

# Envelhecimento Activo: Pragmática, Ideologia e Biopolítica

**Manuel Villaverde Cabral**  
Director  
Instituto do Envelhecimento  
Universidade de Lisboa

**SINDICATO DOS PROFESSORES DA REGIÃO CENTRO**  
**Departamento de Aposentados**

**Coimbra, Março de 2015**



## DUAS NOTAS SOBRE O ENVELHECIMENTO GLOBAL

Portugal conta-se entre os 10 países mais envelhecidos do mundo (entre o 5.º e o 6.º) mas o fenómeno é praticamente universal, com excepção do continente africano e de alguns países muçulmanos. Portanto, à escala global, foi a própria ideia das migrações internacionais que se esgotou. Em Portugal, o envelhecimento atinge já o índice de 130 pessoas com 65+ anos para 100 menores até aos 15 anos, e os demógrafos prevêem que, mesmo no caso favorável de alguma imigração devida ao crescimento económico, em 2030 esse índice atinja a marca de 200 e possa chegar a 300... Em alguns concelhos e muitas freguesias do país este último valor já foi ultrapassado!

O envelhecimento, porém, não é um mero fenómeno demográfico. Representa em princípio a benção de uma maior longevidade com maior qualidade de vida, mas também pode gerar uma série de consequências complexas e mesmo gravosas para o nosso tipo de sociedade. É aquilo a que chamo o paradoxo do envelhecimento e que comporta riscos.

# DUAS NOTAS SOBRE O ENVELHECIMENTO GLOBAL

Hoje não entraremos especificamente nesses custos sociais, que vão do risco de vulnerabilidade, isolamento, solidão, dependência e estigmatização das pessoas mais velhas; à questão da sustentabilidade dos sistemas de segurança social e de saúde; e finalmente às pressões sobre a equidade das relações entre os mais jovens e os mais velhos ao nível da competição nos mercados de trabalho, da sustentabilidade dos sistemas sociais e do apoio mútuo entre os grupos etários.

Veremos isso através de alguns resultados de um recente estudo do Instituto do Envelhecimento da Universidade de Lisboa, através do que chamámos a pragmática e a ideologia do paradigma do «envelhecimento activo» recomendado pelas grandes organizações internacionais a fim de combater tais riscos. Para finalizar, diremos algumas palavras acerca da biopolítica do envelhecimento e de algumas questões que se colocarão no futuro próximo.

# PROCESSOS DE ENVELHECIMENTO EM PORTUGAL:

Usos do tempo, redes sociais e condições de vida  
dos Seniores portugueses (50 anos+)

Projecto financiado pela Fundação Francisco Manuel dos Santos

## Objectivos

Caracterização das redes inter-pessoais e sociais formais e informais

Actividades e usos do tempo ao longo dos processos de envelhecimento;

Condições sociais de sustentação de um envelhecimento activo: reforma, viuvez, saúde e bem-estar

# PRINCIPAIS CONCLUSÕES DESTE ESTUDO INÉDITO

1) A adopção de práticas associadas às recomendações do «envelhecimento activo» por parte dos seniores portugueses é claramente minoritária: cerca de 30%;

2) Simultaneamente, observou-se que a substituição das actuais coortes fará com que os seniores portugueses apresentem, num futuro próximo, um perfil de adesão sócio-cultural às práticas de «envelhecimento activo» bastante mais consentâneo com as recomendações das agências internacionais;

3) Confirmou-se que o efeito de idade tende a exercer o seu impacto a todos os níveis da existência dos indivíduos, confirmando assim as teses da desvinculação gradual dos mais idosos em relação à participação na vida social e até familiar.

# O ESTUDO DO «ENVELHECIMENTO ACTIVO»

O nosso estudo contém uma análise original «bottom-up» e obteve um resultado final sobre o «envelhecimento activo» dos seniores portugueses comparável ao estudo intensivo – então inédito – feito no sentido de construir «top-down» um **Índice Europeu de Envelhecimento Activo** a partir de indicadores secundários, em função de 4 grandes domínios:

- 1 – Emprego
- 2 – Participação social
- 3 – Vida autónoma, saudável e segura
- 4 – Ambiente e recursos sociais propícios ao «EV»

Nesse primeiro Índice europeu, Portugal ficou colocado numa posição mediana na Europa com 35% do «envelhecimento activo» potencial, graças sobretudo à maior presença dos seniores no mercado de trabalho, ou seja, do emprego dos seniores, cuja idade média (cerca de 62 anos) é superior à da União Europeia, embora tenha diminuído nos últimos anos.

# ATIVIDADES E TEMPOS LIVRES: ANÁLISE EM COMPONENTES PRINCIPAIS

	Factor 1	Factor 2	Factor 3
Usar um computador	<b>0,695</b>	0,016	0,055
Ir ao cinema/concertos/teatro/museus	<b>0,687</b>	0,042	0,092
Ouvir música	<b>0,594</b>	0,227	0,029
Ouvir rádio	<b>0,540</b>	0,164	-0,021
Ir a cursos ou acções de formação por sua iniciativa	<b>0,514</b>	-0,125	-0,194
Praticar desporto	<b>0,431</b>	0,108	0,294
Ler	<b>0,426</b>	0,267	0,209
Participar em eventos como os que são promovidos por partidos políticos, sindicatos ou movimentos cívicos	<b>0,397</b>	-0,015	0,037
Passear	<b>0,355</b>	0,333	0,248
Visitar amigos/conhecidos ou convidá-los para sua casa	<b>0,351</b>	0,320	0,248
Realizar alguma actividade artística	<b>0,281</b>	-0,077	0,268
Jogar jogos de mesa	0,024	<b>0,757</b>	0,108
Ir a eventos desportivos	0,177	<b>0,643</b>	-0,028
Tarefas domésticas	0,179	<b>-0,485</b>	0,239
Jardinagem ou cultivar uma horta	-0,124	-0,001	<b>0,667</b>
Artesanato, trabalhos manuais, reparações caseiras	0,125	0,027	<b>0,632</b>
Tratar de um animal doméstico	0,143	0,068	<b>0,482</b>
Palavras cruzadas ou quebra-cabeças	0,184	0,239	<b>0,244</b>
Ver TV	-0,026	-0,009	<b>0,188</b>
Variância explicada (%)	18,1	7,4	7,0
Cronbach's Alpha	0,69	0,20	0,38
KMO		0,790	

# PREDITORES DO ÍNDICE DE PRÁTICA DE ACTIVIDADES INDIVIDUAIS E COLECTIVAS DIVERSIFICADAS (REGRESSÃO LINEAR)

	Socio-demo	Redes pessoais	Participação social	Representações
Sexo (mulheres)	0,156*	0,155*	0,084	0,094
Idade	-0,227**	-0,237**	-0,170*	-0,14
Escolaridade	0,383***	0,357***	0,311***	0,299***
Divorciado / Separado (casado)	0,113	0,053	0,033	0,03
Viúvo (casado)	0,099	0,023	-0,052	-0,03
Solteiro (casado)	-0,009	0,055	-0,048	-0,047
Empregado (reformado)	0,064	0,058	0,097	0,15
Desempregado (reformado)	0,018	0,020	0,037	0,045
Doméstico (reformado)	0,114	0,126	0,099	0,095
Prop., dirig, e prof. liberais (trab. manuais esp.)	0,166*	0,177*	0,151	0,14
Quadros médios e sup. (trab. manuais esp.)	0,174*	0,168	0,137	0,125
Executantes não manuais (trab. manuais esp.)	0,106	0,086	0,049	0,015
Trab. manuais não esp. (trab. manuais esp.)	0,027	0,018	-0,014	-0,002
Rendimento do agregado	0,167*	0,170*	0,169*	0,162*
Agregado doméstico (viver acompanhado)		0,091	0,124	0,13
Composição da rede pessoal (rede familiar)		0,081	0,033	0,036
Dimensão da rede pessoal		0,069	0,036	0,037
Prestação de cuidados (sim)		0,061	0,038	0,038
Participação em actividades organizadas			0,126*	0,101
Pertença associativa			0,195**	0,164*
Participação informal em grupos			0,006	0,022
Convívio com vizinhos			0,124*	-0,109
Representações do envelhecimento				0,154*
$\Delta R^2$		1,144	4,029	5,820
Adjusted R <sup>2</sup>	0,456	0,459	0,500	0,517

# Preditores do Estado de Saúde Subjectivo (regressão linear)

	Bloco 1 Sócio- demográficos	Bloco 2 Redes pessoais	Bloco 3 Actividades sociais	Bloco 4 Actividade sexual	Bloco 5 Sentimento de felicidade	
Idade	-,194***	-,210***	-,174***	-,151**	-,150**	
Género (feminino)	,160***	,158***	,120**	,074	,078	
Escolaridade	,143**	,140**	,045	,057	,071	
Prop. dirigentes e prof. liberais (trab. manuais esp.)	,100*	,096*	,076	,072	,073	
Quadros médios e superiores (trab.manuais esp.)	,059	,055	,042	,025	,027	
Executantes não manuais (trab. manuais esp.)	,020	,021	,014	,003	,013	
Trab. manuais não especializados (trab. manuais esp.)	-,013	-,007	,008	,005	,005	
Empregado (reformado)	,084	,076	,053	,063	,072	
Desempregado (reformado)	,000	,002	-,025	-,024	-,025	
Doméstico (reformado)	,096*	,096*	,077*	,081*	,086*	
Rendimento	,078	,087	,036	,031	,006	
Dimensão da rede		,072*	,048	,047	,050	
Composição rede (rede familiar)		-,053	-,053	-,046	-,024	
Viver sozinho (acompanhado)		,034	,024	,034	,066	
Número de actividades praticadas dentro de casa			,108	,094	,094	
Número de actividades praticadas fora de casa			,110	,121	,126	
Número de actividades praticadas com maior frequência dentro de casa			-,077	-,084	-,071	
Número de actividades praticadas com maior frequência fora de casa			,165**	,177**	,180**	
Pertença associativa			-,032	-,026	-,017	
Índice de práticas associadas ao env. activo			,254**	,230**	,171*	
Actividade sexual nos últimos 3 meses (sim)				,051	,088	
Importância da actividade sexual				,175***	,167***	
Sentimento de felicidade					,189***	
	$\Delta R^2$	0,210	0,008	0,040	0,017	0,027
	$R^2$ Ajustado	0,196	0,200	0,234	0,249	0,276

Análise de regressão linear, método Enter. Os valores são coeficientes de regressão estandardizados (betas), assinalados quando estatisticamente significativos: \*  $p < 0,05$ ; \*\*  $p < 0,01$ ;

\*\*\*  $p < 0,001$ .

# Preditores do Sentimento de Felicidade (regressão linear)

	Bloco 1 Sócio- demográficos	Bloco 2 Redes pessoais	Bloco 3 Actividades sociais	Bloco 4 Saúde	Bloco 5 Actividade sexual
Idade	-0,107*	-0,040	0,025	0,037	0,080
Género (feminino)	0,102**	,073	0,053	0,039	-0,002
Escolaridade	-0,014	-0,002	-0,104*	-0,108*	-0,109*
Prop. dirigentes e prof. liberais (trab. manuais esp.)	0,023	0,017	-0,002	-0,013	-0,014
Quadros médios e superiores (trab.manuais esp.)	0,006	0,012	0,008	0,003	0,011
Executantes não manuais (trab. manuais esp.)	-0,065	-0,055	-0,075	-0,076	-0,078
Trab. manuais não especializados (trab. manuais esp.)	-0,023	0,011	0,025	0,019	0,024
Empregado (reformado)	0,024	0,012	0,023	0,015	0,008
Desempregado (reformado)	0,067	0,065	0,032	0,029	0,028
Doméstico (reformado)	0,018	0,007	-0,012	-0,024	-0,032
Rendimento do agregado	0,237***	0,164***	0,092*	0,081	0,068
Estado da habitação	-0,068	-0,026	-0,007	-0,009	0,002
Dimensão da rede		-0,034	-0,050	-0,055	-0,054
Composição rede (rede familiar)		-0,068	-0,079*	-0,075*	-0,074*
Viver sozinho (acompanhado)		-0,158***	-0,147***	-0,148***	-0,143***
Frequência da necessidade de ser apoiado emocionalmente		-0,220***	-0,182***	-0,156***	-0,154***
Gostaria de ser mais apoiado emocionalmente (não)		-0,058	-0,015	-0,007	-0,005
Manifestação de afectos		-0,169***	-0,095*	-0,097	-0,092*
Pertença associativa			-0,060	-0,060	-0,064
Índice de práticas associadas ao envelhecimento activo			0,158***	0,142**	0,118*
Representações do envelhecimento			0,317***	0,286***	0,275***
Estado de saúde subjectivo				0,106*	0,117**
Doença crónica (sim)				-0,033	-0,038
Impedimentos físicos e psicológicos				-0,073	-0,055
Actividade sexual nos últimos 3 meses (sim)					-0,157***
Análise de regressão linear, método Enter. Os valores são coeficientes de regressão estandardizados (betas); assinalados quando estatisticamente significativos: * $p < 0,05$ ; ** $p < 0,01$ ; *** $p < 0,001$ .					
	$\Delta R^2$	0,126	0,119	0,93	0,16
	$R^2$ Ajustado	0,107	0,221	0,314	0,336

# PRAGMÁTICA E IDEOLOGIA DO «ENVELHECIMENTO ACTIVO»

O peso dos determinantes sociais nas práticas associadas ao «envelhecimento activo» em Portugal é esmagador. Juntamente com a idade e o género, a escolaridade, o estatuto sócio-profissional e o rendimento do agregado familiar, por esta ordem de peso estatístico, o conjunto dos determinantes sócio-demográficos explicam perto de 46% da variância explicada.

Simultaneamente, embora a adopção de práticas de envelhecimento activo constitua a variável mais favorável ao bom estado de saúde, o que confirma o seu **carácter pragmático**, os seus determinantes são contudo os mesmos que os do estado de saúde, o que duplica, por assim dizer, o efeito do estado de saúde, reduzindo assim os seus benefícios pragmáticos para quem mais necessitaria deles, basicamente os mais velhos.

Isto revela, portanto, o **carácter ideológico** que as práticas de «envelhecimento activo» ainda mantêm na sociedade portuguesa, fazendo dele uma espécie de reprimenda automática das desigualdades em saúde.

# DESVINCULAÇÃO SOCIAL DOS IDOSOS

Conclui-se também do estudo que o curso de vida é pautado por um calendário com transições comuns no processo de envelhecimento, como a reforma e a viuvez, assim como aquilo a que Norbert Elias (2001) chamava o «gradual arrefecimento dos laços sociais», que surge como uma forma de desvinculação existencial.

Basta citar as correlações da idade com uma bateria de índices e indicadores mais importantes – a escolaridade ( $r=-,293$ ) e o rendimento familiar ( $r=-,244$ ); o estado de saúde ( $r=-,318$ ); as redes pessoais ( $r=-,021$ ) e sociais ( $r=-,136$ ), bem como a adopção das práticas associadas ao «envelhecimento activo» ( $r=-,336$ ) e as actividades «outdoor» ( $r=-,201$ ); ou ainda como as representações do envelhecimento ( $r=-,291$ ) e o sentimento de bem-estar ( $r=-,187$ ) – para verificar que a idade está negativamente correlacionada com todos eles sem excepção

Seja a que nível for da existência e dos sentimentos, observa-se mais cedo ou mais tarde, em especial a partir dos 75+ e , concretamente, numa sociedade como a portuguesa, algo que se pode designar como uma desvinculação dos laços pessoais e sociais, o que confirma o peso da dimensão ideológica no «envelhecimento activo».

# BIOPOLÍTICA DO ENVELHECIMENTO

Há óbices que sobre-determinam a biopolítica do envelhecimento: por um lado, não se pode falar de um grupo social com atributos ou interesses comuns; por outro lado, a capacidade de mobilização dos seniores é correlativa da sua própria idade.

Ora, é quando os idosos mais necessitariam de se mobilizar e organizar para exprimir os seus desejos e aspirações que as forças mais faltam para o fazer, diversamente do que aconteceu historicamente com movimentos sociais como o dos jovens e o das mulheres, que têm ou já tiveram as suas «secretarias de Estado», como a chamada 3.<sup>a</sup> Idade deveria ter na minha opinião.

Isso deve-se possivelmente ao pudor perante a defesa dos seus próprios interesses, assim como à intimidação simbólica usada contra a emergência de movimentos de seniores e de reformados associados ao «poder grisalho», e talvez pela dificuldade em assumir o seu próprio envelhecimento e os riscos a ele associados.

A conjugação de factores que vão do seu baixo capital social às estratégias pessoais de evitamento faz com que o associativismo senior em Portugal seja virtualmente desconhecido e não tenha representação na concertação social, sendo até agora todas as políticas e apoios conduzidos de cima para baixo e sem intervenção representativa dos seniores.

# UMA PERSPECTIVA PARA O FUTURO IMEDIATO

Para finalizar, uma perspectiva para o futuro imediato: sendo o emprego o domínio em que o desempenho dos seniores portugueses é comparativamente melhor à escala europeia, existe uma dimensão fundamental da ideologia do «envelhecimento activo» cuja evolução permanece pouco definida, em virtude da própria conjuntura económica e financeira.

É a questão do trabalho sénior, ou seja, o duplo problema do adiamento da idade da reforma e do trabalho após a reforma, em confronto com a dimensão da competição inter-geracional no duplo terreno do mercado do trabalho e da solidariedade sistémica ante o financiamento dos sistemas de pensões e de saúde.

Ora, no âmbito do nosso estudo, podemos dizer que há uma predisposição favorável ao «envelhecimento activo» por parte do segmento senior mais jovem (50-64 anos), nomeadamente no que respeita a cerca de metade dos inquiridos profissionalmente activos, que revelam uma atitude prospectiva favorável ao «envelhecimento activo», tanto no sentido do adiamento da idade da reforma como do trabalho após a reforma.

Do nosso ponto de vista das políticas públicas, esta é, seguramente, uma das questões principais a encarar no futuro próximo, à luz da presente crise.