua relação com as cerejas, “Eu comecei a falar para ela [...] é igual como a gente estar aqui a falar um com o outro, palavra puxa palavra e a palavra é como as cerejas, se agente gosta das palavras vai continuando e vamos sabendo qual a ideia da pessoa.” Foi dessa forma que começou a gostar da companhia da Sra. Carmina. O Sr. Manuel passava o seu dia a conversar com ela, falavam do tempo, partilhavam as memórias de cada um, e desta forma viam o tempo correr enquanto estavam juntos.

O Sr. Joaquim Júnior, não conhecia a Sra. Nazaré nem tinha confiança com ela. Tudo começou no *hall* de entrada, numa tarde de sol em que se foi sentar num banco ao pé dela e se intrometeu numa discussão entre Sra. Nazaré e a sua neta em que esta tentava enganar a avó. “No dia seguinte a Nazaré foi agradecer-me. E começou tudo ali, começamos a conviver a sério e estivemos alguns seis meses sem ninguém saber de nada.” Atualmente são namorados na instituição mas não vivem juntos no mesmo quarto.

A amizade como forma de conversa foi o que levou a Sra. Nazaré Martins a aproximar-se do Sr. Joaquim, segundo ela começaram a conversar e foram gostando cada vez mais de falar um com o outro, conversavam bastante e ficaram amigos, “bastante amigos”, até que nasceu o sentimento que define como amizade. “Conheci ele e começamos a dar-nos bem um com o outro e nasceu uma amizade com todo o respeito.” Para a Sra. Nazaré o Sr. Joaquim é a sua companhia.

O Sr. António Garrido já conhecia a Sra. Laurinda Neves do tempo da sua falecida mulher, andavam todos juntos no Grupo de Cantares e também saíam muito em excursões juntos. “Mas não foi esse o motivo de nos juntarmos”, o Sr. António estava no lar “ [...]e a Laurinda começou a ir lá nem sei porque.” A Sra. Laurinda “la sempre à hora de almoço e foi assim que começou.” “Foi ai que comecei a sair mais vezes do lar, e ia ter com ela, mas antes de sair deixava um papelinho em cima da cama a dizer se eu não aparecer para dormir não se preocupem que eu vou dormir a casa da minha sobrinha.” É importante referir que, neste caso, há onze anos atrás, já o Sr. António namorava, pelo telemóvel, com a Sr.^a Laurinda. Ele já estava institucionalizado, desde a morte da sua esposa, e, com o telemóvel, entrava regularmente em contacto com a Sr.^a Laurinda, para, primeiro, desabafar e conversar enquanto amigos e, entretanto, para começarem a assumir o namoro. Iniciado o namoro, o Sr. António abandonou o lar para viver na casa da atual companheira. Eis um caso que é bom exemplo de como o namoro produziu emancipação, autonomização, reinvenção de si e do projeto de vida envelhecimento ativo com qualidade de vida pessoal e social (Alberoni, 2002; Almeida e Lourenço, 2008; Antunes, Mayor, Almeida e Lourenço, 2001; Kaufmann, 2005; Vieira et al, 2009; Vieira, 2009, 2012; Tamer e Petriz, 2007).

A Sra. Laurinda atual namorada do Sr. António afirma que as culpadas deste namoro são as funcionárias da lavandaria que tanto insistiram para que arranjasse um novo companheiro. Intencionalmente utilizava a hora de almoço como forma de aproximação, os reбуçados eram importantes na medida que a aproximavam do que viria a ser o seu companheiro.

“Eu ia muitas vezes ao lar e ele (Sr António Garrido) já la estava”... “e mais ou menos pela hora de almoço aparecia lá e levava uns reбуçaditos no bolso, eles iam logo buscar uma cadeira para eu me sentar lá ao pé deles, eu ficava ao pé do Garrido e depois tirava uns reбуçados do bolso e esticava o braço debaixo da mesa e ele como é muito guloso ia logo la buscá-los. [entusiasmada diz com um sorriso] e eu dizia logo Guloso!”

O início do namoro nesta fase da vida pode ser entendido como uma luta contra a solidão (Pais, 2006) e uma procura de novas rede de sociabilidade (Ander-Egg, 2009; Arcuri, 2008) bem como de qualidade de vida (Neri, 2004) e de afeto (Pitaud, 2004; Alberoni, 2002; Pimentel, 2008; Bosi, 1994; Gusmão, 2005).

A visão do namoro por parte dos sujeitos institucionalizados

O modo como descreve a sua relação...

Ao tentar compreender o modo como cada um destes idosos vêem as relações, percebemos que acima de tudo a amizade é o que os une. Para o Sr. Manuel “Era uma relação com muita amizade, com muito gosto, com muito prazer, com muita alegria [...]”, ele chega mesmo a dizer [...] que é uma realização que a rapariga e o rapaz tem um para com o outro por gostar de fazer um convívio, um namoro até que Deus nos dê vida”. Durante a entrevista, enquanto dizia estas palavras, não conseguiu esconder os seus sentimentos, chegando mesmo a não conter as lágrimas. Vemos, aqui, como o namoro pode ser visto como uma forma de combater a solidão, (Pais, 2006; Cacciopo e Patrick, 2009) e de construir afetos e sociabilidades no dia-a-dia dos institucionalizados como estratégias de envelhecimento ativo (Diana, 2003; Lazzarini, 2009; Machado, 2007).

O Sr. Joaquim define a sua relação dizendo que “É o meu bem-estar, é a minha querida esposa como a outra já partiu”. Ele reforça a ideia dizendo que “Só me encontro feliz ao lado dela, e ela ao pé de mim”. Diz ainda “Eu adoro-a e acho sinceramente que se um de nós for embora o outro vai logo também”. “É muito boa pessoa, é muito boa pessoa e adora viver comigo, agora a outra vida que não interessa eu não te digo não interessa nada para aqui, o convívio é o mais importante”. Termina dizendo que “[.] não fazemos a assinatura por causa das perdas das reformas”. O Sr. Joaquim quando fala que a outra vida não interessa refere-se à vida sexual. Porém, recusa-se a falar dela, talvez por preconceito. Para a Sra. Nazaré, a sua relação com o Sr. Joaquim é uma “Amizade que a gente tem e que eu gosto do feito dele”.

Já o Sr. António invoca os anjos e Deus para nos descrever a sua relação, “É da melhor forma que pode existir, entendemo-nos como os anjos com Deus como se costuma dizer, nós estamos sempre de acordo um com o outro, apoiamo-nos, a relação não pode ser melhor, é ótima”.

Para a sua companheira, a Sra. Laurinda quando lhe perguntamos como descreve a sua relação ela responde sem hesitar que “Descreve-se bem, ele é boa pessoa, faz-me tudo o que eu preciso”. “Vai-me fazer o chazinho, quando tenho os pés frios vai-me por água na borracha”. “Nós os dois também conversamos muito”.

Vemos aqui a importância da amizade e do companheirismo, o sentimento de que já não conseguem viver um sem o outro, quando referem que se um fosse embora não aguentariam a perda. Também Pais (2006) nos diz que “o sentimento de abandono leva-os a não suportarem a vida nem as ameaças que prendem sobre ela” (p. 147)

Os idosos veem estes relacionamentos como um pilar que sustenta a sua vontade de viver mantendo a ilusão que alimenta a vida (Kauffman, 2001, 2005; Pais 2006; Lazzarini, 2009; Ribeiro, 2002; Gato, 2002).

Como veem o namoro...

No rosto de todos os entrevistados, é bem visível o que sentem em relação às novas relações sociais produzidas com o namoro. Porém, quando se trata de exprimir, por palavras, é bem mais difícil. Mesmo assim foi possível apurar que para o Sr. Manuel o namoro é qualquer coisa como “uma conversa com parte de amizade e amor de um para com o outro.” Durante a entrevista enquanto conversa (Burguess, 2001; Velho, 1994), o Sr. Manuel demonstra os seus afetos como se a sua companheira estivesse a falar para ele: “Ela disse-me, oh Sr. Manuel eu gosto muito das suas conversas. E eu disse, eu não é só gostar das suas conversas, eu gosto muito da sua pessoa.” Para o Sr. Manuel Marques o namoro “É uma amizade que ganha a rapariga como o rapaz, se ganhou aquela amizade conclusão de ele tem de lhe perguntar se é da vontade dela ser da sua companhia”. Estas foram as palavras que utilizou no momento em que pediu a Sra. Carmina em namoro, assume.

O Sr. Joaquim Júnior define o namoro como “Uma amizade insuportável, adoramos viver um com o outro.” Segundo ele “Era-mos duas pessoas disponíveis a passar mal e agora mudou, precisamos da companhia um do outro”. “Nos nunca [...]” faz uma pausa e continua “[...] é só amizade. O Sr. Joaquim define esta relação como forma de viver, e o sentimento é que “Estou muito feliz. É muito bonito quando agente se compreende”. “Fui casado quarenta e oito anos e não tive mais amor do que tenho a esta”.

Para a Sra. Nazaré Martins “Vale apenas pelo companheirismo. Viver só era muito triste. Não é todas as pessoas que servem para conversar com a gente. Nós demo-nos muito bem.” “Nós conversamos e desabafamos um com o outro e ajuda agente a viver.” A Sra. Nazaré tem dificuldade em referir a palavra namoro e diz “Encaro como grandes amigos e com confiança. Desabafo com ele pois não é com todas as pessoas que se pode desabafar”.

Quando pedimos ao Sr. António Garrido que nos diga o que é o namoro ele responde quase sem pensar que “Com esta idade não se devia chamar namoro, devia-se chamar paixão porque isto é uma inclinação que agente apanha. E além disso os velhos também se apaixonam!”, “E exemplo disso somos nós, dois velhos apaixonados que aqui estamos”. “É que não podia ser melhor”. É importante ver como ele usa a paixão para definir o namoro mas como fica hesitante, também, em afirmar a naturalidade da paixão na velhice ou vê-la como algo mal compreendido pela sociedade e, portanto, a não assumir publicamente. Por isso ele pergunta se se deve chamar de namoro na terceira idade (Gusmão, 2005; Almeida, 2008) assumindo alguma ambivalência na sua própria opinião (Magalhães, 2001).

O Sr. António Garrido afirma, com grande convicção, “Vivo com a Laurinda como se fosse a minha própria mulher, é a mesma coisa e o amor que lhe tenho é precisamente igual ao que sentia pela minha mulher, não há diferenças, e sabes se não fosse este ajuntamento já tinha morrido.” Tal como o Sr. Joaquim, também o Sr. António Garrido compara atual relação com a que tinham com a sua esposa.

Desta forma podemos dizer que é possível voltar a amar na terceira idade, mesmo depois de experienciar a viuvez, fase reconhecidamente difícil de ultrapassar.

Por outro lado quando fazemos a mesma pergunta à sua companheira Laurinda, ela responde logo que “É difícil de responder. Foi por a gente estar sozinhos que nos ajuntamos e vivemos como casal”. “Não nascemos para viver sozinhos”. Esta expressão da Sra. Laurinda remete-nos para os argumentos explicitados por Fernandes (2007) a propósito da importância do viver com companhia.

Alguma vez pensou que se voltaria a juntar com alguém...?

Após ficarem viúvos todos os nossos idosos entrevistados nos responderam o mesmo.

O Sr. Manuel afirma recorrendo novamente ao diálogo como se estivesse a falar para a sua companheira “Nunca pensei, e dizia para ela assim, olha rapariga fizemos uma coisa que eu estou muito satisfeito e muito admirado, nunca pensei na minha ideia de agente se ajuntar um com o outro. Ela dizia o mesmo.”

Já o Sr. Joaquim disse “Nunca, só a amizade que começamos a apanhar é que me virou, que eu nunca tinha pensado nisso. A minha filha quando fiquei viúvo dizia-me muitas vezes para eu procurar uma companhia e eu até me chateava com ela”.

Também a Sra. Nazaré nunca idealizou que isto pudesse voltar a acontecer “Não nunca pensei, de jeito nenhum, mas como vim para aqui e comecei a conversar depois com uma conversa foi a outra e ganhamos aquela amizade que eu não conheci desde a morte do meu marido.” Com a morte do seu marido viu-se sozinha e sentiu-se só, “Fiquei desesperada com a morte do meu marido e com o apoio dele foi mais fácil.” Durante a conversa refere ainda que “A solidão é muito triste.”

O sentimento que a Sra. Nazaré nos apresenta vai ao encontro do que nos diz Pais (2006) quando a firma que o conceito de solidão afeta o sentido da vida. Porém não é a única a falar do assunto.

Após a morte da sua esposa, o Sr. António ficou muito abalado, e quanto a pensar nesse assunto respondeu “Não, quando fui para o lar nunca pensei mais nisso, mas as meninas da lavandaria é que fizeram o ajuntamento.”

A Sra. Laurinda ainda era muito nova quando perdeu o marido e mesmo assim “Nunca pensei voltar a encontrar ninguém, se não fossem as meninas no lar, eu dizia a uma oh Cidália vocês andam a fazer a coisa! Mas vocês tao a ver a minha idade?” Com o decorrer das entrevistas foi possível apurar que esta relação surgiu devido às funcionárias do lar, mais propriamente as Sras. da Lavandaria que depois de tantas tentativas para os juntar sempre conseguiram o que queriam.

Mudanças pessoais e sociais resultantes do enamoramento

O que é que mudou na sua vida com o namoro?

Se cada um dos idosos estudados estava só, efetivamente que o namoro trouxe mudanças à vida de cada um (Cacciopo e Patrick, 2009; Cozinheiro, 2007).

No caso do Sr. Manuel, ele é um homem que raramente se encontra sozinho e após se começar a relacionar com a Sra. Carmina já falecida, ela como era muito ciumenta não o deixava sair de ao pé dela, reforça a ideia quando nos afirma “Eramos um casinho sempre junto.” Eu dizia-lhe não tenhas medo que eu posso falar para quem eu quero e tu para quem tu queres, é claro que te espeito, e se falar para esta ou para aquela não te vou desrespeitar, é falar, passar o tempo.”, mas a Sra. Carmina, tinha muitos ciúmes, principalmente da primeira namorada do Sr. Manuel que era a Alicinha, e que nunca desistiu de voltar a namorar com ele.

Já o Sr. Joaquim homem habituado a estar sempre sozinho refere que com este namoro “Só mudou uma coisa, aquele sintoma que eu tinha da minha falecida passou, com o nosso convívio, com amizade e com o carinho dela”. Podemos então afirmar que o namoro pode ser considerado como um remédio que cura o sentimento de perda. Por iniciativa própria, o Sr. Joaquim decidiu dar conhecimento da sua relação com a Sra. Nazaré à instituição. “Sempre fui muito maroto e eu vinha da rua mais ela e fomos à Dra. Ana (Assistente Social) e dissemos eu e a dona Nazaré na rua fazemos vida de casados e aqui na casa guardamos todo o respeito”. O Sr. Joaquim refere ainda, em relação ao namoro, que “Andamos mais de um mês ou dois que ninguém sabia de nada”.

O namoro às escondidas acaba por ser uma estratégia de sobrevivência (Vieira, 2009) numa sociedade ainda pouco aberta à quebra de tabus como seja o namoro na terceira idade. Efetivamente, o namoro é uma relação social e interpessoal que a sociedade associa, normalmente à juventude (Gusmão, 2003; 2005).

Quando indagamos sobre o assunto à Sra. Nazaré ela responde, com clareza, “Eu senti que estou bem porque tenho a amizade dele e é por isso que estou aqui e talvez não tivesse aguentado”. Continuando mas mudando o tom de voz ela explica que “É difícil encontrar pessoas de confiança. Toda a vida vivi com muita família e quando vim para aqui fiquei desesperada e não aguentei. O meu marido faleceu quando eu estava no hospital e quando vim para casa fiquei em choque, sem ter ninguém”. A solidão mata. Agora sente-se com forças para continuar a viver, sente-se “Mais alegre e mais contentes, temos mais amizade e companhia com quem desabafar e conversar quando se esta triste.” “Já temos o apoio um do outro. Vamos passear e conversamos muito, é uma amizade sincera.”

A opinião do Sr. António Garrido é que esta relação mudou a sua vida para melhor, ele estava no lar, [...] faz de conta que estava só no mundo porque os meus filhos estão longe [...]” e o sentimento que o assombrava era que estava no “[...] resto da minha vida, estava desolado.” Esta união entre ele e a Sra. Laurinda “[...] deu-me uma vida nova”. Na terceira idade o sentimento de que se está no fim da vida é comum à maior parte das pessoas, mas o Sr. Garrido como é conhecido afirma com grande convicção e demonstrando os seus sentimentos através de lágrimas que com este namoro ele voltou a viver, “Voltei a renascer”. Refere ainda que esta mudança foi boa, afinal de contas passou a viver com a Sra. Laurinda e abandonou o lar. “Depois fiquei acompanhado, os meus filhos estão longe.” “Estava só e arranjei uma companhia, e sabe perfeitamente que a solidão é a coisa mais triste do mundo, e viver num lar não é assim muito agradável.” Tal como refere Pais (2006), a entrada no lar corresponde, para muitos casos, à morte social do indivíduo.

A Sra. Laurinda aponta como mudança a felicidade, “Sinto-me mais feliz, sinto-me bem ir passear com ele de um lado para o outro, sinto aquela alegria e gosto quando as pessoas dizem que parecemos dois jovens, dizem que ficamos bem juntos, e depois eu rio-me” (Cozinheiro, 2007; Diana, 2003; Fernandes, 2004).

Projetos

Quando se fala em namoro faz todo o sentido falar em projetos de vida (Boutinet, 1990; Vieira, 2012; Josso, 2010; Velho, 1994). No âmbito desta dissertação, ao estudar o caso de cinco idosos, verificámos que apenas três casos, o Sr. António e a Sra. Laurinda, casal que ainda permanece junto, no seio da sua habitação e o caso do Sr. Manuel que “casou” ainda que ficticiamente, mas que a sua companheira já faleceu.

Deste modo faremos uma análise relativamente aos projetos de vida destes três sujeitos.

Quando começamos a ouvir a história do Sr. Manuel começamos a perceber que faz todo o sentido referir o modo como tudo se desenrolou. Segundo ele, os dois passavam muito tempo a conversar o corredor, e as funcionárias começaram a desconfiar. E, como conta o Sr. Manuel,

“E o que é que elas começaram a fazer passavam duas para a frente e ficavam outras duas à retaguarda a observar, a ver o que se estava a passar, e eu dizia assim para ela. Oh Carmina nós estamos bem guardados, evitamos de ter medo, andam as polícias ali para a frente, há retaguarda outras duas. Mas é claro nós não vamos ter medo, sabes porquê? Porque nós não vamos fazer coisas que não se devem fazer.”

O Sr. Manuel explica que “As empregadas começaram a falar descobriram o namoro [...]”. As funcionárias descobriram e falaram com a Assistente Social que os confrontou com o namoro e lhe perguntou se queriam casar. O Sr. Manuel não queria casar porque perdia a reforma da sua falecida mulher, então a instituição propôs que se juntassem e tivessem um quarto para os dois. Houve uma festa,

“foi tudo como se fosse um casamento, tivemos padrinhos e tudo, eu e a Carmina só comprámos um bolo que nos custou dez contos.”

“A instituição ponderou e deu um quarto nos juntarmos os dois [...] A Dra. Ana foi madrinha e o Sr. Dionísio (funcionário da SCMS foi padrinho.” Eu e a Carmina compramos um bolo que custou 10 contos. Juntou-se muita gente como se fosse mesmo um casamento sério. O Sr. Manuel demonstra o que sentiu quando nos diz “Fiquei muito satisfeito de nos deixarem fazer conjunto, deixámos de estar sozinhos, foi uma coisa feita com muito gosto e muita alegria foi uma mudança para melhor pois estavam os dois desamparados.”

Conta ainda com sorriso nos lábios,

“no dia que nos juntamos sabe o que nos fizeram? Fizeram-nos a cama e encheram os lençóis cheios de açúcar. Eu virei-me para a Carmina e disse, oh rapariga isto é uma coisa que vai puxar para aqui as formigas. Sacudimos o lençol e fomos dormir. As empregadas passaram a noite à beira da porta mas a gente fez um silêncio que nos deitamos na cama sossegadinhos e elas estava à espera de ver o que se passava, mas não se passou nada.”

Por último o Sr. Manuel terminou a história do seu namoro dizendo, “acompanhei-a até ao último momento da sua vida. Fui ao funeral e levei o corpo até ao cemitério. Foram bons tempos, ótimos, Foi pena ela morrer tao cedo.”

Relativamente ao casal constituído pelo Sr. António Garrido e Laurinda Neves, o Sr. Garrido tomou a decisão de sair do lar para ir viver para casa da Sra. Laurinda. Ele conta-nos: “Eu tinha setenta e nove anos, foi no dia primeiro de Outubro quando saí do lar e assentei praça aqui (casa da Sra. Laurinda), nesse dia apanhei uma Dra. Bebedeira, foi para comemorar.”

A Sra. Laurinda acrescenta “Quando decidimos anunciar o enlace juntámos as mulheres num café e demos a notícia Foi aí que anunciámos também que o Garrido ia sair do lar para ir viver para a minha casa.”

Passou a vestir-se de outra forma?

Um idoso na fase da vida que perde alguém de modo geral perde a vontade de viver, de se arranjar, passa a sentir-se como um inútil, a sua vida deixa de fazer sentido (Cozinheiro, 2007; Pimentel, 2009).

Porém ao expormos este assunto aos nossos idosos em estudo rapidamente verificamos que após o namoro começam a cuidar mais de si, por vontade própria, ou por vontade da companheira (o), todos de um maneira ou de outra alteram alguma coisa nas suas vidas.

No Caso do Sr. Manuel começa por dizer que vestia-se da mesma maneira, mas a sua companheira gostava que se vestisse bem, “ [...] quando eu me vestia ela dizia-me vira-te lá para mim para eu ver e dizia, tás muito jeitoso sim senhor”. Porém admite “[...] eu sentia-me vaidosos por ter uma companheira que tinha todo o gosto de estar na minha companhia [...]”

Já o Sr. Joaquim conta que “nunca fui vaidoso e gabadinho.”

Por sua vez, a sua companheira Nazaré habituada á sua vida abastada no Brasil, embora que sempre com muita simplicidade, “eu sempre gostei de andar bem preparada”. Porém o facto de conhecermos a realidade, é possível afirmar que na fase em a Sra. Nazaré entrou para a instituição, não tinha tantos cuidados como passou a ter depois de começar o seu relacionamento com o Sr. Joaquim.

Quanto ao Sr. António talvez por ser homem, nunca ligou muito à imagem e á sua roupa. Com o novo relacionamento passou a cuidar de si por incentivo da companheira “[...] passei a cuidar de mim, passei a aprontar-me mais e até a por perfume”..

Como sabemos as senhoras são mais vaidosas que os senhores e quando questionámos a Sra. Laurinda sobre o assunto ela respondeu logo, “Oh minha rica menina eu para me vestir e preparar bem... sou muito vaidosa e gosto de me preparar bem (risos)”. “O perfume é que não posso dispensar e o Garrido gosta muito de um que uso”. E diz-nos ainda que se chateia com o Sr. Garrido quando ele não está bem arranjado confessando que “[...] até já o obriguei a trocar a roupa”.

Começou a passear mais?

Os passeios são hábitos comuns presentes nos idosos que entrevistámos, mas apenas após voltarem a namorar. Pois antes disso todos eles se refugiavam cada um à sua maneira.

O Sr. Manuel Marques com esta questão relembra, o café que tomavam diariamente no café da sobrinha, os lanches que faziam juntos na pastelaria “[...] íamos dar as nossas voltinhas ao parque [...]”. No seu discurso entusiasmante pela maneira como nos fala, refere ainda que por vezes ia à pastelaria e fazia as delícias da sua companheira com uma broinha quente que a deixava muito contente. E com um grande sorriso ele termina dizendo “Isto era a parte do amor”. Andavam “[...] cada um encostado à sua bengala.” “Eramos dois velhinhos que andávamos pelo caminho mas já com pouca coragem, mas fazíamos o esforço.”

O Sr. Joaquim antes de encontrar a sua companheira Nazaré, estava muito habituado a estar sozinho isolava-se no quarto saindo apenas para as refeições e às vezes para jogar às cartas ou ao dominó com os colegas. Quando lhe perguntámos se tinha começado a passear mais após ter encontrado a sua companheira ele afirmou com convicção, “Muito, muito mas digo que se não fosse o caso de ter esta doença já não estávamos aqui a dormir, até podíamos estar no centro de dia mas a dormir não”. O Sr. Joaquim sempre foi uma pessoa muito autónoma, com o decorrer da idade e devido aos problemas de saúde hoje já não sai tanto para passear como fazia á tempos atrás.

Também a sua companheira Nazaré Martins respondeu afirmativamente á nossa pergunta “Sim sem dúvida até íamos à praia”. Conhecendo a realidade e tendo acompanhado esta relação desde o início

é possível afirmar que tanto o Sr. Joaquim como a Sra. Nazaré passaram a sair mais vezes da instituição para passear.

Para o Sr. António Garrido a morte da sua esposa deixou-o desolado, tal como o caso do Sr. Joaquim, também ele se isolou bastante. Do mesmo modo após começar o seu relacionamento com a Sra. Laurinda voltou a passear respondendo afirmativamente á nossa questão. Em tom de brincadeira diz-nos, “[...] a Sra. Laurinda sempre foi danada para passear. Íamos a muitas excursões, era quase todos os domingos, também fazíamos excursões de mais dias, fomos ao Luso, a Sta. Maria da Feira, fomos a Benidorm, mas agora já não dá a Laurinda já não pode das pernas”.

A Sra. Laurinda vai ainda mais ao pormenor e diz-nos que iam ao cemitério juntos cada um enfeitar a campa da sua esposa (o). Refere-nos ainda os passeios habituais á instituição para ajudar as senhoras da lavandaria a dobrar lençóis em troca de uns bons momentos de alegria, “[...] elas faziam-nos sempre arreganhar os dentes”. De igual modo tal como o Sr. António também ela refere que iam nas excursões. Mas por último refere que “Agora já vamos passear pouco, eu não posso das pernas”. Tal como o Sr. António a Sra. Laurinda fazem parte do Rancho Folclórico como já tinha sido dito anteriormente, e apesar das dificuldades estão sempre prontos percorrer Portugal de norte a sul e até mesmo ao estrangeiro para mais uma atuação.

Nota-se que em todos os casos há transformações identitárias dos idosos que assumem o namoro (Vieira, 2009; 2012; Lazzarini, 2009). Passou a haver maiores preocupações com o corpo e com a imagem de si para os outros (Goffman, 1999). Emergiram novos projetos de vida (Vieira, 2012) que passaram, também, pelos passeios que passaram a fazer que lhes aumenta o prazer de viver, a motricidade humana e, em geral, o envelhecimento ativo (Jacob, 2007; Lima, 2004; Lopes, 2007; Pereira e Lopes, 2009; Ribeiro e Paul, 2011).

Importância do namoro para a qualidade de vida e para o Envelhecimento Ativo.

É importante porquê?

Quando colocamos a questão da importância do namoro e dos seus benefícios para que tenham um envelhecimento mais ativo deparamo-nos que não percebem muito bem a questão, mas apesar de tudo conseguem dar-nos as respostas á sua maneira.

O Sr. Manuel diz-nos imediatamente que tendo uma pessoa novamente ao seu lado fez com que os anos passassem “[...] com mais satisfação e mais alegria [...]”, refere ainda que o namoro foi muito

importante na medida em que “[...] uma pessoa via-se sozinho e voltar a ter uma pessoa na minha companhia foi uma satisfação muito grande”. E termina com a afirmação “eu acho que é uma satisfação que não tem fim!”

O Sr. Joaquim vai mais longe dizendo “Eu nesta altura da minha vida nem sei como é que hei de dizer, isto é um ser de vida tão importante como se tivesse 25 anos, viver com ela”. Esta comparação faz-nos pensar no modo como é possível ver a vida com positivismo quando já se passou por tantos obstáculos que teimaram em acabar com ela.

A Sra. Nazaré Martins responde-nos a esta questão dizendo, “Realmente esta relação é importante, mas vivemos como dois namorados e isso ajuda agente a viver. Eramos duas pessoas disponíveis e juntas vamos nos apoiando e assim viveremos mais certamente”. Esta resposta foi um triunfo visto que conseguimos com que a Sra. Nazaré admitisse que namora com o Sr. Joaquim, isto significa que conseguimos coloca-la suficientemente à-vontade para poder dar este passo.

O Sr. António Garrido é da opinião que “Se eu estivesse no lar já tinha morrido há muito tempo, não é que me tratassem mal mas eu estava sozinho, esta companhia deu-me mais alegria à minha vida, deu-me saúde e bem-estar. É muito triste agente estar sozinhos, a solidão é a pior coisa que pode existir”. Este ajuntamento deu-nos alegria julgo que tanto a mim como a ele Ela também estava só”. O Sr. António faz aqui referência à solidão e afirma que é a pior coisa que pode existir.

Para a Sra. Laurinda “Isto de namorar nesta idade traz-nos uma grande alegria, poder passear com ele e passar momentos a dois trouxe de volta os momentos bons da vida e fez com que sentisse que tinha perdido uns quantos anos”. Com esta afirmação podemos dizer que namorar faz com se sintam de novo jovens, que reinventem e encontrem um novo sentido para a vida. A Sra. Laurinda refere ainda que “Fui sempre a mesma mulher, este homem fez com que revivesse e com que fosse muito mais feliz, passei a ver a vida de outra forma”.

Passou a ser outro?

Era também um objetivo deste trabalho perceber se através do namoro as pessoas passavam a ser outras pessoas. E a esta questão o Sr. Manuel respondeu-nos “[...] Eu era o mesmo mas muito mais satisfeito, realizado e contente por ter a Carmina ao meu lado”. A satisfação por ter a companheira ao seu lado.

O Sr. Joaquim chega mesmo a dizer que “A minha vida era uma vida morta agora não, é uma vida de convívio, se eu estivesse sozinho nem sei se aqui estaria”.

Para o Sr. António Garrido a sua vida “Passou a ser diferente, senti-me mais feliz e até mais novo eu tenho 91 anos e sinto-me com 70”. “ Revivi, faz de conta que que estava quase morto e ressuscitei”. O despertar de novos sentimentos, fez com que se sentisse um homem novo. Ele refere-nos ainda “Eu via o jeito, ela gostava de mim eu gostava dela, mas as da lavanderia é que levaram à certa que sempre nos conseguiram juntar”.

A Sra. Laurinda diz-nos que “Fui sempre a mesma mas não suportava viver sozinha, nem estar só, sempre gostei de companhia”.

Para envelhecer ativamente não é só fazer ginástica, dançar, etc. Para envelhecer feliz é preciso envelhecer com os outros, sozinho não se envelhece com qualidade de vida. Para envelhecer feliz é preciso realizar tarefas ligadas à memória, às histórias, às histórias da infância, às histórias que a animadora conta, alguma coisa que envolva as pessoas. A saúde não remete apenas para o corpo, para a dimensão biológica. A saúde, de acordo com a OMS, é um bem-estar psicossocial, é global e, portanto, disso resulta também a qualidade de vida na velhice. Se há uma animadora, por exemplo, que gosta de mim, se estou num lar onde me sinto bem e ainda por cima tenho uma namorada, isso aumenta a minha qualidade de vida e por isso eu hoje sou outro (Vieira, 2009), estou mais feliz e reinventei-me (Neri, 2001; Kaufmann, 2001, 2005; Josso, 2010).

Passou a ser mais feliz?

A felicidade não pode ser definida de forma geral nem universal. Ela tem de ser pensada ao nível de cada sujeito, neste caso em idoso estudado. Por isso é tão importante ouvir os idosos, as suas narrativas e as suas histórias de vida (Bosi 1994; Guerra, 2006; Pimentel, 2001; Vieira, 2008).

O Sr. Manuel lamenta o pouco tempo que estiveram juntos devido ao falecimento da sua companheira mas, afirma que “[...] o tempo que estivemos juntos foi vivido com muita intensidade e com muito gosto”.

Já o Sr. Joaquim sente-se feliz mas utiliza o termo contrário para o dizer. “Nem pensar, nem pensar, e ela então só se encontra feliz se eu estiver aqui”.

Também a Sra. Nazaré partilha da mesma opinião, e compara a felicidade que sente ao lado do Sr. Joaquim com a que sentia com o seu marido “[...] eu era muito feliz com o meu marido, ele era muito bom e nós compreendíamos muito bem, e com o Sr. Joaquim também é assim, eu identifiquei-me muito com ele”. Porém diz “Este é mais reinado e o meu marido não era. Mas eu acho fantástico uma pessoa que é assim”.

Para o Sr. António Garrido não existem dúvidas, “Muito mais isso sem dúvida. Arranjei uma companhia de traz da orelha”.

Igualmente para Sra. Laurinda tudo é evidente, e com uma resposta muito direta declarar “Muito mais”. “Ele gostou, eu gostei e pronto”.

Em todos os casos estudados, o namoro ampliou os projetos de vida, a vontade de viver e a qualidade de vida das pessoas, diminuindo a solidão e aumentando o envelhecimento ativo (Pimentel, 2009; Neri, 2001, 2004; Fernandes e Botelho, 2007; Cruz, 2008; Machado, 2007; Paul, Fonseca, Martín e Amado, 2005).

Comemoram datas:

A comemoração de datas é importante para assinalar a importância de estarem juntos, e para que sintam que são importantes para as outras pessoas, já que os outros partilham a felicidade de conviver nos momentos importantes de cada um.

O Sr. Manuel “ [...] oferecia-lhe sempre uma prenda quando fazia os anos e ela a mim a mesma coisa. Também comemorávamos o namoro”.

A Sra. Nazaré a esta questão respondeu-nos afirmativamente e ainda acrescentou. “Comemoramos sempre. Completamo-nos um ao outro, o sexo não é o nosso interesse, o que nos importa é a amizade”.

Para o Sr. António Garrido a resposta também foi afirmativa “Sim para assinalar os dias importantes.”

Já a Sra. Laurinda acrescentou “Sim, nunca nos esquecemos”.

Ao comemorarem datas, estão assim a lembrar a coisa maravilhosa que lhes aconteceu.

Visão dos outros

Como os outros encararam o enamoramento

Porém numa sociedade que visa a dar mais valor ao preconceito do que propriamente dar valor e apoio às pessoas nesta fase da vida, através dos testemunhos abaixo apresentados podemos ver que estas pessoas apesar da sua idade avançada não se importam com o que os outros pensam, e tornam assim os seus dias, mais felizes na companhia do outro.

No caso do Sr. Manuel os filhos não aceitaram muito bem esta relação. “Oh pai você com esta idade não estava bem sozinho? E eu disse, olhem filhos eu encontrava-me triste em estar sozinho, vocês tratam da vossa vida e eu estou aqui.” O Sr. Manuel tentou explicar-lhes a sua visão do namoro e eles conformaram-se com as escolhas do pai. “É precisamente a gente fazer uma pequena ideia, um rapaz começa a namorar uma rapariga, começa a gostar dela, começa a apaixonar-se por ela e depois vai dar um enlaço, casamento, mas eu juntei-me não me casei.” Porém os colegas de lar também tiveram

algumas dificuldades em aceitar, mas o Sr. Manuel não se deixou intimidar. “Quantos aos outros idosos cada um é senhor de sua vontade.” Apesar de todos estes inconvenientes ele não desistiu, não se deixou influenciar pelo preconceito de que os idosos não podem votar a amar e a serem felizes.

Já o caso do Sr. Joaquim foi diferente, a família aceitou. “Encaram bem, aceitaram mas alertaram-me para ater cuidado, mas eu estou muito feliz e ela na mesma”. Já os seus colegas criticaram a relação. “As outras pessoas criticaram muito e mostravam muita inveja, mas nos não lhes ligamos”. Também o Sr. Joaquim lutou para que não fosse afetado pelo preconceito contra a velhice que estão enraizados na sociedade.

Para a Sra. Nazaré, “A minha nora aceitou este convívio e conversa.” “Os companheiros do lar criticavam, mas houve um que apoiou.”

O apoio da Família foi muito importante para o Sr. António Garrido por sua vez houve críticas por parte de pessoas de fora. “A família apoiou muito. Por outro lado as pessoas de fora criticaram muito e diziam “olha os velhos com aquela idade a namorar.”

No caso da Sra. Laurinda os familiares não aceitaram muito bem esta relação porque ela omitiu-lhes e eles ficaram desapontados mas “[...] depois conheceram o Garrido e gostaram muito dele.”

Fazendo uma avaliação a este propósito podemos afirmar que a família poderia ser mais compreensiva em aceitar estas relações, encaram como um preconceito e com receio. Não compreendendo que isto é para os seus familiares uma forma de combater a solidão muitas vezes provocada pela própria família. Relativamente às outras pessoas também se verifica que vêm estes relacionamentos com preconceito.

Se tanto a família como as outras pessoas tentassem imaginar-se numa situação de solidão e desespero, sentindo-se como se tivessem no fim das suas vidas, simplesmente à espera da morte, sem projetos e vontade de viver talvez valorizassem mais estas pessoas, que apenas tentam tornar os seus dias menos cinzentos (Pimentel, 2001, 2010, Rosnay *et al*, 2006).

Conclusão

Pensamos que ficou demonstrado e ilustrado como o namoro na instituição, entre pessoas idosas é uma forma de estreitar as relações sociais e uma forma de combate à solidão invisível, tantas vezes.

Provavelmente, porque a velhice não é só dizer aquela frase folclórica “o velho é uma biblioteca...”, é preciso mostrarmos como os idosos vivem e como podem melhorar a sua qualidade de vida subjetiva tendo em conta as suas experiências.

A velhice traz maturidade, traz também desprendimento em relação às imagens que os outros têm de nós e a pessoa parece ficar mais corajosa para enfrentar os medos e para enfrentar o controlo social dos outros sobre o próprio enamoramento. Por isso, os idosos podem decidir começar a dizer “eu estou apaixonado por aquele”. Se calhar, anteriormente, não eram capazes de o dizer a propósito do namoro. Portanto, o envelhecimento também traz maturidade e capacidade de ser autónomo em responder por si sem estar tao condicionado pela pressão que existe, pela pressão social dos grupos, da família, que vigiam e que, na maioria das vezes não deixa ser, do ponto de vista ontológico.

Mostrámos como a alegria de viver e a oportunidade de a viver de uma forma apaixonada, provocada pelo namoro na terceira idade, prolonga a vida e a sua qualidade.

Não podemos, contudo, confundir alegria de viver com diversão e distração. Isto é bom, mas, a alegria de viver é algo bem mais profundo. É a alegria interior que dá paz ao coração. A vida não tem uma data/ altura específica para começar, podendo, assim, recomeçar-se a vida em qualquer etapa da vida. Exemplo disso é a coragem e determinação que os nossos idosos estudados demonstraram a partir do momento em que assumiram perante todos o seu namoro.

A alegria de viver e os pensamentos positivos são inseparáveis. Ninguém pode viver com alegria e bom humor se não tiver pensamentos positivos. Estes traduzem-se em atitudes positivas que dão força e ânimo necessário para enfrentar as dificuldades que a velhice acarreta e para superar as circunstâncias difíceis da vida. E foi com base nestes sentimentos que surgiram os novos casos de namoro.

Esta arte de aprender a viver, como forma de realização humana, inclui múltiplas dimensões, desde o modo de viver o nosso dia-a-dia até à maneira de responder às perguntas acerca do sentido da vida à qual fizemos referência.

As pessoas envelhecem quando já não têm projetos de vida, qualquer que seja a sua idade, como mostrámos, quer na fundamentação teórica, quer na parte empírica desta dissertação. Existem jovens velhos e idosos jovens. Seja qual for a idade devemos seguir sendo sempre jovens, enquanto o coração seja capaz de vibrar, de bater com força para a beleza e para o amor, enquanto tenhamos vontade de

lutar por um mundo sem exploração, um mundo mais justo, mais fraterno e mais humano que estes idosos descobriram a partir do momento que começaram a namorar.

Após a morte do cônjuge e a entrada na instituição, as vidas dos idosos aqui estudados deixaram de fazer sentido. Estavam, simplesmente, à espera que a morte chegasse. Sentiam-se sós, desolados e nada na sua vida já fazia sentido. Estavam ali no lar a deambular, de um lado para o outro, ou isolados no quarto, sem projetos, sem alegria de viver, e também sem o apoio da família, que deveria ser o sustento emocional. Mas, na maior parte dos casos, não se verifica esse apoio, ou porque a família se desentendeu com o idoso ou porque a família se encontra longe ou até porque já não tem família. As amizades que se fazem nos lares acabam por não ser suficientes para alimentar o sentido da vida. Os idosos consideram que os colegas são intrometidos e só querem saber das suas vidas.

Pensamos ser importante referir o que aprendemos com esta investigação. Grandes aprendizagens que fizemos feitas por profissionais que somos e que estando mergulhadas todos os dias naquela massa, neste caso. Mas foi a oportunidade e, ao mesmo tempo, a obrigação de nos tornarmos investigadoras que nos levou a ter um olhar mais questionador, mais sistemático na observação do quotidiano que o via de uma forma automática, e mais capaz de entender que o outro não é só um mero institucionalizado, que o outro tem uma racionalidade, tem uma lógica, tem um projeto ou vários projetos e que isso não tem, necessariamente, de ser coincidente com a nossa visão do mundo sobre a categoria social do reformado.

Isto não significa que os técnicos sociais não uma visão sobre a categoria dos seus sujeitos com que trabalham. Nós, como profissionais, precisamos de admitir, enquanto investigadores, que do lado de lá há um mundo cultural diferente. Porque se não o reconhecemos, estamos a fazer do sujeito estudado um mero objeto; e do lado de lá há uma cabeça pensante mesmo quando está a morrer.

Essas pessoas percebem, quando encontram um profissional capaz de ouvir, capaz de o entender. Essas pessoas, quando descobrem alguém capaz de os perceber, de fazer uma chamada terapia da escuta, de mostrar que não veem o seu projeto como absurdo mas, antes, como credível, reinventam-se e acreditam mais em si, tornando-se mais vivas e ativas. Esta observação contribuiu para que, enquanto Animadoras que somos, num lar de idosos, crescêssemos do ponto de vista do desenvolvimento pessoal e social; do nosso eu profissional. Enquanto investigadoras, aprendemos e tudo faremos para colocar ao serviço da profissional as descobertas que esta investigação nos ensina.

Em termos dos objetivos e da problemática enunciada na introdução, é conveniente, enumerarmos agora algumas conclusões que foram emergindo na análise dos dados no capítulo anterior.

Apontamos como transformações na vida destes casais, principalmente uma oportunidade de se sentirem menos, sós. De passaram a ser mais ativos, passarem a ter projetos a dois.

O namoro trouxe a cada um dos indivíduos estudados a ampliação e a reconfiguração da sua identidade, passaram a ser um “nós”, passou a existir um projeto coletivo e a identidade de cada um ampliou-se, tornando-se mais dinâmica, passando a integrar o outro nele mesmo, passando a pensar coletivamente, reinventando-se. Neste sentido emerge um novo projeto, reconfigura-se a identidade, reconfigura-se um projeto.

Por outro lado, os idosos descobriram, com o namoro, uma forma de combater a deterioração da identidade social. O viúvo possui uma identidade deteriorada, como vimos, está sozinho, está isolado, está mais abandonado e podemos afirmar que há uma imagem social de solidão que pode ser reconfigurada a partir do momento em que a pessoa passa a ter um companheiro ou uma companheira.

O envelhecimento torna-se mais ativo no sentido em que a sua vida deixou de ser feita a um para passar a ser a dois. Agora redesenham os seus projetos dia após dia. Têm mais vontade e motivação para continuar a viver e a envelhecer ativamente.

Mas não serão as nossas instituições as primeiras a excluírem os nossos idosos no tocante ao namoro? Talvez sim, talvez não. Aqui está uma boa questão que fica para reflexão futura. E, por outro lado, será que há espaço social nos lares para o enamoramento dos idosos sem estigmatização?

Em termos conclusivos, é de referir que todos os idosos estudados decidiram optar pela institucionalização devido ao facto de terem ficado viúvos, uns por não terem familiares por perto e outros devido a problemas familiares, decidem assim optar pela institucionalização, por estarem sós ou para não se sentirem um fardo para a família.

Iniciado o namoro, o Sr. António abandonou o lar para viver na casa da atual companheira. Eis um caso que é bom exemplo de como o namoro produziu emancipação, autonomização, reinvenção de si e do projeto de vida envelhecimento ativo com qualidade de vida pessoal e social.

Vimos, também, como o início do namoro, nesta fase da vida, pode ser entendido como uma luta contra a solidão e como uma procura de novas redes de sociabilidade. O namoro pode ser visto como uma forma de combater a solidão e de construir afetos e sociabilidades no dia-a-dia dos institucionalizados como estratégias de envelhecimento ativo. Efetivamente, é fundamental a existência de amizades, de companheirismo. Os idosos veem estes relacionamentos como um pilar que sustenta a sua vontade de viver mantendo a ilusão que alimenta a vida.

Alguns idosos ficam hesitantes em afirmar a naturalidade da paixão na velhice ou vê-la como algo mal compreendido pela sociedade e, portanto, a não assumir publicamente. Efetivamente, o namoro é uma relação social e interpessoal que a sociedade associa, normalmente à juventude. O namoro às escondidas acaba por ser uma estratégia de sobrevivência numa sociedade ainda pouco aberta à quebra de tabus como seja o namoro na terceira idade.

No âmbito desta dissertação, ao estudar o caso de cinco idosos, verificámos que apenas três casos, o Sr. António e a Sra. Laurinda, casal que ainda permanece junto, no seio da sua habitação e o caso do Sr. Manuel que “casou” ainda que ficticiamente, mas que a sua companheira já faleceu.

Se cada um dos idosos estudados estava só, efetivamente que o namoro trouxe mudanças à vida de cada um e os tornou mais ativos socialmente. Em todos os casos estudados, o namoro ampliou os projetos de vida, a vontade de viver e a qualidade de vida das pessoas, diminuindo a solidão e aumentando o envelhecimento ativo.

Um idoso que perde alguém, de modo geral perde a vontade de viver, de se arranjar, passa a sentir-se como um inútil, a sua vida deixa de fazer sentido. Ao expormos este assunto aos nossos idosos em estudo rapidamente verificamos que após o namoro começam a cuidar mais de si, por vontade própria, ou por vontade da companheira (o), todos de um maneira ou de outra alteram alguma coisa nas suas vidas.

Os passeios são hábitos comuns presentes nos idosos que entrevistámos, mas apenas após voltarem a namorar. Pois, antes disso, todos eles se refugiavam em si, cada um à sua maneira.

Nota-se que em todos os casos há transformações identitárias dos idosos que assumem o namoro. Passou a haver maiores preocupações com o corpo e com a imagem de si para os outros. Emergiram novos projetos de vida que passaram, também, pelos passeios que passaram a fazer que lhes aumenta o prazer de viver, a motricidade humana e, em geral, o envelhecimento ativo.

Namorar faz com se sintam de, novo, jovens, que reinventem e encontrem um novo sentido para a vida. A Sra. Laurinda, por exemplo, refere ainda que “Fui sempre a mesma mulher, este homem fez com que revivesse e com que fosse muito mais feliz, passei a ver a vida de outra forma”.

Para envelhecer ativamente não é só fazer ginástica, dançar, etc. Para envelhecer feliz é preciso envelhecer com os outros, sozinho não se envelhece com qualidade de vida. Para envelhecer feliz é preciso realizar tarefas ligadas à memória, às histórias, às histórias da infância, às histórias que a animadora conta, alguma coisa que envolva as pessoas. A saúde não remete apenas para o corpo, para a dimensão biológica. A saúde, de acordo com a OMS, é um bem estar psicossocial, é global e, portanto, disso resulta também a qualidade de vida na velhice. Se há uma animadora, por exemplo, que gosta de mim, se estou num lar onde me sinto bem e ainda por cima tenho uma namorada, isso aumenta a minha qualidade de vida e por isso eu hoje sou outro (Vieira, 2009), estou mais feliz e reinventei-me (Neri, 2001; Kaufmann, 2001, 2005; Josso, 2010).

Em todos os casos estudados, o namoro ampliou os projetos de vida, a vontade de viver e a qualidade de vida das pessoas, diminuindo a solidão e aumentando o envelhecimento ativo

Fazendo uma avaliação relativamente à família, a este propósito, podemos afirmar que esta poderia ser mais compreensiva em aceitar estas relações. Contudo, muitas encaram-nas com preconceito

e com receio, não compreendendo que isto é para os seus familiares uma forma de combater a solidão muitas vezes provocada pela própria família. Relativamente às outras pessoas também se verifica que veem estes relacionamentos com preconceito.

Se tanto a família como as outras pessoas tentassem imaginar-se numa situação de solidão e desespero, sentindo-se como se tivessem no fim das suas vidas, simplesmente à espera da morte, sem projetos e vontade de viver, talvez valorizassem mais estas pessoas, que apenas tentam tornar os seus dias menos cinzentos.

Finalmente, a nível pessoal, aprendemos a dar ainda mais valor à oportunidade de trabalhar com idosos fantásticos, que nos ensinam que a vida é muito mais do que se idealiza quando somos jovens. Aprendemos que não devemos ligar a coisas mesquinhas da vida, como o que vai pensar a sociedade. Afinal de contas, se estes idosos não se importaram com o que a sociedade iria dizer em relação ao enamoramento, porque não devemos nós aprender com isso?

Hoje sentimo-nos pessoa mais completa, realizada e, sobretudo, mais preparada para os desafios que vamos encontrar ao longo da nossa vida. Por isso, também esta investigação sobre o namoro na velhice nos fez reinventar a nós, na identidade pessoal e profissional.

Fontes e Bibliografia

- Ander-Egg, E. (2009). "Como envelhecer sem ser velho: A animação Sociocultural como meio de dar anos à vida e vida aos anos", in Pereira, J e Lopes, M. (2009). *Animação Sociocultural na Terceira Idad.*, Chaves: Edições Intervenção, pp. 240-248.
- Bosi, E. (1994). *Memória e Sociedade*. São Paulo: Editora Schwarcz, Lda.
- Boutinet, J. (1990). *Antropologia do Projecto*. Lisboa: Instituto Piaget.
- Burgess, R. (2001). *A pesquisa de terreno: uma introdução*. Oeiras: Celta Editora.
- Cacioppo, J. e Patrick, W. (2009). *Abrir a Porta. A importância do afecto e da sociabilidade na nossa vida*. Alfragide: Estrela polar.
- Comissão das Comunidades Europeias (2002). *Resposta da Europa ao Envelhecimento da População Mundial. Promover o Progresso Económico e Social num Mundo em Envelhecimento*, Bruxelas.
- Costa, M. (2006). *Cuidar idosos*. Lisboa: Educa.
- Cozinheiro, S. (2007). *Envelhecer: uma busca de sentido entre ser o que se foi e inventar-se diferente – o caso de cinco idosos*. Tese de Mestrado em Ciências da Educação, Especialização em Educação e Diversidade Cultural. Faculdade de Psicologia e de Ciências de Educação do Porto; Escola Superior de Educação de Leiria.
- Cruz, P. (2008). "Envelhecer activamente..." REDITEIA 41, REAPN, pp.14-17.
- Cruz, P. (2010). *Envelhecimento Activo: mudar o presente para ganhar o futuro*, Coordenação de Constança Paúl e Paula Cruz, Edição REAPN – Rede Europeia Anti-Pobreza / Portugal.
- Cuche, D. (2006). *A Noção de Cultura nas Ciências Sociais*. Lisboa: Fim de Século.
- Diana, R. (2003). *Para envelhecer feliz*. São Paulo: Edições Loyola.
- Diogo, M., Neri, A. e Cachioni, M. (2004). *Saúde e Qualidade de Vida na Velhice*. Campinas - São Paulo: Alínea Editora.
- Fernandes, A. (2004). "Quando a vida é mais longa... Os impactos sociais do aumento da longevidade", in: Maria de Lurdes Quaresma (coord.) *O sentido das idades da vida. Interrogar a solidão e a dependência*. Gerontologia Social, Lisboa, CESDET Edições, pp.13-36.
- Fernandes, A. e Botelho, M. (2007). "Envelhecer activo, envelhecer saudável: o grande desafio". *Fórum Sociológico*, N.º 17 (II Série, 2007), pp. 11-16.
- Fernandez-Ballesteros, R. (2004). *Gerontologia Social*. Madrid: Ediciones Pirámide.
- Fonseca, A. (2005). "O envelhecimento bem sucedido" in Paúl e Fonseca (coord.), *Envelhecer em Portugal*. Lisboa: Climepsi, pp. 281-311.

- Gatto, L. (2002). "Psicossexualidade na Terceira Idade", in Netto, Mattheus Papaléo et al (2002). *Gerontologia - A velhice e o envelhecimento em visão globalizada*. S. Paulo: Ed. Atheneu, pp. 136-145.
- Gil, A. (2007). "Envelhecimento activo: complementaridades e contradições", *Fórum Sociológico*, N.º 17 (II Série, 2007), pp. 25-36.
- Goffman, E. (1999). *A representação do eu na vida cotidiana*. Trad. Maria Célia Santos Raposo. Petropolis: Vozes.
- Goffman, E. (1988). *Estigma: notas sobre a manipulação da identidade deteriorada*. Rio de Janeiro: Guanabara.
- Guerra, I. (2006). *Pesquisa Qualitativa e Análise de Conteúdo – Sentidos e Formas de Uso*. Estoril: Príncipia.
- Gusmão, N. (Org.) (2003). *Infância e velhice*. Campinas, São Paulo: Alínea.
- Gusmão, N. (Org.) (2005). *Cinema, Velhice e Cultura*. São Paulo, Campinas: Alínea Editora.
- Gusmão, N. (2005). Velhice, Cinema e o Trânsito do Tempo, in Gusmão, Neusa (Org.) (2005). *Cinema, Velhice e Cultura*. São Paulo, Campinas: Alínea Editora, pp. 73-89.
- Hall, S. (2003). *A Identidade cultural na pós modernidade*. Rio de Janeiro: DP&A editora.
- Jacob, L. (2007). *Animação de Idosos*, Col. A Idade do Saber. Porto: Âmbar.
- Josso, M. (2010). *Caminhar para si*. Porto Alegre – Brasil: Edipucrs.
- Kaufmann, J. (2001). *Ego, para uma sociologia do indivíduo*. Lisboa: Instituto Piaget.
- Kaufmann, J. (2005). *A Invenção de Si – Uma Teoria da Identidade*. Lisboa: Instituto Piaget.
- Lima, M. (2004). *Posso participar? Actividades de desenvolvimento pessoal para idosos*. Coleção Idade do Saber. Porto: Ambar.
- Lopes, M. (2007). A animação sociocultural em Portugal. In *Animação sociocultural: Portugal*, vol.1, nº1, Out. 2006/Fev. 2007.
- Maalouf, A. (2002). *As Identidades Assassinas*. Algés: Difel Difusão Editoria, S.A.
- Machado, P. (2007). "Reflectindo sobre o conceito de envelhecimento activo, pensando no envelhecimento em meio urbano", *Fórum Sociológico*, N.º 17 (II Série, 2007), pp. 53-63.
- Magalhães, A. (2001). O síndrome de Cassandra: reflexividade, a construção de identidades pessoais e a escola, in Stoer S., Cortesão, L. e Correia J. (org), *Transnacionalização da Educação*. Porto: Edições Afrontamento.
- Morse, J. (2007). *Aspectos Essenciais de Metodologia de Investigação Qualitativa*. Coimbra: Formasau.
- Neri, A. e Debert, G. (2004). *Velhice e Sociedade*. São Paulo: Papyrus Editora.
- Neri, A. (org.) (2001). *Maturidade e Velhice: Trajectórias individuais e socioculturais*. São Paulo: Papyrus.

- Netto, M. et al (2002). *Gerontologia- A velhice e o envelhecimento em visão globalizada*. S. Paulo: Ed.Atheneu.
- Pais, J. et al. (1999). *Traços e riscos de vida*. Porto: Âmbar.
- Pais, J. (2006). *Nos rastros da solidão, deambulações sociológicas*. Porto: Ambar.
- Paúl, C., Fonseca, A., Martín, I. e Amado, J. (2005). Satisfação e Qualidade de Vida em Idosos Portugueses. In Paúl, C., Fonseca, A. (Coords.), *Envelhecer em Portugal*. Lisboa: Climepsi pp. 75-95.
- Pereira, J e Lopes, M. (2009). *Animação Sociocultural na Terceira Idade*. Chaves: Edições Intervenção.
- Pimentel, L. (2001). *O lugar do idoso na família: contextos e trajetórias*. Coimbra: Quarteto.
- Pimentel, L. (2009). “Quando a solidão está no meio da multidão: o papel dos assistentes sociais no desenvolvimento de estratégias de articulação entre as famílias e as instituições de acolhimento a pessoas idosas”, *Intervenção Social*, nº35, pp. 241-249.
- Pimentel, L. e Albuquerque, C. (2010). “Solidariedades Familiares e o Apoio a Idosos. Limites e Implicações”, *Textos & Contextos* (Porto Alegre), v. 9, n. 2, pp. 251 – 263.
- Pinto, P., Fernandes, A. e Botelho, M. (2007). “Envelhecimento activo e estilos de vida saudáveis: a actividade física”, *Fórum Sociológico*, N.º 17 (II Série, 2007), pp. 43-51.
- Pitaud, P. (2004). “Acerca dos laços sociais. Reflexão sobre o isolamento e solidão entre os idosos”, *Futurando nº11/12/13*, pp. 45-55.
- Poirier, J. (1995). *Histórias de Vida, Teoria e Prática*. Oeiras: Celta.
- Quaresma, M. (2007). “Envelhecer com futuro”, *Fórum Sociológico*, N.º 17 (II Série, 2007), pp. 37-42.
- Ribeiro, A. (2002). “Sexualidade na Terceira Idade”, in Netto, Mattheus Papaléo et al (2002). *Gerontologia- A velhice e o envelhecimento em visão globalizada*. S. Paulo: Ed. Atheneu, pp. 124-135.
- Ribeiro, O. e Paúl, C. (2011). *Manual do Envelhecimento Activo*. Lisboa: Lidel - Edições Técnicas.
- Roselló, F. (2009). *Antropologia do Cuidar*. Petrópolis: Editora Vozes.
- Rosnay, J., Schreiber, J., Closets, F. e Simonnet, D. (2006). *Viver mais e melhor. Uma longevidade activa na sociedade actual*, Lisboa: Editorial Presença.
- Serviço Social e Sociedade (2003). *Velhice e Envelhecimento*, n.º 75 Ano XXIV, Cortez Editora.
- Tamer, N. e Petriz, G. (2007). *A Qualidade de Vida dos Idosos*. In Osório, A., Pinto, F. (Coords.), *As Pessoas Idosas*. Lisboa: Instituto Piaget, pp. 181-201.
- Thompson, P. (2002). *A voz do passado: história oral*. Rio de Janeiro: Paz e Terra.
- Vaz, E. (2008). *A Velhice na Primeira Pessoa*. Penafiel: Editorial Novembro.
- Velho, G. (1994). *Projeto e Metamorfose – Antropologia das Sociedades Complexas*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar.

- Viegas, S. e Gomes, C. (2007). *A identidade da velhice*. Edições Âmbar.
- Vieira, R. (1999). *Histórias de Vida e Identidades*. Porto: Edições Afrontamento.
- Vieira, R. (2000). *Ser Igual, Ser Diferente – Encruzilhadas da Identidade*. Profedições.
- Vieira, R. (2003). “Vidas Revividas: a etnografia e a descoberta de novos sentidos” in CARIA, Telmo (Org.). *Experiência Etnográfica em Ciências Sociais*, Porto: Afrontamento.
- Vieira, R. (2004). Entrevista etnobiográfica: A auto e a hetero descoberta de sentidos. In Actas dos ateliers do V Congresso da Associação Portuguesa de Sociologia. Sociedades Contemporâneas: Reflexividade e Acção – Teorias e Metodologias de Investigação.
- Vieira, R. e Cozinheiro, S. (2007). A entrevista biográfica na (re)construção de cinco histórias de ser e se tornar idoso(a). In Cruz, F. (Org.), Actas do III Congresso Internacional de Etnografia, Cabeceiras de Basto: AGIR, DVD – ISBN 978-989-8170-00-2, pp. 151-168.
- Vieira, R. (2008). “As histórias de vida como instrumento de investigação e (auto)formação de professores, imigrantes e idosos”, in Passeggi, M.C. e Souza, E. (Org.) (2008). *(Auto)Biografia: Formação, Territórios e Saberes*, Natal /RN: EDUFRN e Paulus.
- Vieira, R. et al (2009). “Envelhecimento e Autonomia”, in Vieira, R.; Margarido, C. Mendes, M. (2009) (Orgs.). *Diferenças, Desigualdades, Exclusões e Inclusões*. Porto: Afrontamento.
- Vieira, R. (2009). *Identidades Pessoais – Interações, Campos de Possibilidade e Metamorfoses Culturais*. Edições Colibri/CIID: Instituto Politécnico de Leiria.
- Vieira, R. (2012). “Trajetórias de vida, subjetivação e qualidade de vida de idosos”. Comunicação apresentada na UTAD, 3º Ciclo de conferências em Serviço Social, em publicação.
- Vieira, R., Margarido, C., Marques, J. (2013). *Partir, Chegar, Voltar... Reconfigurações Identitárias de Brasileiros em Portugal*. Edições Afrontamento/CIID: Instituto Politécnico de Leiria.

Webgrafia

- Alberoni, F. (2002). *Enamoramento e Amor*. Innamoramento e amore. Milano, Garzanti Editore, 2002. Tradução e síntese: Ir. Paulo Dullius. Retirado em 18 de Outubro de 2013, de : http://www.academia.edu/1059943/Consideracoes_sobre_o_Amor_ea_Sexualidade_na_Maturidade.
- Almeida, T. (2008). “As (im)possibilidades afetivo-sexuais para a velhice frente ao novo Milénio”, in *Revista Transdisciplinar de Gerontologia*, n.º temático de Amor no processo de Envelhecimento, Universidade Sénior Contemporânea. Ano II, Ed Esp. Retirado em 21 de Novembro de 2012, de http://arquivosusc.no.sapo.pt/revista_de_gerontologiaedespecial.pdf.

Almeida, T. e Lourenço, M. (2008). Amor e sexualidade na velhice: direito nem sempre respeitado, in *RBCEH, Passo Fundo*, Vol. 5, N.º 1, pp 130-140. Retirado em 18 de Outubro de 2012, de <http://www.upf.br/seer/index.php/rbceh/article/view/104/187>.

Antunes, E., Mayor, A., Almeida, T. e Lourenço, M. (2001). Considerações sobre o amor e a sexualidade na maturidade, in *Pensando Famílias*, 14(2), dez. 2010; (121-138). Retirado em 24 de Janeiro de 2013, de: <http://www.relal.com.co/documentos/serhermano/ProgramaFormadoresLasallistas/Vinculosafectos-y-Acompanamiento/Documentos-Alberoni/ALBERONIENAMORAMENTO-E-AMOR.pdf>.

Arcuri, I. (2008). “Apresentação da Edição: amor no processo de envelhecimento”, in *Revista Transdisciplinar de Gerontologia*, n.º temático de Amor no processo de Envelhecimento, Universidade Sênior Contemporânea. Ano II, Ed Esp. Retirado em 21 de Novembro de 2012, de: http://arquivosusc.no.sapo.pt/revista_de_gerontologiaedespecial.pdf.

Cardoso, M e Ferreira, M. (2009). Psicologia Ciência e Profissão, 29 (2), 380-393- *Envolvimento Religioso e Bem-Estar Subjetivo em Idosos*, Universidade Salgado de Oliveira. Retirado em 22 de abril de 2013 de: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/pcp/v29n2/v29n2a13.pdf>.

Fernandes, H. (2007). Solidão em idosos do meio rural do concelho de Bragança. Dissertação apresentada à Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação para obtenção do grau de Mestre em Psicologia do Idoso. Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação. Retirado em 21 de Novembro de 2012, de: <https://bibliotecadigital.ipb.pt/bitstream/10198/2668/1/Solidao%20em%20idosos%20do%20meio%20rural%20do%20concelho%20de%20Braganca.pdf>

Gunter, R. (2010). Romeu e Julieta: do enamoramento ao desenamoramento como fundantes do vínculo Conjugal. Contemporânea - Psicanálise e Transdisciplinaridade, Porto Alegre, n.10, Jul/Dez 2010: Retirado em 12 de Novembro de 2012, de: <http://www.revistacontemporanea.org.br/site/wp-content/artigos/RomeueJulieta.pdf>.

Lazzarini, A. (2009). *Namoro na Terceira Idade: Mudanças na vida Pessoal, Familiar e Social*. Monografia apresentada para a obtenção do grau de Bacharel em Psicologia da Universidade do Vale do Itajaí. Retirado em 21 de Novembro de 2012, de: <http://siaibib01.univali.br/pdf/Andrea%20Caroline%20Lazzarini.pdf>.

Pimentel, L. (2008). “Entre o dever e os afectos: os dilemas de cuidar de pessoas idosas em contexto familiar”, *Actas do VI Congresso Português de Sociologia*, 25 a 28 de Junho de 2008, Lisboa, Associação Portuguesa de Sociologia, Retirado em 15 de Janeiro de 2013, de: <http://www.aps.pt/vicongresso>.

World Health Organization – WHO - (2005). Envelhecimento ativo: uma política de saúde. Tradução de Suzana Gontijo – Brasília – Organização Pan-Americana da Saúde. Retirado em 18 de Dezembro de 2012, de http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_ativo.pdf.

Fontes Orais

Entrevistas (duas) ao Sr. Manuel Marques de 88 anos.

Entrevistas (duas) ao Sr. Joaquim Júnior de 83 anos.

Entrevistas (duas) à Sra. Nazaré Martins de 88 anos.

Entrevistas (duas) ao Sr. António Garrido de 90 anos.

Entrevistas (duas) à Sra. Laurinda Neves de 80 anos.

Apêndices

Apêndice A. Instrumentos Relativos às entrevistas Realizadas ao Sr. Manuel Marques

Apêndice A1. Guião da primeira entrevista realizada ao Sr. Manuel Marques

Guião da primeira entrevista
Questões:
1. Como é que tudo começou?
2. Alguma vez pensou que se voltaria a juntar com alguém?
3. Como é que a sua família encarou este namoro? E as outras pessoas?
4. O que mudou na sua vida?

Apêndice A2. Sinopse da primeira entrevista realizada ao Sr. Manuel Marques

Sinopse da primeira entrevista realizada ao Sr. Manuel Marques		
Categorias	Extratos da Entrevista	Interpretações
1. Início do Namoro	[...] “Eu comecei a falar para ela (ela entrou para o lar) (Carmina Seco), é igual como a gente estar aqui a falar um com o outro, palavra puxa palavra e a palavra é como as cerejas, se agente gosta das palavras vai continuando e vamos sabendo qual a ideia da pessoa” [...]	As cerejas como início de conversa
2. O que é um Namoro (definição)	“É uma conversa com parte de amizade e amor de um para com o outro. Ela disse-me, oh Sr. Manuel eu gosto muito das suas conversas...[...] E eu disse, eu não é só gostar das suas conversas, eu gosto muito da sua pessoa.” [...]	Demonstração de afetos
3. As mudanças	[...] “Iamos passear para o jardim, íamos ao café da minha sobrinha tomar dois cafezinhos a tarde todos os dias, cada um encostado à sua bengala...”[...] “Eramos dois velhinhos que andávamos pelo caminho mas já com pouca coragem, mas fazíamos o esforço.” [...] “Eramos um casalinho sempre junto.” [...]	Passeios Coragem
4. Imaginava que poderia voltar a namorar	[...]“Nunca pensei, e dizia para ela assim, olha rapariga fizemos uma coisa que eu estou muito satisfeito e muito admirado, nunca pensei na minha ideia de agente se ajuntar um com o outro. Ela dizia o mesmo.” [...]	Satisfação por ter encontrado uma companheira
5. O olhar dos outros	[...] “Oh pai você com esta idade não estava bem sozinho? E eu disse, olhem filhos eu encontrava-me triste em estar sozinho, vocês tratam da vossa vida e eu estou aqui.” [...] “É precisamente a gente fazer uma pequena ideia, um rapaz começa a namorar uma rapariga, começa a gostar dela, começa a apaixonar-se por ela e depois vai dar um enlaço, casamento, mas eu juntei-me não me casei.” [...] “Quantos aos outros idosos cada um é senhor de sua vontade.” [...]	Preconceito por parte dos filhos
6. O medo / receios		
7. Como e o que fazer		
8. O projeto (casar, juntar, ir para o mesmo sítio)	[...]“As empregadas começaram a ver a gente sempre a perder um bocadinho de tempo a conversar no corredor e tal de um lado para o outro.” [...] “E o que é que elas começaram a fazer passavam duas para a frente e ficavam outras duas à retaguarda a observar, a ver o que se estava a passar, e eu dizia assim para ela. Oh Carmina nós estamos bem guardados, evitamos de ter medo, andam as polícias ali para a frente, há retaguarda outras duas. Mas é claro nós não vamos ter medo, sabes porquê? Porque nós não vamos fazer coisas que não se devem fazer”[...] “Casar não, porque o subsídio é pequeno e se eu me casar cortam-me o subsídio da minha senhora, e então não dá. Mas a Carmina disse que gostava mais que casássemos um com o outro. Eu disse-lhe que não podia porque isso me ia prejudicar e se ela quisesse assim tudo bem caso não quisesse”[...]	Visão das funcionárias A decisão de não casar legalmente
9. Preparativos	[...] “As funcionárias foram falar com a Dra. Ana (Assistente Social) e comunicaram-lhe o que se passava.” “A Dra. Ana veio ter comigo e perguntou-me, oh Sr. Manuel você anda a falar com fulana assim assim? Você gosta dela? Oh Pois gosto. Então mas olhe lá você gosta dela mas com que intenção? Dra. Ana a minha intenção era se a casa autorizasse a gente se juntar um com o outro, casar não por isto assim assim... Então a Dra. Ana disse que ia preparar as coisas toda. Prepare mas olhe que eu não tenho dinheiro para pagar, por isso preparem as coisas à maneira que não me prejudique” [...]	Comunicado da intenção de se juntarem
10. O “Casamento”	[...]“A instituição ponderou e deu um quarto nos juntamos os dois. A Dra. Ana foi madrinha e o Sr. Dionísio (funcionário da (SCMS) foi padrinho... eu e a Carmina compramos um bolo que custou 10 contos [...] Juntou-se muita gente como se fosse mesmo um casamento sério”[...]“Fiquei muito satisfeito de nos deixarem fazer conjunto, deixámos de estar sozinhos, foi uma coisa feita com muito gosto e muita alegria foi uma mudança para melhor pois estavam os dois desamparados.” [...]“No dia que nos juntamos sabe o que nos fizeram? Fizeram-nos a cama e encheram os lençóis cheios de açúcar. Eu virei-me para a Carmina e disse, oh rapariga isto é uma coisa que vai puxar para aqui as formigas. Sacudimos o lençol e fomos dormir” [...]“As empregadas passaram a noite à beira da porta mas a gente fez um silêncio que nos deitamos na cama sossegadinhos e elas estava à espera de ver o que se passava, mas não se passou nada”[...]	Disponibilidade da instituição para a aceitação do ajuntamento A partida das funcionárias
11. Desabafo	[...]“Acompanhei-a até ao último momento da sua vida. Fui ao funeral e levei o corpo até ao cemitério” [...] “Foram bons tempos, ótimos, foi pena ela morrer tao cedo.”[...]	O acompanhamento até ao último momento, o luto

Apêndice A3. Guião da segunda entrevista realizada ao Sr. Manuel Marques

Guião da Segunda Entrevista	
Dimensão Objetiva	
<p>1. Em que ano veio para o lar?</p> <p>2. Qual o motivo da vinda para o lar?</p> <p>3. Há quantos anos estão juntos desde que assumiram o namoro?</p>	
Dimensão Subjetiva	
Tema/Questões	Eventuais Perguntas
4. Como descreve e sua relação	
5. Significado do namoro	<ul style="list-style-type: none"> • Como descreve a sua relação? • O que é o namoro para si?
6. As mudanças pessoais e sociais resultantes do enamoramento.	<ul style="list-style-type: none"> • O que é que mudou na sua vida com o namoro? • Passou a vestir-se de outra forma? • Começou a passear mais?
7. A importância do namoro para a qualidade de vida e para o Envelhecimento Ativo.	<ul style="list-style-type: none"> • É importante porquê? • Passou a ser outro? • Passou a ser mais feliz? • Comemoram datas?

Apêndice A4. Sinopse da segunda entrevista realizada ao Sr. Manuel Marques

Sinopse da segunda entrevista realizada ao Sr. Manuel Marques		
Categorias	Extratos da Entrevista	Interpretações
1. Ano da vinda para o lar.	[...] “Vim em 2005 para o Centro de Dia e só em 2007 consegui vaga para vir para o lar e ficar cá a dormir...[...].”	Tempo que estão juntos.
2. Motivo da Vinda para Lar.	[...] “Vim para cá porque a minha falecida querida mulher morreu [...] fiz um contrato com os meus filhos, de lhe dar um tanto por mês para eles me limparem a casa fazer a comida e tudo o que precisasse [...] começou a haver problemas entre eles por causa dos dinheiro [...] a cabeí com os problemas e disse que se chateassem e foi ai que tomei a decisão de ir para o lar”. “Mais tarde é que se passou a passagem de namorar com a Carmina. Mas antes da Carmina namorei com a Alicinha mas ela queria casar e eu disse-lhe sempre que não” “Depois começamos à conclusão de falar com a Carmina”. “Nós eramos um namoro mas nada de coisas que ofendessem a casa”. “As empregadas começaram a falar descobriram o namoro.” [...]	Morte da mulher como motivo de vinda para lar. Contrato com filhos para olharem por ele. As namoradas. Descoberta do namoro pelas funcionárias.
3. Quantos anos estão juntos.		
4. Como descreve a relação.	[...] “Era uma relação com muita amizade, com muito gosto, com muito prazer, com muita alegria, porque é claro é uma coisa que se faz com todo o gosto com todo o prazer com toda alegria, porque é uma realização que se vai fazer de uma mulher com um homem, eu entendo que é uma realização que a rapariga e o rapaz tem um para com o outro por gostar de fazer um convívio, um namoro até que Deus nos dê vida, (não contém as lágrimas) ”.	Demonstração de sentimentos.
5. O que é o namoro	“É uma amizade que ganha a rapariga como o rapaz, se ganhou aquela amizade conclusão de ele tem de lhe perguntar se é da vontade dela ser da sua companhia.” [...]	Definição de namoro. Pergunta se quer ser sua companheira.
6. Mudanças após o namoro		
7. Passou a vestir-se de outra forma.	[...] “Não, era igual, mas ela gostava que eu me vestisse bem, eu sentia-me vaidosos por ter uma companheira que tinha todo o gosto de estar na minha companhia [...] quando eu me vestia ela dizia-me vira-te lá para mim para eu ver e dizia, tás muito jeitoso sim senhor”.	Ela gostava de o ver bem arranjado.
8. Começou a passear mais.	[...]“Sim íamos dar as nossas voltinhas ao parque, as vezes lanchávamos na pastelaria e todos os dias depois do almoço bebíamos café no café da minha sobrinha”. “As vezes ia ali a baixo e comprava-lhe uma broinha quentinha e trazia-lhe e ela ficava toda contente”. “Isto era a parte do amor”.	Passeios ao parque. Lanches na pastelaria. O bolo com significado do amor
9. Importância do namoro para a qualidade de vida e Envelhecimento Ativo	“Os anos passaram com mais satisfação e mais alegria, muito importante, uma pessoa via-se sozinho e voltar a ter uma pessoa na minha companhia foi uma satisfação muito grande”[...]” Eu acho que é uma satisfação que não tem fim”.	Passagem do tempo com mais satisfação. Solidão. Satisfação não tem fim.
10. Passou a ser outro	[...]“Eu era o mesmo mas muito mais satisfeito, realizado e contente por ter a Carmina ao meu lado”.	Satisfação por ter a companheira ao seu lado.
11. Ficou mais feliz	“Efetivamente, foi pena que estivemos pouco tempo juntos mas o tempo que estivemos juntos foi vivido com muita intensidade e com muito gosto”.	Lamenta o pouco tempo que estiveram juntos. Intensidade com que viveram os momentos.
12. Comemoram datas	“Eu oferecia-lhe sempre uma prenda quando fazia os anos e ela a mim a mesma coisa. Também comemorávamos o namoro.” [...]	Prenda para assinalar data.

Apêndice B. Instrumentos Relativos às entrevistas Realizadas ao Sr. Joaquim Júnior

Apêndice B1. Guião da primeira entrevista realizadas ao Sr. Joaquim Júnior

Guião da primeira entrevista	
Questões:	
1.	Como é que tudo começou?
2.	Alguma vez pensou que se voltaria a juntar com alguém?
3.	Como é que a sua família encarou este namoro? E as outras pessoas?
4.	O que mudou na sua vida?

Apêndice B2. Sinopse da primeira entrevista realizada ao Sr. Joaquim Júnior

Sinopse da primeira entrevista realizada ao Sr. Joaquim Júnior		
Categorias	Extratos da Entrevista	Interpretações
1. Início do Namoro	[...]“Eu não conhecia a Nazaré nem tínhamos confiança um com o outro”[...] “A minha vida é ler, gosto de ler coisas que digam como ajudar as outras pessoas. E estava sentado ali em baixo (hall de entrada da SCMS) onde estava também a Nazaré, ainda não nos conhecíamos e apareceu a neta e começo a discutir com a avó por causa de dinheiro (Nazaré tem uma boa reforma e tem posses), e eu defendi a Nazaré da neta sem saber das suas posses.” [...] [...] “No dia seguinte a Nazaré foi agradecer-me. E começou tudo ali, começamos a conviver a sério e estivemos alguns seis meses sem ninguém saber de nada. Passados oito dias encontramos-nos e começamos a falar e foi conversa...”[...] “Hoje digo, não fazemos a assinatura por causa das perdas das reformas”.	Não se conheciam. Discussão como motivo do namoro.
2. O que é um Namoro (definição)	“Uma amizade insuportável, adoramos viver um com o outro.” [...] “Era-mos duas pessoas disponíveis a passar mal e agora mudou, precisamos da companhia um do outro.” [...] “Nos nunca ... é só amizade. Estou muito feliz. É muito bonito quando agente se compreende”. “Fui casado quarenta e oito anos e não tive mais amor do que tenho a esta”.	Amizade insuportável. Companhia como forma de viver.
3. As mudanças		
4. Imaginava que poderia voltar a namorar	“Nunca, só a amizade que começamos a apanhar é que me virou, que eu nunca tinha pensado nisso [...] A minha filha quando fiquei viúvo dizia-me muitas vezes para eu procurar uma companhia e eu até me chateava com ela”.	Incentivo por parte da filha
5. O olhar dos outros	“Encaram bem, aceitaram mas alertaram-me par ater cuidado, mas eu estou muito feliz e ela na mesma”[...] “As outras pessoas criticaram muito e mostravam muita inveja, mas nos não lhes ligamos”.	Aceitação pela família. Críticas por parte dos colegas.
6. O medo / receios		
7. Como e o que fazer		
8. O projeto (casar, juntar, ir para o mesmo sítio)		
9. Preparativos		
10. O Casamento		

Apêndice B3. Guião da segunda entrevista realizada ao Sr. Joaquim Júnior

Guião da Segunda Entrevista	
Dimensão Objetiva	
1. Em que ano veio para o lar? 2. Qual o motivo da vinda para o lar? 3. Há quantos anos estão juntos desde que assumiram o namoro?	
Dimensão Subjetiva	
Tema/Questões	Eventuais Perguntas
4. Como descreve e sua relação	
5. Significado do namoro	<ul style="list-style-type: none"> • Como descreve a sua relação? • O que é o namoro para si?
6. As mudanças pessoais e sociais resultantes do enamoramento.	<ul style="list-style-type: none"> • O que é que mudou na sua vida com o namoro? • Passou a vestir-se de outra forma? • Começou a passear mais?
7. A importância do namoro para a qualidade de vida e para o Envelhecimento Ativo.	<ul style="list-style-type: none"> • É importante porquê? • Passou a ser outro? • Passou a ser mais feliz? • Comemoram datas?

Apêndice B4. Sinopse da segunda entrevista realizada ao Sr. Joaquim Júnior

Sinopse da segunda entrevista realizada ao Sr. Joaquim Júnior		
Categorias	Extratos da Entrevista	Interpretações
1. Ano da vinda para o lar.	[...]“Ela faleceu em 2002 e estive 3 anos em casa e vim para o lar em 2005”.	Ano da vinda para o lar.
2. Motivo da Vinda para Lar.	“Vim para o lar por causa das tralfulhices de um genro com dinheiro, que assinou um papel com o meu nome e às custas disso aquele miserável fez-me passar uma noite na cadeia.” [...] “Foi por causa dele que decidi vir para o lar” [...] “Quem também me motivou a vir para o lar foi uma prima minha, muito minha amiga que estava aqui no lar e que me via muito abalado com as mágoas todas, e que tinha esperança que o Tónio dela também quisesse ir se eu fosse” [...] “Depois a Dra. Ana Chamou-me a uma quarta feita para eu falar com ela e na segunda- feira estava a entrar para o lar”. [...]“Quando vim para o lar foi sem o consentimento da minha filha, e só no fim de cá estar a dormir é que lhe disse, e ela começou logo a chorar, porque naquela altura as pessoas falavam que era uma vergonha das famílias porem as pessoas nos lares, e além disso ela sabia que eu tinha muitas pretendentes e que podia ficar por casa, mas eu não queria nada com mais nenhuma mulher”. “Aceitei a Nazaré porque tenho pena dela”. “Eu adoro-a e acho sinceramente que se um de nós for embora o outro vai logo também”. “É muito boa pessoa, é muito boa pessoa e adora viver comigo, agora a outra vida que não interessa eu não te digo não interessa nada para aqui, o convívio é o mais importante” [...]“Quando estava em casa eu fazia tudo, até a broa cozia. E costura? Eu ainda hoje costuro as minhas roupas, quando estava em casa emagreci e tive de escangalhar a minha roupa toda, preparei-a toda à máquina para vestir”.	Veio para o lar por causa do genro. A prima também o motivou na esperança de o homem também ir. Entrou para o lar sem a filha saber. Vergonhas de famílias colocarem os familiares nos lares. Adora a companheira. Dá valor ao convívio. Em casa fazia tudo.
3. Quantos anos estão juntos.	“Estamos juntos vai para três anos, faz em agosto” [...]“Como já disse eu não tinha interesse em mulheres como já lhe tinha dito”[...] “Calhou a estar ao pé dela quando a neta chegou e começou a tentar enganar a avó”[...]“Eu sempre fui aquela pessoa que sabia e compreendi”. “E depois como a ajudei a defender-se da neta e passaram-se ainda duas ou três semanas até a Nazaré ir ter comigo para me agradecer o jeito que lhe fiz, e foi aí que tudo começou a conversa de modo a que nunca mais acabou”.	Estão juntos à 3 anos. Não tinha interesse em se voltar a juntar. Ajudou a companheira a defender-se, da neta.
4. Como descreve a relação.	“É o meu bem-estar, é a minha querida esposa como a outra já partiu” [...]“Só me encontro feliz ao lado dela, e ela ao pé de mim”	Considera-a igual à sua esposa. Só esta feliz ao seu lado.
5. O que é o namoro		
6. Mudanças após o namoro	“Só mudou uma coisa, aquele sintoma que eu tinha da minha falecida passou, com o nosso convívio, com amizade e com o carinho dela” [...] “Sempre fui muito maroto e eu vinha da rua mais ela e fomos à Dra. Ana e dissemos eu e a dona Nazaré na rua fazemos vida de casados e aqui na casa guardamos todo o respeito”. “Andamos mais de um mês ou dois que ninguém sabia de nada”.	Sintoma da morte da mulher desapareceu. Andaram um mês ou dois sem ninguém saber que namoravam.
7. Passou a vestir-se de outra forma.	“Nunca fui vaidoso e gabadinho, nunca me esquece da vida que passei com Nazaré (esfrega as mãos), nunca discutimos um com o outro e opois eu tenho um feito muito especial desta maneira”. [...] “A minha falecida tinha uma manira de ser e eu nunca dizia nada e deixava passar e por isso nunca discutimos”. “A Nazaré tem um problema, na delicadeza mas ela já modificou muito”.	Não se considera vaidoso e gabarolas. Nunca discutiu com a namorada. Diz que a namorada tem feito especial.
8. Começou a passear mais.	“Muito, muito mas digo que se não fosse o caso de ter esta doença já não estávamos aqui a dormir, até podíamos estar no centro de dia mas a dormir não”.	Se não tivesse doente estavam só no centro de dia. Mais passeios.
9. Importância do namoro para a qualidade de vida e Envelhecimento Ativo	“Eu nesta altura da minha vida nem sei como é que hei-de dizer isto é um ser de vida tão importante como se tivesse 25 anos, viver com ela[...]”.	Novo sentido para a vida, como se tivesse 25 anos.
10. Passou a ser outro	“A minha vida era uma vida morta agora não, é uma vida de convívio, se eu estivesse sozinho nem sei se aqui estaria.” [...]	A sua vida passou a ser de convívio.
11. Ficou mais feliz	“Nem pensar, nem pensar (refere-se ao oposto), e ela então só se encontra feliz se eu estiver aqui”.	Sente-se feliz mas não utiliza o termo correto para o dizer.
12. Comemoram datas	“Andámos alguns três meses a conviver e eu nesse período de tempo é que isso começou a agarrar, eu gostava e ela gostava mas eu não pensava em aceitar.” [...] “Gostamos muito um do outro, não fazes ideia, viver sem ela é impossível e para ela então.” [...]	Ele gostava muito dela e ela dele, mas nunca pensou aceitar. Viver sem ela seria impossível.

Apêndice C. Instrumentos Relativos às entrevistas Realizadas à Sra. Nazaré Martins

Apêndice C1. Guião da primeira entrevista realizada à Sra. Nazaré Martins

Guião da primeira entrevista
Questões:
1. Como é que tudo começou?
2. Alguma vez pensou que se voltaria a juntar com alguém?
3. Como é que a sua família encarou este namoro? E as outras pessoas?
4. O que mudou na sua vida?

Apêndice C2. Sinopse da primeira entrevista realizada à Sra. Nazaré Martins

Sinopse da primeira entrevista realizada a Sra. Nazaré Martins		
Categorias	Extratos da Entrevista	Interpretações
1. Início do Namoro	“Começou aqui no lar, começámos a conversar um com o outro e depois fomos conversando, a gostar das conversas, ate que chegou a sermos amigos, bastante amigos.” [...] “Falava-mos muito. Ele conversa conversas que calhou dar bem um, com o outro ... ele é uma companhia”. “Conheci ele e começamos a dar-nos bem um com o outro e nasceu uma amizade com todo o respeito.”	Amizade enquanto conversa.
2. O que é um Namoro (definição)	“Vale apenas pelo companheirismo. Viver só era muito triste. Não é todas as pessoas que servem para conversar com a gente. Nós demo-nos muito bem.” [...] “Nós conversamos e desabafamos um com o outro e ajuda agente a viver.”	Conversa ajuda a viver.
3. As mudanças	“Mais alegre e mais contentes, temos mais amizade e companhia com quem desabafar e conversar quando se esta triste.” [...] “Já temos o apoio um do outro. Vamos passear e conversamos muito, é uma amizade sincera.”	Como se sente.
4. Imaginava que poderia voltar a namorar	“Não nunca pensei, de jeito nenhum, mas como vim para aqui e comecei a conversar depois com uma conversa foi a outra e ganhamos aquela amizade que eu não conheci desde a morte do meu marido.” “Fiquei desesperada com a morte do meu marido e com o apoio dele foi mais fácil.” “A solidão é muito triste.”	
5. O olhar dos outros	“A minha nora aceitou este convívio e conversa.” [...] “Os companheiros do lar criticavam, mas houve um que apoiou.”	Criticas.
6. O medo / receios	“Eu tinha medo de estar sozinha e vim para o lar para não estar sozinha, eu não aguentava estar sozinha e vim para aqui (lar SCMS).” [...]	Medo de estar só.
7. Como e o que fazer		
8. O projeto (casar, juntar, ir para o mesmo sítio)		
9. Preparativos		
10. O Casamento		

Apêndice C3. Guião da segunda entrevista realizada à Sra. Nazaré Martins

Guião da Segunda Entrevista	
Dimensão Objetiva	
1. Em que ano veio para o lar? 2. Qual o motivo da vinda para o lar? 3. Há quantos anos estão juntos desde que assumiram o namoro?	
Dimensão Subjetiva	
Tema/Questões	Eventuais Perguntas
4. Como descreve e sua relação	
5. Significado do namoro	<ul style="list-style-type: none"> • Como descreve a sua relação? • O que é o namoro para si?
6. As mudanças pessoais e sociais resultantes do enamoramento.	<ul style="list-style-type: none"> • O que é que mudou na sua vida com o namoro? • Passou a vestir-se de outra forma? • Começou a passear mais?
7. A importância do namoro para a qualidade de vida e para o Envelhecimento Ativo.	<ul style="list-style-type: none"> • É importante porquê? • Passou a ser outro? • Passou a ser mais feliz? • Comemoram datas?

Apêndice C4. Sinopse da segunda entrevista realizada à Sra. Nazaré Martins

Sinopse da segunda entrevista realizada à Sra. Nazaré Martins		
Categorias	Extratos da Entrevista	Interpretações
1. Ano da vinda para o lar.	"Vai fazer 3 anos em Agosto".	
2. Motivo da Vinda para Lar.	"Estava em casa sozinha e não podia fazer nada e estava muito sozinha e não tinha família que estivesse ao pé de mim." [...] "Vim para o lar por via de me encontrar sozinha, fiquei viúva, sozinha e fiquei desesperada" [...] Andei no centro de dia 1 ano até ter vaga".	Estava só. Não tinha família perto. Andou no centro de dia.
3. Quantos anos estão juntos.	"Vai fazer 3 anos".	Tempo que estão juntos.
4. Como descreve a relação.	"Amizade que a gente tem e que eu gosto do feitio dele." [...]	Amizade. Gosta do feitio dele.
5. O que é o namoro	"Encaro como grandes amigos e com confiança. Desabafa com ele pois não é com todas as pessoas que se pode desabafar".	Consideram-se amigos com grande confiança.
6. Mudanças após o namoro	"Eu senti que estou bem porque tenho a amizade dele e é por isso que estou aqui e talvez não tivesse aguentado." [...] "É difícil encontrar pessoas de confiança. Toda a vida vivi com muita família e quando vim para aqui fiquei desesperada e não aguentei. O meu marido faleceu quando eu estava no hospital e quando vim para casa fiquei em choque, sem ter ninguém".	Está bem porque tem esta amizade. Não teria aguentado estar só. Dificuldade encontrar pessoa confiança. Choque de voltar do hospital e o marido ter falecido, estava só.
7. Passou a vestir-se de outra forma	"Eu sempre gostei de andar bem preparada".	Gosto de andar bem preparada.
8. Começou a passear mais.	"Sim sem dúvida até íamos à praia".	Passeios e idas à praia.
9. Importância do namoro para a qualidade de vida e Envelhecimento Ativo	"Realmente esta relação é importante, mas vivemos como dois namorados e isso ajuda agente a viver. Eramos duas pessoas disponíveis e juntas vamos nos apoiando e assim viveremos mais certamente".	Importância da relação. Vivem como namorados e isso ajuda a viver. Estavam os dois disponíveis. Afirma que vão viver mais.
10. Passou a ser outro		
11. Ficou mais feliz	"Sim senti-me mais feliz, eu era muito feliz com o meu marido, ele era muito bom e nós compreendíamos-nos muito bem, e com o Sr. Joaquim também é assim, eu identifiquei-me muito com ele." [...] "Este é mais reinadio e o meu marido não era. Mas eu acho fantástico uma pessoa que é assim".	Sentiu-se mais feliz. Compara o marido com o actual companheiro. Acha fantástico o companheiro ser alegre e brincalhão.
12. Comemoram datas	"Comemoramos sempre. Completamo-nos um ao outro, o sexo não é o nosso interesse, o que nos importa é a amizade".	Comemora datas. Sexo não importa, a amizade é o mais importante.

Apêndice D. Instrumentos Relativos às entrevistas Realizadas ao Sr. António Garrido

Apêndice D1. Guião da primeira entrevista realizada ao Sr. António Garrido

Guião da primeira entrevista	
Questões:	
1.	Como é que tudo começou?
2.	Alguma vez pensou que se voltaria a juntar com alguém?
3.	Como é que a sua família encarou este namoro? E as outras pessoas?
4.	O que mudou na sua vida?

Apêndice D2. Sinopse da primeira entrevista realizada ao Sr. António Garrido

Sinopse da primeira entrevista realizada ao Sr. António Garrido		
Categorias	Extratos da Entrevista	Interpretações
1. Início do Namoro	[...] “Eu estava no lar mas já conhecia a Laurinda do tempo da minha falecida mulher, já fazíamos excursões juntos. Mas não foi esse o motivo de nos juntarmos. Como já disse, depois da minha mulher falecer fui para o lar, e a Laurinda começou a ir lá nem sei porque. Ia sempre à hora de almoço e foi assim que começou.” [...] “Foi aí que comecei a sair mais vezes do lar, e ia ter com ela, mas antes de sair deixava um papelinho em cima da cama a dizer se eu não aparecer para dormir não se preocupem que eu vou dormir a casa da minha sobrinha.”	Hora de Almoço como forma de aproximação. A importância dos rebuçados... O papelinho.
2. O que é um Namoro (definição)	“Vivo com a Laurinda como se fosse a minha própria mulher, é a mesma coisa e o amor que lhe tenho é precisamente igual ao que sentia pela minha mulher, não há diferenças, e sabes se não fosse este ajuntamento já tinha morrido.”	Amor igual ao que tinha pela esposa
3. As mudanças	“A mudança foi boa, passei de um lar para uma casa.” [...] “Depois fiquei acompanhado, os meus filhos estão longe.” “Estava só e arranjei uma companhia, e sabe perfeitamente que a solidão é a coisa mais triste do mundo, e viver num lar não é assim muito agradável.” “O nosso amor foi arranjado [...] Já não me lembro se fui eu ou se foi ela que pediu namoro.” “Mais tarde voltamos novamente às excursões.”	Visão de sair do lar. Definição de solidão. Retorno às excursões.
4. Imaginava que poderia voltar a namorar	“Não, quando fui para o lar nunca pensei mais nisso, mas as meninas da lavandaria é que fizeram o ajuntamento.”	
5. O olhar dos outros	“A família apoiou muito [...] Por outro lado as pessoas de fora criticaram muito e diziam olha os velhos com aquela idade a namorar.”	Visão dos outros.
6. O medo / receios		
7. Como e o que fazer		
8. O projeto (casar, juntar, ir para o mesmo sítio)	“Eu tinha setenta e nove anos, foi no dia primeiro de Outubro quando saí do lar e assentei praça aqui (casa da Sra Laurinda), nesse dia apanhei uma Dra Bebedeira, foi para comemorar.”	A saída do lar para casa da companheira.
9. Preparativos		
10. O Casamento		

Apêndice D3. Guião da segunda entrevista realizada ao Sr. António Garrido

Guião da Segunda Entrevista	
Dimensão Objetiva	
1. Em que ano veio para o lar? 2. Qual o motivo da vinda para o lar? 3. Há quantos anos estão juntos desde que assumiram o namoro?	
Dimensão Subjetiva	
Tema/Questões	Eventuais Perguntas
4. Como descreve e sua relação	
5. Significado do namoro	<ul style="list-style-type: none"> • Como descreve a sua relação? • O que é o namoro para si?
6. As mudanças pessoais e sociais resultantes do enamoramento.	<ul style="list-style-type: none"> • O que é que mudou na sua vida com o namoro? • Passou a vestir-se de outra forma? • Começou a passear mais?
7. A importância do namoro para a qualidade de vida e para o Envelhecimento Ativo.	<ul style="list-style-type: none"> • É importante porquê? • Passou a ser outro? • Passou a ser mais feliz? • Comemoram datas?

Apêndice D4. Sinopse da segunda entrevista realizada ao Sr. António Garrido

Sinopse da segunda entrevista realizada ao Sr. António Garrido		
Categorias	Extratos da Entrevista	Interpretações
1. Ano da vinda para o lar.	"Janeiro de 2000 e sai em outubro de 2001".	Esteve no lar 1 ano
2. Motivo da Vinda para Lar.	"Faleceu a minha mulher"	A mulher faleceu e foi parar o lar.
3. Quantos anos estão juntos.	"Começamos a namorar em outubro de 2001, estamos juntos fez 11 anos em outubro". "Passou-se depressa, pareceram dois dias." [...]A Laurinda é uma santa, tem um feitio-zinho como agente sabe, mas eu habituei-me aquele feitio e gosto". "[...]Ateima mas depois vê que se enganou e depois admite". É uma mulher que nunca ouviu a palavra não da minha parte".	Os 11 anos que estão juntos, que passaram rápido. Feitio da companheira. Nunca lhe disse não a nada.
4. Como descreve a relação.	"É da melhor forma que pode existir, entendemo-nos como os anjos com Deus como se costuma dizer, nós estamos sempre de acordo um com o outro, apoiamo-nos, a relação não pode ser melhor, é ótima".	Estão sempre de acordo um com o outro. Relação ótima.
5. O que é o namoro	"Com esta idade não se devia chamar namoro, devia-se chamar paixão porque isto é uma inclinação que agente apanha. E além disso os velhos também se apaixonam!", "E exemplo disso somos nós dois velhos apaixonados que aqui estamos". "É que não podia ser melhor".	Paixão para definir o namoro. Os velhos também se apaixonam. São dois velhos apaixonados.
6. Mudanças após o namoro	"Mudou para melhor, eu estava sozinho, estava no lar, faz de conta que estava só no mundo porque os meus filhos estão longe e eu sentia-me no resto da minha vida, estava desolado. [...] Este ajuntamento que nós tivemos deu-me uma vida nova". "Voltei a renascer".	Estava só no mundo. O ajuntamento deu-lhe uma vida nova.
7. Passou a vestir-se de outra forma.	"Sim porque ela me aconselha a isso. Passei a cuidar de mim, passei a aprontar-me mais e até a por perfume".	Passou a cuidar de si por incentivo da companheira.
8. Começou a passear mais.	"Muito mais, a Sra. Laurinda sempre foi danada para passear [...] fomos a muitas excursões, era quase todos os domingos, também fazíamos excursões de mais dias, fomos ao Luso, a Sta. Maria da Feira, fomos a Benidorm, mas agora já não dá a Laurinda já não pode das pernas".	Voltou aos passeios, às excursões.
9. Importância do namoro para a qualidade de vida e Envelhecimento Ativo	"Se eu estivesse no lar já tinha morrido há muito tempo, não é que me tratassem mal mas eu estava sozinho, esta companhia deu-me mais alegria à minha vida, deu-me saúde e bem estar. [...] É muito triste agente estar sozinho, a solidão é a pior coisa que pode existir". Este ajuntamento deu-nos alegria julgo que tanto a mim como a ele Ela também estava só".	Se tivesse no lar já tinha morrido. Companheira trouxe alegria saúde e bem estar à sua vida. Solidão pior coisa do mundo.
10. Passou a ser outro	"Passou a ser diferente, senti-me mais feliz e até mais novo eu tenho 91 anos e sinto-me com 70". " Revivi, faz de conta que que estava quase morto e ressuscitei". "[...]Eu via o jeito, ela gostava de mim eu gostava dela, mas as da lavandaria é que levaram à certa que sempre nos conseguiram juntar".	Sente-se mais feliz. Sente-se com menos 30 anos. Reviveu. As raparigas da lavandaria conseguiram juntá-los.
11. Ficou mais feliz	"Muito mais isso sem dúvida[...]Arranjei uma companhia de trás da orelha".	Companheira de trás da orelha.
12. Comemoram datas	"Sim para assinalar os dias importantes."	Comemoram datas.

Apêndice E. Instrumentos Relativos às entrevistas Realizadas à Sra. Laurinda Neves

Apêndice E1. Guião da primeira entrevista realizada à Sra. Laurinda Neves

Guião da primeira entrevista
Questões:
1. Como é que tudo começou?
2. Alguma vez pensou que se voltaria a juntar com alguém?
3. Como é que a sua família encarou este namoro? E as outras pessoas?
4. O que mudou na sua vida?

Apêndice E2. Sinopse da primeira entrevista realizada à Sra. Laurinda Neves

Sinopse da primeira entrevista realizada à Sra. Laurinda Neves		
Categories	Extratos da Entrevista	Interpretações
1. Início do Namoro	"Começou pelas meninas da lavanderia, essas é que foram as culpadas." [...] "Eu ia muitas vezes ao lar e ele (Sr António Garrido) já lá estava... e mais ou menos pela hora de almoço aparecia lá e levava uns rebuçaditos no bolso, eles iam logo buscar uma cadeira para eu me sentar lá ao pé deles, eu ficava ao pé do Garrido e depois tirava uns rebuçados do bolso e esticava o braço debaixo da mesa e ele como é muito guloso ia logo lá buscá-los. [entusiasmada diz com um sorriso] e eu dizia logo Guloso!"	Hora de Almoço como forma de aproximação A importância dos rebuçados...
2. O que é um Namoro (definição)	"Normalmente ficava lá com ele até à tardinha e depois vinha para casa." [...] "Todos os dias à noite ele telefonava-me, a perguntar o que estava a fazer, e eu dizia-lhe olha estou a ver televisão ou estou a comer ou uma coisa qualquer dizia-lhe assim [...] Depois as vezes quando calhava iam passear, ele gostava de agarrar a mão e havia meninas que andavam com o olho bem aberto, as meninas da lavanderia apercebiam-se bem."	Momentos a dois Telefonar Os passeios
3. As mudanças	"Ambos estávamos sós e foi uma companhia, mudou muito para o nosso viver e nós somos muito amigos."	A amizade
4. Imaginava que poderia voltar a namorar	"Nunca pensei voltar a encontrar ninguém, se não fossem as meninas no lar, eu dizia a uma oh Cidália vocês andam a fazer a coisa! Mas vocês tao a ver a minha idade?"	O arranjo do namoro
5. O olhar dos outros	"Ao princípio os meus filhos não encararam muito bem porque eu não lhes disse nada e eles descobriram sozinhos. Mas depois conheceram o Garrido e gostaram muito dele."	Contacto com a família
6. O medo / receios		
7. Como e o que fazer		
8. O projeto (casar, juntar, ir para o mesmo sítio)	"Quando decidimos anunciar o enlace juntámos as mulheres num café e demos a notícia Foi aí que anunciámos também que o Garrido ia sair do lar para ir viver para a minha casa."	Anúncio do namoro
9. Preparativos		
10. O Casamento		

Apêndice E3. Guião da segunda entrevista realizada à Sra. Laurinda Neves

Guião da Segunda Entrevista	
Dimensão Objetiva	
1. Em que ano veio para o lar? 2. Qual o motivo da vinda para o lar? 3. Há quantos anos estão juntos desde que assumiram o namoro?	
Dimensão Subjetiva	
Tema/Questões	Eventuais Perguntas
4. Como descreve e sua relação	
5. Significado do namoro	<ul style="list-style-type: none"> • Como descreve a sua relação? • O que é o namoro para si?
6. As mudanças pessoais e sociais resultantes do enamoramento.	<ul style="list-style-type: none"> • O que é que mudou na sua vida com o namoro? • Passou a vestir-se de outra forma? • Começou a passear mais?
7. A importância do namoro para a qualidade de vida e para o Envelhecimento Ativo.	<ul style="list-style-type: none"> • É importante porquê? • Passou a ser outro? • Passou a ser mais feliz? • Comemoram datas?

Apêndice E4. Sinopse da segunda entrevista realizada à Sra. Laurinda Neves

Sinopse da segunda entrevista realizada à Sra. Laurinda Neves		
Categorias	Extratos da Entrevista	Interpretações
1. Ano da vinda para o lar.	Não entrou para o lar, apenas é utente de Centro de Convívio.	
2. Motivo da Vinda para Lar.	Não entrou para o lar, apenas é utente de Centro de Convívio.	
3. Quantos anos estão juntos.	"Estamos juntos há 11 anos".	Tempo que estão juntos.
4. Como descreve a relação.	"Descreve-se bem, ele é boa pessoa, faz-me tudo o que eu preciso" [...] "Vai-me fazer o chazinho, quando tenho os pés frios vai-me por água na borracha". [...] "Nos dois também conversamos muito." [...] "Ele era um guloso e eu andava sempre com rebuçadinhos e chegava ao lado dele e punha na mão dele ou punha no bolso. Eu ia lá ao lar quase todos os dias." [...] "Eu ia lá ao lar e ele ia à vida dele enquanto eu ia para a lavandaria ajudar a dobrar lençóis. As raparigas da lavandaria começava a dizer, vocês podiam-se juntar e eu perguntava-lhes vocês não são malucas? O homem é viúvo há pouco temo e eu também, tem algum jeito nós nos juntarmos! Um dia tinham lá uma garrafa de whisky e obrigaram-nos a beber e depois a bafejar um para o outro (faz o gesto como se desse um beijo) e tiraram retratos, que eu rasguei depois".	Faz-lhe tudo o que precisa, o chá... Conversas. Rebuçados como aproximação entre os dois. Senhoras da lavandaria incentivaram ao namoro. O whisky como meio de bafejarem um pra o outro. As fotografias que rasgou.
5. O que é o namoro	"É difícil de responder [...] Foi por agente estar sozinhos que nos ajuntamos e vivemos como casal." [...] "Não nascemos para viver sozinhos".	Dificuldade em responder.
6. Mudanças após o namoro	"Sinto-me mais feliz, sinto-me bem ir passear com ele de um lado para o outro, sinto aquela alegria e gosto quando as pessoas dizem que parecemos dois jovens, dizem que ficamos bem juntos, e depois eu rio-me".	Felicidade de passear a dois. Alegria quando são elogiados como casal.
7. Passou a vestir-se de outra forma.	"Oh minha rica menina eu para me vestir e preparar bem... sou muito vaidosa e gosto de me preparar bem (risos)." [...] "O perfume é que não posso dispensar e o Garrido gosta muito de um que uso". "Eu é que me chateio com ele quando ele não está bem arranjado e até já o obriguei a trocar a roupa".	Sra. vaidosa, não dispensa perfume. Não gosta quando ele não se prepara bem.
8. Começou a passear mais.	[...] "Íamos ao cemitério juntos, cada um enfeitar a sua campa, às excursões começamos assim para trás e para diante." [...] " Íamos pelo pé das cachopas da lavandaria e quando eu podia dobrava uns lençóis, e elas faziam-nos sempre arregar os dentes." [...] "Agora já vamos passear pouco, eu não posso das pernas".	Idas ao cemitério juntos. Passeios. As idas à lavandaria para dobrar lençóis e em troca rir um bocadinho.
9. Importância do namoro para a qualidade de vida e Envelhecimento Ativo	"Isto de namorar nesta idade traz-nos uma grande alegria, poder passear com ele e passar momentos a dois trouxe de volta os momentos bons da vida e fez com que sentisse que tinha perdido uns quantos anos". "Fui sempre a mesma mulher, este homem fez com que revivesse e com que fosse muito mais feliz, passei a ver a vida de outra forma".	O namoro como forma de alegria. Novo namoro trouxe as coisas boas da vida. Passaram a viver de outra forma.
10. Passou a ser outro	"Fui sempre a mesma mas não suportava viver sozinha, nem estar só, sempre gostei de companhia".	Sentia-se só
11. Ficou mais feliz	"Muito mais." [...] "Ele gostou, eu gostei e pronto".	Os dois gostam um do outro.
12. Comemoram datas	"Sim, nunca nos esquecemos".	Não esquece de comemorar as datas.

