

Sentido da vida no envelhecimento saudável: contribuições da teoria de Viktor Frankl***Meaning of life in healthy aging: contributions from Viktor Frankl's theory****Significado de la vida en el envejecimiento saludable: contribuciones de la teoría de Viktor Frankl****Recebido: 20/02/2020****Aprovado: 11/08/2020****Publicado: 14/10/2020****Rita de Cássia Nunes Alvarenga Miranda¹****Eliane Ramos Pereira²****Rose Mary Costa Rosa Andrade Silva³****Angélica Yolanda Bueno Bejarano Vale de Medeiros⁴****Fabio Araujo Dias⁵**

Este estudo tem como o objetivo refletir sobre o sentido da vida como estratégia para o envelhecimento saudável, com base na perspectiva teórica de Viktor Frankl. Trata-se de um ensaio reflexivo a partir da premissa de envelhecimento saudável e da necessidade de contextualização da prática profissional em saúde, possibilitando novas perspectivas de intervenção calcadas na teoria frankliana. Através de revisão na Biblioteca Virtual em Saúde e suas bases de dados, buscou-se materiais entre 2013 a 2019, que forneceram subsídios para o tema proposto. Considerou-se 30 publicações e construiu-se três categorias: *Perspectiva antropológica em Viktor Frankl*; *O sentido da vida no envelhecer e o envelhecimento saudável*; e *O sentido dos valores vivenciais familiares no envelhecimento saudável*. Um dos desafios atuais é que a população envelheça com qualidade de vida mantendo sua capacidade funcional preservada. Portanto, há que se atentar para o aporte do sentido da vida como estratégia de fortalecimento da dimensão existencial do idoso durante o seu processo de envelhecimento com vistas as importantes implicações na sua saúde mental e longevidade, já que interfere diretamente em toda a sua maneira de viver.

Descritores: Envelhecimento saudável; Idoso; Espiritualidade; Existencialismo.

This study aims to reflect on the meaning of life as a strategy for healthy aging, based on the theoretical perspective of Viktor Frankl. It is a reflective essay based on the premise of healthy aging and the need to contextualize professional practice in health, enabling new perspectives for intervention based on the Franklian theory. Through a review of the *Biblioteca Virtual em Saúde* and its databases, materials produced between 2013 and 2019 were sought, which provided enough data for the proposed theme. Thirty publications were considered and three categories were constructed: *Anthropological perspective in Viktor Frankl*; *The meaning of life in aging and healthy aging*; and *The meaning of family living values in healthy aging*. One of the current challenges is for the population to age with quality of life while maintaining its functional capacity preserved. Therefore, it is necessary to pay attention to the contribution of the meaning of life as a strategy to strengthen the existential dimension of the elderly during their aging process with a view to the important implications for their mental health and longevity, since it directly interferes in all their way of life.

Descriptor: Healthy aging; Aged; Spirituality; Existentialism.

Este estudio tiene como objetivo reflexionar acerca del significado de la vida como estrategia para un envejecimiento saludable, basado en la perspectiva teórica de Viktor Frankl. Es un ensayo reflexivo a partir de la premisa del envejecimiento saludable y la necesidad de contextualizar la práctica profesional en salud, posibilitando nuevas perspectivas de intervención basadas en la teoría frankliana. Mediante una revisión en la Biblioteca Virtual de Salud y sus bases de datos, se buscaron materiales entre 2013 y 2019, que proporcionaron subsidios para el tema propuesto. Fueron consideradas 30 publicaciones y se construyó tres categorías: *Perspectiva antropológica en Viktor Frankl*; *El significado de la vida en el envejecimiento y el envejecimiento saludable*; y *El significado de los valores de la experiencia familiar en el envejecimiento saludable*. Uno de los retos actuales es que la población envejezca con calidad de vida manteniendo su capacidad funcional. Por lo tanto, es necesario observar la contribución del significado de la vida como estrategia para fortalecer la dimensión existencial de los ancianos durante su proceso de envejecimiento, en vista de las importantes implicaciones para su salud mental y su longevidad, ya que interfiere directamente con toda su forma de vida.

Descriptor: Envejecimiento saludable, Anciano; Espiritualidad; Existencialismo.

* Este estudo teve financiamento da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES).

1. Teóloga. Psicóloga. Especialista em Psicanálise Clínica. Mestranda pelo Programa Acadêmico em Ciências do Cuidado em Saúde (PACCS), da Universidade Federal Fluminense (UFF) Niterói, RJ, Brasil. ORCID: 0000-0002-5924-1891 E-mail: rita.nunes.miranda@hotmail.com

2. Enfermeira. Psicóloga. Especialista em Psicanálise e Saúde Mental. Mestre, Doutora e Pós Doutora em Enfermagem. Professora Titular do PACCS da UFF, Niterói, RJ, Brasil. ORCID: 0000-0002-6381-3979 E-mail: elianeramos.uff@gmail.com

3. Enfermeira. Psicóloga. Filósofa. Especialista em Psicanálise e Saúde Mental. Mestre em Filosofia. Mestre e Doutora em Enfermagem. Doutora em Psicologia Social. Professora Titular PACCS da UFF, Niterói, RJ, Brasil. ORCID: 0000-0002-6403-2349 E-mail: roserosauff@gmail.com

4. Psicóloga. Especialista em Neuropsicologia. Mestre e Doutoranda em Ciências do Cuidado em Saúde pelo PACCS da UFF, Niterói, RJ, Brasil. ORCID: 0000-0001-9061-4476 E-mail: angelicaflow@gmail.com

5. Teólogo. Psicólogo. Mestre em Bioética, Ética Aplicada e Saúde Coletiva. Doutorando em Ciências do Cuidado em Saúde pelo PACCS e Psicólogo da UFF na Pró-Reitoria de Assuntos Estudantis, Niterói, RJ, Brasil. ORCID: 0000-0002-5659-1458 E-mail: fabiodiaspsi@gmail.com

INTRODUÇÃO

Atualmente, destaca-se o aumento quantitativo de pessoas com 65 anos ou mais nos países em desenvolvimento. No Brasil, o número de indivíduos com 60 anos ou mais superou a marca de 30,2 milhões em 2017, expressando um aumento de 18% dessa população desde 2012. Isso se torna um desafio no cuidado não só para a família, mas também nos ambientes sociais e até mesmo para as casas de institucionalização que abrigam estes idosos¹.

O envelhecimento é constituído de um conjunto de alterações fisiológicas e biopsicossociais, comum a todos. Além dos processos biológicos, o envelhecimento abrange a parte espiritual do ser humano². É considerado um fenômeno multifatorial, associado com o declínio das funções fisiológicas e celulares, ao aumento na incidência de numerosas doenças degenerativas e a diminuição da capacidade para responder processos como o estresse, dentre outros. No entanto, pode ser contrabalançado por reparo e fatores de manutenção, que contribuem para a longevidade do organismo³.

A Organização Mundial de Saúde (OMS) prevê o envelhecimento saudável como principal foco de ações globais de saúde para a década de 2020-2030⁴. Segundo a OMS, o envelhecimento saudável consiste no processo de desenvolvimento e manutenção da capacidade funcional que permite o bem-estar em idade avançada. Nesse sentido, as ações de promoção do envelhecimento saudável deverão buscar a maximização da capacidade funcional nos diversos âmbitos⁵.

O fenômeno da longevidade, evidenciado inicialmente em países desenvolvidos, vem ocorrendo também nos países em desenvolvimento, demonstrando que os avanços ocorridos em diversas áreas, especialmente na saúde, têm contribuído para maior qualidade e alongamento da vida⁶. Não obstante, constitui um desafio para a saúde pública e para os profissionais que atuam com essa clientela. Ressalta-se que a promoção da qualidade de vida pode reduzir ou retardar os impactos das transformações e dos fatores biológicos deletérios do processo de envelhecimento⁷.

Os idosos devem ser percebidos e valorizados como sujeitos sociais e autônomos, com capacidade de tomar decisões, e também estimulados cognitivamente para preservação e melhoria desse aspecto⁸. Além disso, o enfrentamento direto da mercantilização do cuidado, a proteção social e a implantação de estruturas adequadas em instituições de longa permanência para idosos podem ser considerados como desafios no avanço do cuidado digno destes⁹.

Os cuidadores de idosos também precisam atentar para a sua saúde física e mental, tendo em vista que são agentes de promoção, proteção e recuperação de si e dos residentes em instituições de longa permanência para idosos (ILPI), para os quais prestam cuidados. Para tanto, faz-se necessária a conscientização desses profissionais e a promoção de ações no âmbito institucional que garantam esse direito¹⁰. Essa preocupação com a saúde física e mental também é válida para os familiares que assumem o cuidado de parentes idosos.

Os idosos geralmente recorrem a ILPI por conta da perda da autonomia, do surgimento de doenças, da falta de companhia e cuidado. Ainda assim, o idoso deve ser considerado como ator social que, mesmo estando institucionalizado, com limitações advindas da fragilidade física e sofrendo perdas em diversos aspectos da vida, é capaz de se reconstruir e ressignificar sua existência, vislumbrando novas possibilidades e caminhos. Diante desse cenário, o idoso deve ser reconhecido em sua autonomia possível e a instituição deve oferecer suporte em prol do desenvolvimento das potencialidades, capacidades e habilidades do idoso, permitindo a construção de novas atribuições e identidades nessa fase peculiar da vida¹¹.

Considerando esse panorama, o envelhecimento acarreta uma tendência à busca de respostas para as questões existenciais acerca do sentido da vida, o que resgata reflexões no idoso sobre as situações adversas por vezes vivenciadas ao longo da vida, na busca original de um sentido existencial para sua condição humana, inclusive para continuar a viver.

O problema do sentido assume toda a sua radicalidade, podendo abater o homem e acarretar ou prolongar um quadro depressivo deflagrado pela percepção de que a vida não tem mais significado, ocasionando o vazio existencial mediante a desesperança, apatia, tédio^{12,13}, ou até mesmo o suicídio.

O neurologista Victor Frankl iniciou suas investigações sobre *Sentido da Vida* na época da crise econômica resultante da Primeira Guerra Mundial, que desatou uma quantidade significativa de suicídios, e empreendeu estudos relacionados ao enfrentamento dos conflitos psicológicos e a prevenção ao suicídio¹⁴. Estudos acerca da relação entre o sentido da vida e a depressão apontam que as concepções de sentido da vida devem ser incluídas nos programas de promoção da saúde, favorecendo o indivíduo no encontro dos motivos para viver com base em valores e padrões internos dos próprios indivíduos. A realização de sentido se constitui como um fator de proteção para os transtornos depressivos¹⁵.

Na atualidade, diversos estudos desenvolvidos na área da saúde que trabalham o sentido da vida como estratégia de enfrentamento destacam alguns dos seus benefícios: como a melhora na qualidade de vida e melhores ajustes psicológicos e constituem uma forma de cuidado holístico¹⁶.

Diante do exposto, este estudo tem como o objetivo refletir sobre o sentido da vida como estratégia para o envelhecimento saudável, com base na perspectiva teórica de Viktor Frankl.

MÉTODO

Trata-se de um estudo descritivo e reflexivo, realizado no segundo semestre de 2019, que tem como base a pesquisa bibliográfica exploratória por meio de textos acadêmicos na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) nas bases: LILACS, LILACS – Express, Index Psicologia – Periódicos Técnico Científicos, RHS, BDEFN-Enfermagem, BRISA e CVSP-Brasil, no período de 2013 a 2019, que apresentaram subsídios para a abordagem e reflexão do tema proposto.

Os descritores utilizados para a execução da busca foram: a) Depressão, Sentido da Vida; b) Depressão, Sentido da Vida, Idoso; c) *Depression, Sense of Life, Aged*, que acordavam mais com o tema proposto. Os materiais foram pré-selecionados de acordo com os títulos e leituras dos resumos, tomando como critério de inclusão estudos relacionados ao tema de idosos, depressão e sentido da vida, e foram excluídos estudos que citavam outras questões. Estudos cujo título e resumo forneceram informações suficientes foram lidos na íntegra.

RESULTADOS

Por meio da BVS, pesquisou-se nas bases LILACS, LILACS – Express, Index Psicologia – Periódicos Técnico Científicos, RHS, BDEFN-Enfermagem, BRISA e CVSP-Brasil, alcançando inicialmente o total de 30 artigos em julho de 2019, eliminando aqueles que não estavam de acordo com os critérios de inclusão, mesmo contendo os descritores. Alguns estudos utilizavam os descritores selecionados para esse levantamento, mas não tinham relação com o tema proposto.

Analisando a predominância de descritores, incluindo os documentos que se repetem, ocorreu concentração em “depressão, sentido da vida” (30), seguido de “depressão, sentido da vida e idoso” (08) e em menor número para “*depression, sense of life, aged*” (03). Conforme descrito na Tabela 1.

Como resultados das reflexões, após as leituras dos textos, foram construídas três categorias: *Perspectiva antropológica em Viktor Frankl; O sentido da vida no envelhecer e o envelhecimento saudável; e O sentido dos valores vivenciais familiares no envelhecimento saudável*.

Tabela 1. Número de artigos por descritores e bases. Rio de Janeiro, 2019.

	Base de Dados	A	B	C
	LILACS	16	03	02
	LILACS-Express	02	01	0
	Index Psicologia - Periódicos técnico-científicos	08	02	0
BVS	RHS	01	0	0
	BDENF – Enfermagem	02	01	01
	BRISA	01	0	0
	CVSP – Brasil	0	01	0

A= Depressão, Sentido da Vida; B= Depressão, Sentido da Vida, Idoso; C= Depresion, Sense of Life, Aged

DISCUSSÃO

Perspectiva antropológica em Viktor Frankl

Desde tempos remotos, o homem depara-se com uma constante indagação sobre o verdadeiro sentido da vida, que parece proceder de uma insatisfação profunda advinda do mais íntimo de cada ser, constituindo o que o existencialismo denomina “angústia existencial”, inerente ao ser humano¹⁸.

A teoria de Viktor Frankl, denominada Logoterapia, tem como tema central o sentido da vida. Essa teoria aponta para a busca de liberdade de sentido pela pessoa, ainda que em situações adversas, mostrando que ela deve desenvolver sua existência a partir de um sentido que lhe atrai, fornecendo subsídios motivacionais para continuar vivendo um dia após o outro, lidando com as situações cotidianas e possíveis questões inusitadas que surjam na vida. A busca de sentido da vida é inerente e peculiar ao ser humano em qualquer situação em que se encontre. Ainda que enfermo ou próximo da morte, a vida sempre vai oferecer novas possibilidades de posicionamento e atitudes frente às variadas situações, o que é um requisito fundamental para a saúde mental enquanto fator primordial para a existência¹⁹.

A visão antropológica de Viktor Frankl compreende o homem multidimensional, tendo as dimensões biopsicossocial e espiritual, esta última considerada a mais humana da existência, que aponta para a liberdade interior e valor pessoal. O autor indica que “a liberdade espiritual do ser humano, a qual não se lhe pode tirar, permite-lhe até o último suspiro configurar a sua vida de modo que tenha sentido”²⁰.

Assim, a concepção frankliana destaca o homem como um ser espiritual, e esse fato antropológico, por sua vez, destacá-lo-ia dentre todos os outros seres da natureza, pois, além de impulso afetivo, memória associativa e inteligência prática, o ser humano apresentaria algo qualitativamente diferente de todo e qualquer outro ser na natureza – o aspecto espiritual. Esse fator espiritual ressalta a capacidade de uma pessoa em transcender e dar sentido à vida em sua liberdade existencial¹².

Nessa perspectiva, buscar e atribuir um significado à existência humana compreende uma necessidade central do homem em sua trajetória existencial. Viktor Frankl (1905-1997), em sua teoria, aborda esse conceito de sentido da vida como essencial, tendo como exemplo sua própria experiência nos campos de concentração nazistas¹⁸.

O sentido da vida no envelhecer e o envelhecimento saudável

Envelhecer é um processo natural que acontece desde o momento que nascemos, porém fica mais evidente na terceira idade. A qualidade do envelhecimento está diretamente ligada ao estilo de vida que o indivíduo adotou para si até essa fase²¹.

Com o prolongamento do ciclo da vida, os cientistas concentram cada vez mais a sua atenção para o corpo humano no decorrer do tempo. O cuidado com o corpo e o zelo pela saúde são necessários desde a mais tenra idade e durante toda a vida, fator este que pode levar a um envelhecimento menos doloroso e com mais qualidade³.

O início da senescência, período marcado por evidentes declínios corporais, ocorre com todos, uns mais, outros menos, alterando de acordo com o estilo de vida que este idoso

vivenciou, considerando fatores tais como: genética, alimentação, exercícios físicos, vida familiar, social e profissional.

Os genes exercem forte controle sobre o ciclo da vida e sobre os padrões do envelhecimento, entretanto, a genética não pode explicar sozinha tudo o que ocorre com o ser humano. Fatores genéticos e biológicos, bem como fatores ambientais, sociais e comportamentais estão interrelacionados durante toda a vida humana³.

O desenvolvimento psicológico de uma pessoa dependerá muito de como esta se relaciona com a sociedade em que vive, com possibilidades de mudanças e alterações comportamentais que poderão ser de grande valia nos resultados finais da sua própria saúde. Para isso, é necessária também uma vida de flexibilidade, abertura para o novo e para as possibilidades que o devir pode trazer.

A idade cronológica não é a única forma de mensurar o processo do envelhecimento, sendo este uma interação de fatores que exercem influência com variadas modificações no indivíduo ao longo do tempo. Uma doença ou alguma debilidade pode agravar a percepção de envelhecimento de uma pessoa o daqueles que a cercam²¹.

Assim, o processo de envelhecimento varia de indivíduo para indivíduo, pois as pessoas vivenciam esse ciclo de variadas maneiras. A própria perspectiva existencial caracteriza cada um como um ser singular no mundo. Além das perdas e limitações que podem ocorrer durante esse processo, a terceira idade é vista por muitos como uma fase de maior maturidade e experiência. No entanto, o envelhecimento pode vir acompanhado de sentimentos de tristeza, solidão, abandono, dependência e incapacidades, de tal maneira que o idoso ou familiar perceba a necessidade de um acompanhamento terapêutico e cuidado gerontológico especializado, visando atender às necessidades de saúde recorrentes nessa fase da vida²¹.

A concepção logoterápica foca na busca e encontro do sentido da vida, e isso ocorre dinamicamente no decorrer da existência. Ressalta a importância da dimensão espiritual, já que esta contribui especialmente para que a pessoa encontre o sentido para a sua própria vida, mesmo em meio às adversidades¹²⁻¹⁹. Com isso, se houver uma busca pelo sentido de existir abarcado pela simplicidade, gratidão e atitudes positivas, o envelhecimento poderá ser um processo vivenciado de modo sereno e sábio frente à certeza da finitude da vida e apesar das vicissitudes e intempéries que as contingências e circunstâncias podem trazer.

Para o envelhecimento saudável, é necessário vislumbrar a integração do homem em suas dimensões biológica, psíquica, espiritual ou noológica segundo princípios da Logoterapia¹². Cabe ressaltar que a espiritualidade tem despertado crescente aplicabilidade na assistência à saúde, e cujo interesse sempre existiu no decurso da história humana, a despeito de diferentes épocas ou culturas.

O desenvolver da dimensão espiritual do indivíduo por ele próprio, de uma maneira livre e significativa, como forma de adaptação ao estresse em contexto de saúde, pode ser extremamente proveitoso, especialmente quando o indivíduo se sente sozinho, o que lhe possibilita transcender às situações extremamente difíceis e de sofrimento.

Para Frankl²², o ser humano pode ter vida plena independentemente de sua idade, ou até mesmo em um ambiente deteriorado, se aprender a transcender aos seus próprios problemas, isto é, a olhar para cima, em toda e qualquer situação.

De acordo com os pressupostos de Frankl, o caminho para o encontro com o sentido da vida inclui o desenvolvimento de valores de criação, experiência e atitudes e, neste aspecto, os valores de criação no envelhecimento saudável poderiam estar contextualizados a todas as obras que os idosos desenvolveram durante sua existência, e como estas obras vão ressoar ainda após sua partida, como um legado ou uma marca para as gerações futuras.

Acerca dos valores de experiência que abordam todas as vivências no percurso da existência, são as marcas na memória que trazem lembranças significativas e contribuem para o entendimento de uma vida com propósito e uma tarefa realizada.

Em relação aos valores de atitude, estes podem ser deslumbrados ainda que faltem forças físicas e a deterioração da saúde seja iminente. Existe a dimensão espiritual que não adoce nem envelhece, e possibilita a tomada de atitudes positivas perante as adversidades do final da vida.

O sentido dos valores vivenciais familiares no envelhecimento saudável.

O envelhecimento é uma etapa importante da vida do ser humano que requer cuidados especiais e atenção específica. Portanto, é necessário repensar não só em envelhecer com qualidade, mas também experimentar a realização do sentido da vida através de um convívio de qualidade com familiares e amigos, valorizando os momentos vivenciados.

Uma boa qualidade de vida está relacionada a fatores ambientais e aos vínculos formados ao longo da vida, principalmente os vínculos familiares. O apoio e a presença afetuosa da família são importantíssimos em relação ao idoso, seja em casa, em hospitais ou mesmo em ILPI, pois o amor genuíno é o único ingrediente capaz de alterar para melhor e dar o verdadeiro sabor às relações interpessoais, tornando-as mais fraternas, compreensivas e harmoniosas²³.

No âmbito da temporalidade, finitude e transitoriedade, todas as coisas passam por um processo de degeneração, sofrendo as ações do tempo, o que também acontece com o ser humano. A consciência desse processo por ser biopsicossocial e espiritual, por vezes, busca transcender, sobretudo em momentos de solidão⁷, isto é, procura ter um enlevo dos pensamentos para além das circunstâncias temporais e situacionais em que vive, mesmo em momentos em que a sua própria família não supre ou não percebe as suas reais necessidades.

As pessoas têm necessidades constantes que precisam ser satisfeitas para que a vida possa prosseguir em um clima saudável¹². Dentre tais necessidades, há o estabelecimento de relações familiares significativas e positivas. A relação entre família e idoso é algo que precisa acontecer de forma delicada e amorosa para que sejam momentos prazerosos para todos os envolvidos.

O cuidar não é um ato isolado, mas um conjunto de práticas relacionais, como vínculos afetivos, que envolve dedicação e compreensão no lidar com o outro. Nesse sentido, há que haver um preparo para o próprio idoso e para a família que deverá estar atenta aos desafios e peculiaridades do processo de envelhecimento, já que essa capacitação favorecerá uma melhor compreensão, promoção de vínculos mais efetivos e adoção de estilo de vida saudável conforme a etapa da vida que está sendo vivenciada²³.

Diante disso, faz-se necessário a tomada de uma posição quanto às atitudes devidas no sentido de trazer uma facilitação na ajuda do outro, respeitando suas próprias experiências acumuladas, para que ele próprio encontre o seu real sentido da vida. Quando isso ocorre, o período do envelhecimento pode se tornar agradável e proveitoso, sobretudo no estabelecimento de relações e vínculos significativos nessa fase da vida. Também é importante um olhar e uma escuta abrangente para as necessidades do idoso por parte dos familiares e cuidadores, para que haja possibilidade de ajuda e cuidado mais assertivos a essas pessoas longevas.

Envelhecer faz parte do processo humano e é inevitável. Portanto, é necessária uma preparação pessoal para esta fase tão importante da vida, e dedicar um tempo de vivências de comunhão e aconchego de família.

É também necessário construir um ambiente de reciprocidade, atuando e contribuindo sempre, buscando vivenciar tempos de alegria, com esperança, dando atenção na própria família, buscando ir além com uma visão de mundo ampliada, procurando perceber aqueles que precisam também de ajuda para colaboração mútua que enriquece a existência humana e o sentido da vida no envelhecimento.

CONCLUSÃO

O tema abordado nesta reflexão permeia a vida de toda a sociedade, instâncias públicas e, principalmente, na área da saúde. Um dos maiores desafios atuais é o envelhecimento da população com maior qualidade de vida e a preservação da capacidade funcional até o final da existência e, para isso, é necessário que se trabalhe no ser humano de uma forma completa, ou seja, o físico, o emocional, o espiritual e também o relacional no cotidiano desde a infância até a velhice.

Portanto, há que se atentar para o aporte do sentido da vida como estratégia de fortalecimento da dimensão existencial do idoso durante o seu processo de envelhecimento com vistas às importantes implicações na sua saúde mental e longevidade, já que interfere diretamente em toda a sua maneira de viver essa fase.

Destaca-se a importância de dar voz ao idoso, de considerar seus desejos, vontades e opiniões, bem como considerar a autonomia deste em suas escolhas. Para tanto, a resignificação das relações, despertar as famílias para um fortalecimento de vínculos, a valorização dos seus idosos e um olhar mais atencioso a eles, visando o aumento do amor, do carinho e de tempos de qualidade em família, repercutindo na sociedade, pois tudo começa dentro de casa, em família.

Os profissionais que lidam com essa população precisam ter em sua prática clareza de como lidar com as questões relacionadas ao idoso que por vezes, além de estar fragilizado no seu físico, também se encontram com fragilidades emocionais e psíquicas e precisam que seus direitos sejam garantidos.

Para auxiliar os idosos na promoção da vitalidade, há de se fazer um trabalho psicológico para ressignificar o passado, perceber o presente e suas possibilidades e ampliar seu olhar acerca do futuro, realizando um balanço existencial. Esse processo pode se dar por meio de psicoterapia individual e/ou em grupo ou ainda através de programas preventivos, que possam averiguar os sentidos da vida no passado, no presente e no futuro para o idoso, promovendo novas perspectivas de sentido e, conseqüentemente, um fortalecimento na sua autoestima e qualidade de vida.

A longevidade permite que o ser humano planeje seu futuro, diferente do que fizeram as gerações anteriores. Com esse entendimento, as políticas públicas tem ressaltado o sentido positivo do envelhecimento, a contribuição da pessoa idosa com sua riqueza de conhecimento, habilidades e experiência na vida cotidiana.

Por ser uma reflexão e ter a fundamentação em um teórico, o estudo tem como limitação questões de generalização e sugere assim a confluência com outros teóricos e também pesquisas na temática.

Apesar disto, o estudo procurou dar ênfase ao aspecto existencial do sentido da vida voltado para o envelhecimento saudável, sendo capaz de contribuir como subsídio para novas discussões e estudos que envolvem essa temática, além de possibilitar as perspectivas contemporâneas de intervenções na prática profissional nos diversos âmbitos de saúde da população na busca por melhor qualidade do processo do envelhecimento saudável e práticas profissionais específicas no âmbito da senilidade.

REFERÊNCIAS

1. Paradella R. Número de idosos cresce 18% em 5 anos e ultrapassa 30 milhões em 2017. Agência IBGE Notícias [Internet]. Rio de Janeiro: IBGE; 2018 [citado em 14 abr 2019]. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/20980-numero-de-idosos-cresce-18-em-5-anos-e-ultrapassa-30-milhoes-em-2017>
2. Toniol R. Atas do espírito: a Organização Mundial da Saúde e suas formas de instituir a espiritualidade. Anu Antropol. [Internet]. 2017 [citado em 14 abr 2019]; 42(2):267-99. DOI: <https://doi.org/10.4000/aa.2330>

3. Papalia DE, Olds SW, Feldaman RD. Desenvolvimento humano. 12ed. São Paulo: ARTMED; 2013. 888p.
4. World Health Organization. Multisectoral action for a life course approach to healthy ageing: draft global strategy and plan of action on ageing and health: report by the Secretariat [Internet]. Geneva: WHO; 22 Apr. 2016 [citado em 04 set 2020]. (Sixty-ninth World Health Assembly. Provisional agenda item 13.4. A69; 17). Disponível em: http://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/WHA69/A69_17-en.pdf
5. Organização Mundial da Saúde. Relatório mundial de envelhecimento e saúde: resumo. Genebra: OMS; 2015 [citado em 04 set 2020]. Disponível em: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186468/WHO_FWC_ALC_15.01_por.pdf;jsessionid=485D88B6D79C84CCB153506E874B5E8C?sequence=6
6. Veras RP, Oliveira M. Envelhecer no Brasil: a construção de um modelo de cuidado. Ciên Saúde Colet. [Internet]. 2018 [citado em 12 ago 2019]; 23(6):1929-36. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232018236.04722018>
7. Ribeiro PMA, Sousa MC, Farinelli MR. Envelhecer com qualidade e participação: experiência de um curso de residência multiprofissional em saúde. REFACS [Internet]. 2017 [citado em 12 ago 2019]; 5(Supl 2):311-7. DOI: <https://doi.org/10.18554/refacs.v5i0.2264>
8. Lima Neto AV, Nunes VMA, Oliveira KSA, Azevedo LM, Mesquita GXB. Estimulação em idosos institucionalizados: efeitos da prática de atividades cognitivas. Rev Pesqui. (Univ. Fed. Estado Rio J.) [Internet]. 2017 [citado em 18 abr 2020]; 9(3):753-9. DOI: <http://dx.doi.org/10.9789/2175-5361.2017.v9i3.753-759>
9. Clos MB, Grossi PK. Desafios para o cuidado digno em instituições de longa permanência. Rev Bioét [Internet]. 2016 [citado em 18 abr 2020]; 24(2):395-411. DOI: <https://doi.org/10.1590/1983-80422016242140>
10. Reis LA, Neri JDC, Araújo LL, Lopes AOS, Cândido ASC. Qualidade de vida de cuidadoras formais de idosas institucionalizadas. Rev Baiana Enferm. [Internet]. 2015 [citado em 18 abr 2020]; 29(2):156-63. Disponível em: https://portalseer.ufba.br/index.php/enfermagem/article/download/12548/pdf_123
11. Carrara B, Espírito-Santo P. Velhice institucionalizada em tempos pós-modernos: a identidade em universo paralelo? Rev Enfer UFPE on line [Internet]. 2016 [citado em 19 abr 2020]; 10(5):1672-84. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/13542>
12. Frankl VE. A vontade de sentido: fundamentos e aplicações da logoterapia. São Paulo: Paulus Editora; 2011. 224p.
13. Frankl VE. O sofrimento de uma vida sem sentido: caminhos para encontrar. São Paulo: É realizações; 2015. 128p.
14. Medeiros AYBBV, Pereira ER, Silva RMCRA, Dias FA. Fases psicológicas e sentido da vida em tempos de isolamento social por pandemia COVID-19: uma reflexão a luz de Viktor Frankl. Res, Soc Develop. [Internet]. 2020. [citado em 19 abr 2020]; 9(5):e122953331. DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v9i5.3331>
15. Aquino TAA, Dará DMB, Simeão SSS. Depressão, percepção ontológica do tempo e sentido da vida. Rev Bras Ter Cogn. [Internet]. 2016 [citado em 6 maio 2019]; 12(1):35-41. DOI: <http://dx.doi.org/10.5935/1808-5687.20160006>
16. Medeiros AYBBV, Pereira ER, Silva RMCRA, Rocha RCNP, Vallois EC, Leão DCMR. Espiritualidade e sentido da vida no ensino de enfermagem: relato de experiência no ensino. Rev Bras Enferm. [Internet]. 2020 [citado em 19 abr 2020]; 73(2):e20180554. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2018-0554>
17. Gil AC. Métodos e técnicas de pesquisa social. 6ed. São Paulo: Atlas; 2014. 216p.
18. Medeiros AYBBV, Rocha RCNP, Pereira ER, Silva RMCRA, Moncayo FLG. El sentido de la vida como recurso espiritual para el cuidado en oncología. Rev Cuba Enferm. [Internet]. 2019 [citado em 1 abr 2019]; 34(4):1-14. Disponível em:

<http://www.revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/2243>

19. Kroeff P. Logoterapia e existência: a importância do sentido da vida. Porto Alegre: Evangraf; 2014. 208p.

20. Frankl VE. Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração. Petrópolis, RJ: Vozes; 2017. 140p.

21. Griffa MC, Moreno JE. Chaves para a psicologia do desenvolvimento: adolescência, vida adulta e velhice. 8ed. São Paulo: Editora Paulinas; 2011. 192p.

22. Miranda RCNA, Pereira ER, Silva RMCRA, Medeiros AYBBV, Dias FA. Sentido da vida e espiritualidade em idosos institucionalizados. Res, Soc Develop. [Internet]. 2020 [citado em 19 abr 2020]; 9(6):e72962799. DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v9i6.2799>. Disponível em: <https://rsd.unifei.edu.br/index.php/rsd/article/view/2799>

23. Areosa SVC, Henz LF, Lawisch D, Areosa RC. Cuidar de si e do outro: estudo sobre os cuidadores de idosos. Psicol, Saúde Doenças [Internet]. 2014 [citado 14 maio 2019]; 15(2):482-94. Disponível em: <http://www.scielo.mec.pt/pdf/psd/v15n2/v15n2a12.pdf>

CONTRIBUIÇÕES

Rita de Cássia Nunes Alvarenga Miranda participou da concepção, coleta e análise dos dados, redação e revisão. **Eliane Ramos Pereira** e **Fabio Araujo Dias** contribuíram na concepção, redação e revisão. **Angélica Yolanda Bueno Bejarano Vale de Medeiros** colaborou na redação. **Rose Mary Costa Rosa Andrade Silva** atuou na redação e revisão.

Como citar este artigo (Vancouver)

Miranda RCNA, Pereira ER, Silva RMCRA, Medeiros AYBBV, Dias FA. Sentido da vida no envelhecimento saudável: contribuições da teoria de Viktor Frankl. REFACS [Internet]. 2020 [citado em *inserir dia, mês e ano de acesso*]; 8(4):943-951. Disponível em: *inserir link de acesso*. DOI: *inserir link do DOI*.

Como citar este artigo (ABNT)

MIRANDA, R. C. N. A.; PEREIRA, E. R.; SILVA, R. M. C. R. A.; MEDEIROS, A. Y. B. B. V.; DIAS, F. A. Sentido da vida no envelhecimento saudável: contribuições da teoria de Viktor Frankl. REFACS, Uberaba, MG, v. 8, n. 4, p. 943-951, 2020. Disponível em: *inserir link de acesso*. Acesso em: *inserir dia, mês e ano de acesso*. DOI: *inserir link do DOI*.

Como citar este artigo (APA)

Miranda, R.C.N.A., Pereira, E.R., Silva, R.M.C.R.A., Medeiros, A.Y.B.B.V., & Dias, F.A. (2020). Sentido da vida no envelhecimento saudável: contribuições da teoria de Viktor Frankl. REFACS, 8(4), 943-951. Recuperado em *inserir dia, mês e ano de acesso* de *inserir link de acesso*. DOI: *inserir link do DOI*.