

UNIVERSIDADE DE PASSO FUNDO  
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA E FISIOTERAPIA  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM ENVELHECIMENTO HUMANO

Estética na velhice: a percepção da mulher idosa

Márcia de Mello

Passo Fundo  
2019

Márcia de Mello

Estética na velhice: a percepção da mulher idosa

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Envelhecimento Humano da Faculdade de Educação Física e Fisioterapia da Universidade de Passo Fundo, como requisito parcial para obtenção de título de Mestre em Envelhecimento Humano.

Orientadora:

Profa. Dra. Helenice de Moura Scortegagna

Coorientador:

Prof. Dr. Nadir Antonio Pichler

Passo Fundo

2019

M527e Mello, Márcia de  
Estética na velhice : a percepção da mulher idosa / Márcia de Mello. – 2019.  
55 f. ; 30 cm.

Orientadora: Profa. Dra. Helenice Moura Scortegagna.  
Coorientador: Prof. Dr. Nadir Antonio Pichler.  
Dissertação (Mestrado em Envelhecimento Humano) –  
Universidade de Passo Fundo, 2019.

1. Idosas. 2. Estética - Envelhecimento. 3. Senso de autoeficácia. I. Scortegagna, Helenice Moura, orientadora. II. Pichler, Nadir Antonio, coorientador. III. Título.

CDU: 613.98

# ATA DE DEFESA DE DISSERTAÇÃO



**PPGEH**

Programa de Pós-Graduação  
em Envelhecimento Humano

Faculdade de Educação Física e Fisioterapia - FEF

## ATA DE DEFESA DE DISSERTAÇÃO

A Banca Examinadora, abaixo assinada, aprova a Dissertação:

“Estética na velhice: a percepção da mulher idosa”

Elaborada por

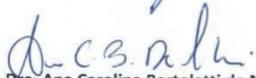
**MÁRCIA DE MELLO**

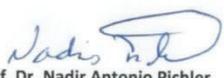
Como requisito parcial para a obtenção do grau de  
“Mestre em Envelhecimento Humano”

Aprovada em: 28/08/2019  
Pela Banca Examinadora

  
**Prof. Dra. Helenice de Moura Scortegagna**  
Orientadora e Presidente da Banca Examinadora - UPF/PPGEH

  
**Prof. Dra. Marilene Rodrigues Portella**  
Avaliadora Interna - PPGEH

  
**Prof. Dra. Ana Carolina Bertoletti de Marchi**  
Coordenadora do PPGEH

  
**Prof. Dr. Nadir Antonio Pichler**  
Coorientador - Universidade de Passo Fundo - UPF/PPGEH

  
**Prof. Dra. Iara Salete Caierão**  
Avaliadora Externa - PF

## **DEDICATÓRIA**

À minha filha Endil Tamara e aos meus filhos Eder Fernando e Brummer Rosiel, que sempre me deram muito amor e incentivo em tudo.

Às minhas netas Cecília e Vitória e aos netos Emmanuel e João Guilherme, pelo amor incondicional que me enche de felicidade.

Ao meu esposo Jorge, pela companhia e apoio. De forma presente, ele me acompanhou e compreendeu minha ausência em momentos de muito estudo. Pessoa com quem amo partilhar a vida, especialmente, por sua capacidade de me trazer paz e segurança na correria de cada semestre.

Às minhas colegas de trabalho, por me ouvirem nos momentos de muitas dificuldades, me proporcionando motivação e confiança.

Por fim, dedico este trabalho à toda minha família, amigos e todas as pessoas que juntas, me ajudaram e me fizeram crescer, me apoiando, incentivando e dando suporte, para que eu chegasse e concluísse esta etapa de minha vida.

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço a Deus pela sua iluminação, que me proporcionou força, garra e determinação durante essa longa caminhada na conclusão deste trabalho.

Agradeço a minha orientadora, Prof. Dra. Helenice de Moura Scortegagna, por sua orientação, incentivo e paciência, que tornaram possível a conclusão dessa dissertação.

Um muito obrigada também ao meu coorientador, Prof. Dr. Nadir Antonio Pichler, pela compreensão e ensinamentos.

## RESUMO

MELLO, Márcia de. **Estética na velhice**: a percepção da mulher idosa. 2019. 61 f. Dissertação (Mestrado em Envelhecimento Humano) – Universidade de Passo Fundo, Passo Fundo, 2019.

Seguindo uma tendência mundial, o Brasil vive uma nova realidade sócio demográfica, com índices de crescimento vertiginosos da população idosa. O aumento da expectativa de vida, uma das maiores conquistas da humanidade, trouxe em seu bojo novos desafios frente à velhice. Dentre eles, a busca por um envelhecer saudável, ativo e emancipado, ideal contraditório, na sociedade contemporânea que trata o corpo como capital, cultuando a beleza e a jovialidade como modelo social dominante. O presente estudo teve como objetivo, conhecer a percepção das idosas sobre sua estética corporal e como essa compreensão pode influenciar no senso de autoeficácia diante do cotidiano. Para alcançar tal propósito, realizou-se uma pesquisa qualitativa, do tipo exploratória e descritiva em um grupo de convivência, vinculado a um programa de extensão universitária do interior do estado do Rio Grande do Sul. Foram entrevistadas 11 mulheres com idades entre 60 a 80 anos, no período de novembro a dezembro de 2018. As informações obtidas foram analisadas seguindo a técnica de análise temática de conteúdo, o que permitiu a construção de duas categorias: sentir-se bem é a palavra-chave; cuidados com a aparência. Os resultados estão apresentados na Produção Científica I, intitulada “Percepção de estética corporal de mulheres idosas em um grupo de convivência”, os quais demonstraram que a aparência é percebida como aspecto importante para sentir-se bem consigo e com os outros, confiante e feliz, contudo, não ocupa lugar de destaque no cotidiano. Os cuidados que as mulheres idosas, deste estudo, expressaram ter, evidenciaram a compreensão da associação entre saúde e beleza. A Produção Científica II, intitulada “Estética e o senso de autoeficácia no envelhecimento” tem por objetivo refletir como a estética corporal contribui para a autoeficácia do indivíduo no processo de envelhecer. Os resultados sinalizam para a importância de um novo olhar e significado para os valores estéticos de saúde e de vida, no sentido de contribuir para um autoconceito positivo e maior senso de autoeficácia.

Palavras-chave: 1. Aparência. 2. Senso de autoeficácia. 3. Envelhecimento humano. 4. Estética corporal.

## ABSTRACT

MELLO, Márcia de. **A esthetics in old age: the perception of the elderly woman.** 2019. 61 f. Dissertation (Master in Human Aging) – University of Passo Fundo, Passo Fundo, 2019.

Following a worldwide trend, Brazil lives a new socio-demographic reality, with dizzying growth rates of the elderly population. The increase in life expectancy, one of the greatest achievements of mankind, brought new challenges in face of old age. Among them, the search for a healthy, active and emancipated aging, contradictory ideal, in contemporary society that treats the body as capital, worshipping beauty and youthfulness as the dominant social model. The present study aimed to know the perception of the elderly about their body aesthetics and how this understanding can influence the sense of self-efficacy in daily life. To achieve this purpose, a qualitative, exploratory and descriptive research was conducted in a coexistence group, linked to a university extension program in the interior of the state of Rio Grande do Sul. Eleven women aged 60 to 80 were interviewed. years, from November to December 2018. The information obtained was analyzed following the thematic content analysis technique, which allowed the construction of two categories: feeling good is the keyword; care with appearance. The results are presented in Scientific Production I, entitled “Perception of body aesthetics of older women in a social group”, which showed that appearance is perceived as an important aspect to feel good about yourself and others, confident and happy. However, it does not occupy a prominent place in daily life. The care that the elderly women in this study expressed having showed the understanding of the association between health and beauty. Scientific Production II, entitled “Aesthetics and the sense of self-efficacy in aging” aims to reflect how body aesthetics contributes to the individual's self-efficacy in the aging process. The results point to the importance of a new look and meaning to the aesthetic values of health and life, in order to contribute to a positive self-concept and a greater sense of self-efficacy.

Key words: 1. Appearance. 2. Self-efficacy. 3. Humanaging. 4. Bodyaesthetics.

## SUMÁRIO

<b>1</b>	<b>INTRODUÇÃO</b>	<b>10</b>
<b>2</b>	<b>REVISÃO DA LITERATURA</b>	<b>13</b>
2.1	<i>Autoeficácia e sua relação com os idosos</i>	15
2.2	<i>Estética corporal: busca pela “eterna” juventude?</i>	17
<b>3</b>	<b>PRODUÇÃO CIENTÍFICA I</b>	<b>21</b>
<b>4</b>	<b>PRODUÇÃO CIENTÍFICA II</b>	<b>22</b>
<b>6</b>	<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS</b>	<b>23</b>
	<b>REFERÊNCIAS</b>	<b>25</b>
	<b>ANEXO</b>	<b>29</b>
	<i>Anexo A. Parecer Consubstanciado do Comitê de Ética em Pesquisa, Educação e Saúde, sob parecer nº 2.628.076.</i>	30
	<b>APÊNDICES</b>	<b>31</b>
	<i>Apêndice A. Questionário de pesquisa</i>	32
	<i>Apêndice B. Termo de Consentimento Livre e Esclarecido</i>	35

## 1 INTRODUÇÃO

Vivencia-se o limiar de um novo tempo, a partir de um processo demográfico histórico e irreversível: o aumento das populações idosas no mundo. Dados sem precedentes históricos apontam que até 2050, uma em cada seis pessoas no mundo terá mais de 65 anos (16%); um aumento na comparação com a taxa de uma em cada 11 (9%), em 2019. Sendo que em 2018, pela primeira vez na história, as pessoas com 65 anos ou mais superaram numericamente, em nível global, as crianças com menos de cinco anos. Estima-se que o número de pessoas com 80 anos ou mais, triplique, passando de 143 milhões, em 2019, para 426 milhões, em 2050 (ONU, 2019).

Entre as regiões do mundo em que a parcela da população com 65 anos ou mais deve dobrar entre 2019 e 2050 está a América Latina (ONU, 2019), indicando que países em desenvolvimento como o Brasil, também seguem esta tendência. Estatísticas indicam que em 2010 havia mais de 20 milhões de pessoas idosas no Brasil. De acordo com o censo demográfico daquele ano, a estimativa é de um incremento médio de mais de 1 milhão de idosos, anualmente, ao longo da próxima década (PARADELLA, 2018). Já no Rio Grande do Sul, a população idosa deve mais do que duplicar, no período de quatro décadas. Em 2060, a proporção de pessoas com idade acima dos 65 anos, saltará dos atuais 12,7% para 29%, em um processo de envelhecimento provocado por fatores como a baixa fecundidade, migrações de jovens para outros estados e expectativa de vida acima da média nacional. Tal cenário fica mais evidente quando é estimado o recuo da faixa etária de zero a 14 anos. Em 2019 representa 18,3% da população do RS, caindo para 14% em quatro décadas. No país essa redução também é acentuada: de 21,1% para 14,7% dos brasileiros. Com isso, a população considerada potencialmente ativa (entre 15 e 64 anos), sofrerá queda acentuada na projeção para 2060, ficando em 57%. Atualmente, a proporção é de 69% (SEPLAG, 2018).

Essas estatísticas ressaltam que à medida em que taxas de fertilidade diminuem e a proporção de pessoas com 60 anos ou mais crescem, a expectativa de vida aumenta constantemente, criando uma inversão da pirâmide etária (ONU, 2019). Fator que traz em

---

seu bojo a necessidade de um novo olhar sobre o envelhecimento humano. A sociedade necessita discutir o envelhecimento para compreender os condicionantes desse processo.

Sendo que o envelhecimento populacional não precisa ser acompanhado de doenças e limitações que contribuam de forma negativa para essa fase da vida. Que pode ser ativa e vivida de forma prazerosa, de acordo com as condições de vida de cada indivíduo que envelhece. Entretanto, a sociedade não está preparada para receber esses indivíduos, e culturalmente a velhice é vista como sinônimo de “decrepitude”, doenças, limitações ou empecilhos, conforme (SILVA; BRITO, 2017, p. 475).

Se por um lado as estatísticas revelam que a população global está envelhecendo, de outro, a sociedade contemporânea vive a midiaticização do corpo perfeito, sem marcas, sem falhas, características corporais que representam aos idosos uma imagem onde a velhice bem sucedida está, necessariamente, associada à jovialidade. Tal realidade, amplamente expressa entre formadores de opinião e celebridades do mundo inteiro, associa beleza, fama e prestígio à juventude, num movimento que reforça a repulsa em vincular a autoimagem à velhice (CERQUEIRA, 2017).

A soberania da juventude perene tem um peso maior entre as mulheres. Elas estão mais expostas a um arsenal de propagandas voltadas à beleza e à estética, atingindo mulheres idosas que procuram nos tratamentos estéticos um artifício para melhorar a aparência e, sobretudo, a autoestima, sendo uma forma de afirmação pessoal e de autoeficácia. É o que a escritora francesa Simone de Beauvoir (1990) sugeriu como “bela velhice”, “[...] construir um projeto singular que torne cada indivíduo autorizado a decidir sobre os seus comportamentos, não de acordo com determinadas regras, mas segundo sua própria vontade.” (GOLDENBERG, 2018, p. 83). Sendo que o processo de envelhecer bem se apresenta como constante busca entre os idosos, reinventando a velhice como tempo hábil de transformação e prazer, agentes de mudanças. O envelhecimento saudável deve ser uma associação entre a saúde física e mental, independência e autonomia nas atividades diárias, integração e inclusão social, para o qual a imagem corporal colabora sobremaneira no cotidiano dos idosos (MINCOFF *et al.* 2018).

A partir da dicotomia entre o envelhecimento acentuado, sem precedente na história demográfica global, e, uma sociedade voltada à uma cultura estética que enaltece a beleza, a

---

forma, a jovialidade permanente, esta dissertação procura responder a questão: qual a percepção das idosas em relação a sua estética corporal e a influência dessa percepção no seu cotidiano. Para tanto, este estudo teve como objetivo de pesquisa: conhecer a percepção das idosas sobre sua estética corporal e como essa compreensão pode influenciar no senso de autoeficácia diante do cotidiano.

## 2 REVISÃO DA LITERATURA

O envelhecimento humano se apresenta como importante desafio à sociedade contemporânea. Se, por um lado, entende-se a longevidade como uma conquista, por outro, depara-se com uma sociedade que, ainda, não está preparada para envelhecer. O envelhecimento, ao longo dos tempos, transita por diferentes paradigmas. Desde o senil venerável, denotando sabedoria em determinadas civilizações, até a imagem de decadência e perda de competências físicas e emocionais. Nesse aspecto, os autores Silva e Brito (2017, p. 10) contribuem ao elucidar que “[...] o envelhecimento coincide durante um momento específico de vida do ser humano, originando importantes modificações na construção do indivíduo”. As autoras pontuam, ainda, que tais alterações são biológicas, psicológicas e sociais.

O envelhecimento é mais desafiador para as mulheres, as quais sofrem uma maior pressão social para manterem-se com uma aparência que exalta a jovialidade, influenciadas por padrões estéticos que sublimam o corpo jovem e perfeito. Asseguram Fin, Portella e Scortegagna (2017), que na sociedade atual, as mulheres são confrontadas com imagens que glorificam a jovialidade e o enaltecimento da magreza.

Já para o público masculino, o processo de envelhecimento se caracteriza por “[...] alterações funcionais, psicológicas e sexuais [...]”, como explica Vieira *et al.* (2017, p. 184). Foi identificado que os sintomas do envelhecimento masculino estão associados a diferentes fatores internos e externos, os quais influenciam a maneira como esse público percebe a velhice, como os sexuais. Há influência da sintomatologia na qualidade de vida dos homens idosos.

Seguindo esta mesma linha de estudo, uma pesquisa realizada com um grupo de idosos portugueses, inseridos numa zona de Portugal, com uma elevada prevalência de indivíduos acima dos 65 anos, apresentaram valores de percepção de qualidade de vida positivos (superiores a 50%), em diferentes contextos analisados. Como resultado os autores do estudo Camões *et al.* (2016), perceberam uma melhora na função física, mental e de vitalidade do grupo exposto ao exercício físico regular, como forma de manter a autonomia

---

e, conseqüentemente, a qualidade de vida entre a população idosa. A pesquisa de Bispo (2016, p. 61), que envolve apenas a população feminina com 65 anos e mais, alerta que a inatividade é um fator de exclusão social na velhice;

A valorização da juventude e a responsabilização individualizada pelo controle da velhice são fenômenos socialmente “espraiados”, não restrito a segmentos específicos. Logo, o problema “não é a velhice, mas a velhice feia, carcomida, sem movimento, parada, encostada, que não se expõe ao mundo. A inatividade é um fator de exclusão social, e não a velhice propriamente dita, algo inevitável.” (BISPO, 2016, p. 61).

Estudos de Fin *et al.* (2015), sobre pesquisa realizada com idosas, apontam para as inquietações das sexagenárias com a imagem corporal envelhecida, levando-as a buscar em procedimentos estéticos e cosmetológicos, a melhora física. Tal busca repercute, positivamente, na aceitação da melhora de sua aparência, provocando um sentimento de bem-estar.

O cuidar de si, no entendimento foucaultiano, requer uma relação de singularidade entre o sujeito e tudo o que o rodeia, em relação aos demais e “[...] ao seu próprio corpo e, enfim, a ele mesmo [...]” (FOUCAULT, 2010, p. 50). O cuidado consigo, o sentir-se bem estão associados à autoestima e à beleza, aspectos essenciais da estética, pois oferecem resultados que envolvem um maior senso de autocuidado ao idoso. O que promove um sentimento de valorização, favorecendo uma autoeficácia alta, que induz à uma qualidade física e mental. O envelhecer bem “[...] é um aspecto básico de um envelhecimento ativo, envelhecer com sucesso ou envelhecer bem, o que pressupõe estilos de vida que mantenham o corpo e a mente saudáveis.” (CRUZ *et al.* 2017, p. 192).

Partindo do pressuposto que a sociedade contemporânea se norteia por uma cultura de beleza, de valorização da boa forma e da saúde perfeita, a população idosa estaria à margem deste ideal. Tal compreensão instiga a buscar, junto a teóricos, referenciais que reflexione sobre a relevância da estética corporal na autoeficácia dos idosos, associando a autoeficácia ao envelhecimento saudável e à positividade frente à velhice. Fundamentado no conceito de autoeficácia de Bandura, o objetivo é compreender como a estética corporal contribui para a autoeficácia, durante o processo de envelhecimento humano.

---

### 2.1 Autoeficácia e sua relação com os idosos

O conceito de autoeficácia objetiva explicar como as pessoas lidam com as exigências externas da vida cotidiana. Este conceito significa “[...] o grau de confiança que os indivíduos têm na sua eficiência de serem bem-sucedidos em determinados comportamentos, ou, a eficácia que um indivíduo tem para finalizar, de uma forma convincente, um determinado projeto”. (CRUZ *et al.* 2017, p. 183). A autoeficácia apresenta um espectro do comportamento humano, onde as crenças que os indivíduos desenvolvem acerca de si próprios, são os componentes que “[...] quanto mais forte a percepção de eficácia, maiores os desafios que as pessoas estabelecem para si mesmas, e mais fortes seus compromissos com eles.” (BANDURA; AZZI, 2017, p. 85).

Pessoas com alta segurança, de acordo com os apontamentos de Cruz *et al.* (2017), baseados em suas experiências, abarcam incumbências árduas como contratempos a serem controlados e não como amedrontamentos a serem desviados. Pesquisas recentes como de Oliveira, Lima e Portugal (2016), demonstram que a autoeficácia tem se mostrado uma dimensão importante para avaliar, em que medida os idosos confiam na sua capacidade para o autocuidado, com autonomia para tomada de decisão qualificada.

Os autores Bandura e Azzi (2017), relacionam um envelhecimento produtivo à autoeficácia para uma longevidade mais ativa. Eles entendem que a sociedade que promove o potencial de autodesenvolvimento ao longo da vida, estimula esses idosos a vivenciar um envelhecimento mais produtivo e que impulsiona a autoeficácia para essa longevidade mais ativa. Cerqueira (2017, p. 151), oferece uma crítica sobre a imagem massificada do velho, “[...] acentuado na atualidade, a imagem massificada do velho multiplicado em poderes e proezas impressionantes, numa tentativa de devolver-lhe a plena força, o vigor físico e mental”. Contudo, destaca-se que a partir dos discursos massificados, têm surgido múltiplas visibilidades para o fenômeno “envelhecer”, o que evidencia a construção de uma nova imagem da velhice. Ainda, que a nova imagem que o mercado atribui aos idosos, não condiga com a realidade, já se vislumbra a necessidade de novos discursos sobre o envelhecer. “O fato é que a ressignificação da velhice numa cultura complexa como a contemporânea, enseja

---

uma série de mutações e inconstâncias que repercutem abruptamente sobre a sociedade.” (CERQUEIRA, 2017, p. 151).

Nesse cenário instigante, frente à heterogeneidade do universo social, proliferam os estímulos e representações mais inesperadas sobre a velhice. Cruz *et al.* (2017), aduzem que, ações desafiadoras como novos aprendizados, a introdução de novos hábitos de vida, o cuidado com a nutrição, envolver-se em atividades sociais, entre outras, contribuem para autoeficácia entre os sexagenários. Ainda, exemplificam que os indivíduos que buscam nas Universidades para terceira idade, incentivo à participação e à interação em atividades educacionais, culturais e de lazer, encontram bem-estar na fase do envelhecimento (CRUZ *et al.* 2017). Estudos realizados por Carmel *et al.* (2017), sobre saúde, enfrentamento e bem-estar entre idosos Israelenses, destacam a importância da autoeficácia na capacidade individual de planejar e ir em busca de objetivos, reportando-na como responsável por influenciar metas e planejamentos pessoais. Oliveira, Lima e Portugal (2016), refere que a autoeficácia, além de apresentar o propósito de provocar capacidades ou competências, também tem outras importâncias sobre o comportamento humano, tais como padrões de reações emocionais e de pensamentos. Aqui pode-se citar a resiliência. Ao tomar-se a teoria cognitiva social de Bandura e Azzi (2017) como referência, infere-se que as crenças de autoeficácia são vistas como percepções sobre a capacidade de organizar e realizar um curso específico de ação. Os indivíduos são considerados como um elemento central na base da motivação e concretização, podendo afetar a maneira pela qual eles lidam com a abrangência das ações ambientais, sem cair em um transtorno (resiliência). As perspectivas de autoeficácia para Cruz *et al.* (2017), por sua vez, têm como elemento principal, as vivências bem-sucedidas, assim como o sentimento de concretização e de atuação pessoal, principalmente, se estas motivam a resiliência e a firmeza na forma de ultrapassar os obstáculos.

Esse olhar positivo frente à velhice ocorre de acordo com Bandura e Azzi (2017), quando o indivíduo observa as ameaças ambientais como oportunidades, criando estratégias para lidar com elas. Valendo-se desses mecanismos de empoderamento, os indivíduos estimulam-se e orientam-se pelo controle proativo, estabelecendo metas desafiadoras e

---

movimentando esforços para atingir os objetivos desejados. A autonomia dos idosos passa pela estética e o senso de autoeficácia na fase da maturidade.

## 2.2 *Estética corporal: busca pela “eterna” juventude?*

Desde os primórdios das civilizações, os seres humanos buscam meios para permanecer jovens. Da mitológica busca pela fonte da eterna juventude (Vilar, 2016), até o uso da nanotecnologia, os indivíduos anseiam pela juventude perene, visto que a chegada da velhice acelera o processo pela busca de soluções estéticas.

A sociedade contemporânea entende a estética como um ideal de beleza, e os indivíduos buscam essa imagem corporal perfeita, imposta e incentivada pelos padrões sociais. Nesse sentido, a estética corporal destaca-se por formar um conceito, com múltiplos aspectos coesos, sendo uma variedade de dimensões mensuráveis, que se desenvolvem por meio de pensamentos, sentimentos e percepções acerca da própria aparência geral, das partes do corpo (FRANZI; SANTOS, 2016).

Essa percepção e juízo estético estão associados às crenças de autoeficácia, referendadas por Bandura e Azzi (2017, p. 84), os autores apontam que “[...] as pessoas fazem escolhas, motivam e regulam seu comportamento baseadas em sistemas de crenças”. E, ainda sobre esse aspecto afirmam que “[...] entre os mecanismos de autorregulação nenhum é mais central ou impactante do que as crenças de autoeficácia.” (BANDURA; AZZI, 2017, p. 84). Os padrões de beleza impostos pela sociedade fazem com que os sexagenários encontrem nos procedimentos estéticos autoeficácia para atender exigências externas da vida cotidiana.

Conforme ponderações de Fin, Portella e Scortegagna (2017), a estética é vista como um ideal de beleza. Os indivíduos buscam essa imagem corporal perfeita, imposta e incentivada pela mídia. Nesse sentido, os meios de comunicação impulsionam a concepção dessa estética corporal, que revela a percepção do corpo pelo próprio indivíduo, tratando-se de uma escolha ou de uma opção assinalada, segundo sua personalidade e sua vivência na sociedade. Ratificando tal compreensão, Barros e Oliveira (2017), explicitam que os indivíduos são induzidos a seguir o pensamento que a sociedade compartilha, para que não

---

se sintam excluídos do meio em que vivem. Logo, tudo depende das correntes criadas para formulação desse pensamento, que não é algo homogêneo.

A influência midiática é reforçada pelos autores Fort, Skura e Brisolara (2016, p. 6), os quais explicitam que “[...] nas propagandas em revistas femininas, as mulheres escolhidas para fotografar têm um padrão pré-estabelecido, sendo mulheres jovens e magras, frequentemente brancas e de cabelos compridos, sempre impecavelmente maquiadas e penteadas”. O padrão preestabelecido do corpo perfeito não estampa só revistas femininas brasileiras, mas segue uma tendência mundial. Pesquisa realizada entre revistas femininas de beleza no México, também ressalta um padrão de beleza que não corresponde à realidade estética das mexicanas. Os autores do estudo Pérez-Lugo Gabino-Campos e Baile (2016, p. 44), salientam que as capas das revistas de beleza e moda mais difundidas no México continuam a transmitir “[...] um modelo estético de uma mulher longe da realidade do status do corpo da mulher mexicana e focado no ideal de magreza ou magreza extrema”.

A contribuição de Goldenberg (2018), destaca que a ideia de aparência do “corpo” brasileiro é um verdadeiro capital. As brasileiras, assim como as americanas, são as que mais consomem cirurgias plásticas, preenchimentos faciais, botox e mudança nos cabelos, como mechas, colorações, alisamentos, entre outros inúmeros processos estéticos e rejuvenescedores, na intenção de melhorar a aparência no processo de envelhecimento. “São as que estão mais insatisfeitas com o próprio corpo, e as que mais deixam de sair de casa, ir a festas e, até mesmo, trabalhar quando se sentem velhas, gordas e feias.” (GOLDENBERG, 2018, p. 2).

Bandura e Azzi (2017), também fazem alusão às decadências físicas, as quais são associadas à falta de interesse e ao desânimo dos idosos que, ao sentirem-se envelhecendo, perdem a motivação de envolverem-se em atividades que os mantenham ativos e participativos nessa fase da vida. Ao mesmo tempo que mencionam a reversão de tal quadro, a partir da autoeficácia. “Nesse contexto, quando o referido indivíduo envelhece e passa a ter uma percepção do senso de autoeficácia como empoderamento, o que envolve a crença de que com empenho pode conduzir os eventos da vida e conseguir o efeito almejado.” (BANDURA; AZZI, 2017, p. 85)

---

Autoeficácia e emancipação social suscitados pelo cuidado estético entre os idosos é assentido por Cordeiro *et al.* (2016), ao afirmarem que os indivíduos que estão envelhecendo acreditam que o cuidado com a aparência fará com que eles sejam bem tratados diante dos outros, demonstrando enfrentamento ao estigma do envelhecimento numa sociedade que valoriza o jovem, o belo. “Logo, a perda dessa juventude corrobora para o enfrentamento do estigma social, reforçando o significado positivo na construção de uma identidade positiva aos indivíduos que passaram dos 65 anos e gostam de se cuidar.” (CORDEIRO *et al.* 2016, p. 14).

Esse encontro de caráter prático em relação ao envelhecimento, seja, por meio de cuidados com a saúde ou com a estética, reafirma o senso de autoeficácia dos idosos, demonstrando que a aparência estética é, extremamente importante, na fase do envelhecimento. Nesse viés, Marinho e Reis (2016), atestam que os idosos descreveram, durante pesquisa, preocupação com a sua imagem atual. Embora pese a idade avançada, eles persistem no cuidar do corpo e da aparência, e primam por uma imagem cuidada, associada à jovialidade. Esse cuidado com a estética traz benefícios e ajuda na formação da identidade dos idosos, sendo que o cuidado com a aparência foi identificado como um carinho consigo mesmo, como sensação que manifestam uma boa autoestima. "A percepção de bem-estar com a aparência desmistifica o estigma de preconceito contra o envelhecimento." (MARINHO; REIS, 2016, p. 156).

Estudos de Silva e Brito (2017, p. 426) mostram importante relação entre envelhecimento e a autoestima buscada na estética, “[...] porque o envelhecimento vem acompanhado de algumas limitações nas capacidades físicas reais e, às vezes, também intelectuais, o que assusta muito as pessoas que estão envelhecendo”. As autoras desmistificam o entendimento sobre envelhecimento populacional, ao alertarem que o envelhecer não precisa, necessariamente, estar associado a debilidades (SILVA; BRITO, 2017, p. 426), visto que a estética auxilia a romper tal padrão incutido pelo senso comum. Colaboram com o mesmo viés teórico, Cavalcante e Vasconcelos (2017), ao aduzirem que a estética, assim como representa um sentimento individual, próprio da percepção que uma pessoa possui em elaborar um juízo estético, também representa uma construção de forma coletiva, pela vivência, experiências e compreensão do julgamento por meio dos sentidos e

---

gostos. Esse julgamento estético ocorre, a partir de um senso de autoeficácia positivo em relação às mudanças que o corpo apresenta na velhice.

### **3 PRODUÇÃO CIENTÍFICA I**

Conteúdo de acesso restrito.

#### **4 PRODUÇÃO CIENTÍFICA II**

Conteúdo de acesso restrito.

## 6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente dissertação procurou contribuir para alargar conhecimentos e discussões sobre os temas: “estética corporal, percepção do idoso e sua influência no cotidiano” e “estética como contribuição na autoeficácia dos idosos”, utilizando-se de estudo aplicado e reflexões teóricas sobre as referidas temáticas. A investigação se deu em um grupo de convivência, vinculado a um programa de extensão universitária do interior do estado do RS, com a participação de 11 idosas entrevistadas. O método utilizado na pesquisa mostrou-se eficaz, visto que por meio das falas das idosas foi possível alcançar os objetivos propostos.

Quanto ao primeiro tema mencionado, o objetivo foi conhecer a percepção das idosas sobre sua estética corporal e como essa compreensão pode influenciar no senso de autoeficácia diante do cotidiano. A partir das expressões das participantes elaborou-se duas categorias: “Sentir-se bem é a palavra-chave” e “Cuidados com a aparência na percepção das idosas”. Diante disso, a percepção do grupo confirmou a necessidade de uma estética saudável associada ao autocuidado, à autoestima e ao sentir-se bem, evidenciando que a estética corporal tem influência no cotidiano das idosas, ainda, que demonstrem não seguir padrões estéticos preestabelecidos.

Em relação ao segundo tema, tem como objetivo refletir como a estética corporal contribui para a autoeficácia do indivíduo idoso no processo de envelhecer. O que nos levou a buscar, a partir de estudos que dialogam sobre a temática, uma produção teórica, embasada no conceito de Bandura, que conjuga senso de autoeficácia ao envelhecimento saudável. A contribuição dos autores mostrou que uma autoeficácia adequada, exerce influência significativa na autonomia do idoso, o qual busca em procedimentos estéticos uma imagem positiva, associada ao bem-estar e autoestima, ratificando os resultados da pesquisa.

Entendendo a nova configuração demográfica como irreversível, identifica-se a necessidade de evocar um novo significado social à velhice, através de uma nova percepção estética, que ofereça um contraponto à cultura massificada da beleza como capital social. No entanto, é necessário preparar o indivíduo para uma velhice empoderada, emancipatória, voltada à autoeficácia, ao bem-estar físico e mental dos idosos. Tal intento é possível com a

---

inserção de novos paradigmas sociais, que ofereçam ao idoso uma nova identidade, mais autônoma e distanciada da senilidade, da decrepitude, da inatividade.

Os achados do estudo expressam que a partir da compreensão estética corporal, as idosas da pesquisa associam a beleza à sentimentos de bem-estar e ações de autocuidado, como exercícios físicos. A percepção estética entre o grupo estudado está ligada ao cuidar de si, sem uma preocupação efetiva em relação à padrões de beleza, mas à uma visão interiorizada de si mesmas, denotando autoconfiança, empoderamento, emancipação e promoção. A produção teórica confirma a pesquisa, ao validar que o senso de autoeficácia do idoso mostra-se crescente. Essa crença está coadunada à atitudes positivas, como cuidados estéticos na velhice, os quais podem auxiliar o indivíduo à conduzir sua vida, possibilitando-os a seguir seus projetos, ter uma vida social ativa, seja junto à família, amigos ou grupos de convivências.

Tal compreensão suscita um novo cenário para o envelhecimento humano, pois aponta à estética como padrão influenciador, contribuindo para uma longevidade bem sucedida, com qualidade de vida e empoderamento social, proporcionando uma maneira singular de envelhecer. Contudo esse estudo teve a finalidade de oferecer um olhar científico para essa matéria, oportunizando novas discussões e estudos sobre o tema.

## REFERÊNCIAS

- BANDURA, A.; AZZI, R. G. (org.). **Teoria social cognitiva: diversos enfoques**. São Paulo: Mercado de Letras, 2017.
- BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. 4. ed. Lisboa: Edições 70, 2016.
- BARROS, M. D.; OLIVEIRA, R. P. A. Tratamento Estético e o conceito do belo. **Ciências Biológicas e de Saúde Unit, FACIPE**, Recife, v. 3, n. 1, p. 65. 2017. Disponível em: <https://periodicos.set.edu.br/index.php/facipesaude/article/view/4064>. Acesso em: 15 abr. 2018.
- BEAUVOIR, Simone de. **A velhice**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1990.
- BISPO, Raphael. Beleza eterna a experiência de envelhecimento entre dançarinas eróticas “das antigas. **Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad**, [s.l.], v. 8, n. 2, ago./nov. 2016.
- BITENCOURT, Silvana. Gênero e envelhecimento: reflexões sobre o corpo que envelheceu. **Revista Kairós Gerontologia**, São Paulo, v. 18, n. 2, p. 443-458, 2015. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/kairos/article/download/28476/20000>. Acesso em: abr. 2019.
- CAMÕES, Miguel *et al.* Exercício físico e qualidade de vida em idosos: diferentes contextos sociocomportamentais. **Motricidade**, [s.l.], v. 12, n. 1, p. 96-105, 2016.
- CARMEL, Sara *et al.* Health coping and subjective well-being: results of a longitudinal study of elderly israelis. **Aging and Mental Health**, v. 21, n. 6, p. 616-623, 2017. Disponível em: [https://www.researchgate.net/journal/1364-6915\\_Aging\\_and\\_Mental\\_Health](https://www.researchgate.net/journal/1364-6915_Aging_and_Mental_Health). Acesso em: maio 2019.
- CAVALCANTE, C. X.; VASCONCELOS, K. A. Prática da aprendizagem organizacional por meio da estética: um estudo no setor de rochas ornamentais. **Revista Eletrônica de Administração**, Franca, v. 16, n. 2, 2017.
- CERQUEIRA, B, Monique. Míticas do envelhecimento: em busca de uma vida saudável. **Ciências Sociais Unisinos**, São Leopoldo, v. 53, n. 1, 2017. Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=93851195016>. Acesso em: 5 dez. 2018.

---

CORDEIRO, R. P. et al. Velha é a vovozinha: uma análise interpretativa do consumo e estigma associado a identidade de idade. **Comida e alimentação na sociedade contemporânea**, Rio de Janeiro, nov. 2016.

CRUZ, *et al.* A auto-eficácia na adaptação aos desafios do envelhecimento. **Revista Lusófona de Educação**, [s.l.], v. 38, n. 38, mar. 2018. Disponível em: <http://revistas.ulusofona.pt/index.php/rleducacao/article/view/6268>. Acesso em: 5 mar. 2019.

FIN, Thais Caroline; PORTELLA, Marilene Rodrigues; SCORTEGAGNA, Silvana Alba. Velhice e beleza corporal das idosas: conversa entre mulheres. **Rev. bras. geriatr. gerontol.**, Rio de Janeiro, v. 20, n. 1, p. 74-84, 2017. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-98232017000100074&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-98232017000100074&lng=en&nrm=iso). Acesso em: 29 abr. 2019.

FORT, M. C.; SKURA, I.; BRISOLARA, C. B. C. Convenções corporais e o medo de envelhecer: ideais de juventude e beleza midiáticos versus aceitação pessoal e social da imagem. **Versus Personal**, [s. l.], v. 3, p. 183-204, 2017.

FOUCAULT, M. **Hermenêutica do sujeito**. 3. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2010.

FOUCAULT, M. **Histoire de la sexualité: l'usage des plaisirs**. Paris: Gallimard, 1984. v. 2.

GOLDENBERG, Mirian. A invenção de uma bela velhice: em busca de uma vida mais livre e feliz. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.**, Rio de Janeiro, v. 21, n. 5, p. 511-512, out. 2018. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-98232018000500511&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-98232018000500511&lng=en&nrm=iso). Acesso em: 29 abr. 2019.

KOWALSKI, P.; J. *et al.* Mulheres idosas: percepções sobre beleza e envelhecimento, 2017. **Revista del Cehim, Nueva Época**, Tucumán, p. 76-97, 2017. Disponível em: [http://filo.unt.edu.ar/wp-content/uploads/2015/11/temas\\_mujeres\\_2017\\_5-KOWALSKI-ET-AL.pdf](http://filo.unt.edu.ar/wp-content/uploads/2015/11/temas_mujeres_2017_5-KOWALSKI-ET-AL.pdf). Acesso em: 7 mar. 2019.

MARINHO, M.S.; REIS, L.A. Velhice e aparência: a percepção da identidade de idosas longevas. **Revista Kairós Gerontologia**, São Paulo, v. 19, n. 1, p. 145-160, mar. 2016. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/29479/20569>. Acesso em: 14 jun. 2018.

MINCOFF, Raquel Cristina Luis et al. Dialogues on the body image of the elderly: community empowerment strategy promoting health. **Revista da Rede de Enfermagem do Nordeste**, [s.l.], v. 19, p. 33622-33623, 2018. Disponível em: [www.revistarene.ufc.br](http://www.revistarene.ufc.br). Acesso em: 7 mar. 2019.

NIETZSCHE, F. **Assim falava Zaratustra**. 2. ed. Lisboa: Presença, 1974.

---

OLIVEIRA, Albertina; LIMA, Margarida Pedroso de; PORTUGAL, Patrícia. Escala de autoeficácia para a atividade com sentido: encontrando sentido no envelhecimento ativo. **Revista Portuguesa de Investigação Comportamental e Social**, [s.l.], v. 2, n. 1, p.3-13, 29 fev. 2016. Disponível em: <https://rpics.ismt.pt/index.php/ISMT/article/view/28>. Acesso em: 8 mar. 2019.

ONU. Perspectivas mundiais de população 2019: destaques, que é publicado pela Divisão de População do Departamento da ONU de Assuntos Econômicos e Sociais. **Nações Unidas**. 2019. Disponível em: <https://nacoesunidas.org/populacao-mundial-deve-chegar-a-97-bilhoes-de-pessoas-em-2050-diz-relatorio-da-onu/>. Acesso 10 jun. 2019.

PARADELLA, Rodrigo. Número de idosos cresce 18% em 5 anos e ultrapassa 30 milhões em 2017. **Agência IBGE Notícias**. 2018. 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>. Acesso em: 28 abr. 2019

PÉREZ-LUGO, Ana Laura; GABINO-CAMPOS, María; BAILE, José Ignacio. Analysis of the aesthetic stereotypes of women in nine fashion and beauty mexican magazines. **Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios**, [s.l.], v. 7, n. 1, p.40-45, jan. 2016. Disponível em: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2007-15232016000100040](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-15232016000100040). Acesso em: 3 abr. 2019.

SCORTEGAGNA, Helenice de Moura et al. Cuidado de si em um grupo de convivência de idosas. **Rev. Bras. Geriatr. Geronol.** Rio de Janeiro, v. 22, n. 1, e180164, 2019. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1981-22562019022.180164>. Acesso em: jun. 2019.

SEPLAG. Cenário demográfico: Rio Grande do Sul e Brasil. **Gov.RS**. 2019. Disponível em: <https://estado.rs.gov.br/upload/arquivos//cenario-demografico-rs-estudo-completo.pdf>. Acesso em: 10 jun. 2019.

SILVA, O. M.; BRITO, J. Q. A. O avanço da estética no processo de envelhecimento: uma revisão de literatura. **Id on Line Multidisciplinary and Psychology Journal**, [s.l.], v. 11, n. 35, 2017. Disponível em: <http://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/740/1051>. Acesso em: 24 maio 2018.

SKOPINSKI, Fabiane et al. Imagem corporal, humor e qualidade de vida. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.**, Rio de Janeiro, v. 18, n. 1, p. 95-105, 2015. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1809-9823.2015.14006>. Acesso em: 11 jan. 2019.

VIEIRA, M.C.S. et al. Sintomas do envelhecimento masculino relacionados à atividade física e qualidade de vida: uma revisão sistemática. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Taguatinga, v. 25, n. 1, p. 183-198, 2017.

---

VILAR, Leandro. Ponce de León e a Fonte da Juventude. **Seguindo os Passos da Historia**. 2016. Disponível em: <http://seguidopassoshistoria.blogspot.com/2016/01/ponce-de-leon-e-fonte-da-juventude.htm>. Acesso em: maio 2019.

WOLF, Naomi. **O mito da beleza**: como as imagens de beleza são usadas contra as mulheres. Rio de Janeiro: Rosa dos Tempos, 2018.

## **ANEXO**

Anexo A. Parecer Consubstanciado do Comitê de Ética em Pesquisa, Educação e Saúde, sob parecer nº 2.628.076

## APÊNDICES

*Apêndice A. Questionário de pesquisa*

## Parte 1- Características sociodemográficas

1. Idade:
2. Data de nascimento:
3. Faixa etária: 1 ( ) 60-69 anos; 2 ( ) 70-79 anos; 3 ( ) 80-89 anos; 4 ( ) 90 a + anos
4. Sexo: 1 ( ) masculino 2 ( ) feminino
5. Reside com alguém? 1 ( ) sim 2 ( ) não
6. Procedência: 1 ( ) Local 2 ( ) Outra Localidade
7. Possui Renda Mensal: 1 ( ) Sim 2 ( ) Não
8. Qual a faixa de renda: 1 ( ) Até um salário mínimo 2 ( ) Até salários mínimos 3 ( ) Acima de 2 salários mínimos.
9. Anos de estudo: 1 ( ) 1 a 4 anos; 2 ( ) 5 a 8 anos 3 ( ) + de 8 anos de estudo.
10. Número de filhos: 1 ( ) até 3 filhos; 2 ( ) até 5 filhos; 3 ( ) mais de 5 filhos
11. Situação conjugal: 1 ( ) Solteiro; 2 ( ) Casado; 3 ( ) Viúvo; 4 ( ) separado
12. Aposentado (a): 1 ( ) Sim; 2 ( ) Não.
13. Qual oficina frequenta:

1. Quanto tempo (em horas) do seu dia você costuma dedicar ao cuidado com a sua aparência?

2. Com que frequência você vai no salão de beleza? semanal/ mensal/ ocasiões especiais/ outras, especifique:

3. Em que ocasiões você vai no salão de beleza? Habitual/ finais de semana/ passeios (jantares)/ aniversários/ convites para festas (ocasiões especiais) / Outras, especifique:

4. Quais são os cuidados habituais com a sua aparência? Corte de cabelo/ penteado/manicure/pedicure/coloração//penteado/manicure/pedicure/depilação/massagem/outras, especifique:

5. Qual a importância da aparência física para você?

6. Você tem o costume de comparar sua aparência com a de outras pessoas? Com que frequência? Que sensação isso lhe desperta? O que significa ser fisicamente atraente?

7. Você tem necessidade de conferir sua aparência no espelho com frequência? Como você se sente caso não seja possível?

8. Quando acontece alguma coisa que lhe faz sentir bem ou sentir mal em relação à sua aparência, você tem tendência a pensar muito nisso?

9. O quanto sentir-se bem com a aparência influencia na sua felicidade e em outras situações/atividades do dia?

10. O quanto a opinião dos outros sobre a sua aparência interfere na sua participação no grupo/social?

11. Qual o padrão de exigência que você tem para sua aparência física?

12. Quanto a sua aparência física tem influenciado no dia a dia da sua vida?

13. Quanto da sua aparência é responsável pelos aspectos sociais e emocionais da sua vida?

14. Sua aparência física lhe faz sentir mais confiante para se relacionar com as pessoas e participar em diferentes

*Apêndice B. Termo de Consentimento Livre e Esclarecido*

O(A) senhor(a) está sendo convidado(a) para participar como voluntária(o) da pesquisa sobre “ESTÉTICA NA VELHICE: A PERCEPÇÃO DA MULHER IDOSA”, de responsabilidade de Márcia Mello. Esta pesquisa tem por objetivo conhecer a percepção das idosas sobre sua estética corporal e como essa compreensão pode influenciar no senso de autoeficácia diante do cotidiano. A sua participação na pesquisa será em um encontro, no local onde o seu grupo de convivência se reúne, com duração aproximada de 1 hora. Se for identificado algum sinal de desconforto psicológico durante a sua participação na pesquisa, os pesquisadores comprometem-se em orientá-lo(a) e encaminhá-lo(a) para um profissional especializado na área. Ao participar da pesquisa, o(a) senhor(a) terá os seguintes benefícios: Uma oportunidade para avaliar sua vida pessoal, social, familiar e profissional; falar e refletir sobre estética e a capacidade de enfrentar seus desafios da vida e falar sobre seu processo de envelhecer. O(A) senhor(a) terá a garantia de receber esclarecimentos sobre qualquer dúvida relacionada a pesquisa e poderá ter acesso aos seus dados em qualquer etapa do estudo. Sua participação nesta pesquisa não é obrigatória e, se não estiver confortável com as questões, pode desistir a qualquer momento, retirando seu consentimento, sem complicações ou prejuízos posteriores. O(A) senhor (a) não terá qualquer despesa para participar da presente pesquisa e não receberá pagamento pela sua participação no estudo. As suas informações serão gravadas e após serem transcritas, serão destruídas. Os dados relacionados à sua identificação não serão divulgados com a garantia do sigilo e da confidencialidade dos mesmos. Caso tenha dúvidas sobre o comportamento dos pesquisadores ou sobre as mudanças ocorridas na pesquisa que não constam no TCLE, e caso se considera prejudicado(a) na sua dignidade e autonomia, pode entrar em contato com Márcia de Mello, fone (54) 99161-5965, bem como pode consultar o Comitê de Ética em Pesquisa da UPF, pelo telefone (54) 3316-8157, no horário das 08h às 12h e das 13h30min às 17h30min, de segunda a sexta-feira, na Universidade de Passo Fundo, Campus I. Dessa forma, se concorda em participar da pesquisa como consta nas explicações e orientações acima, coloque seu nome no local indicado abaixo.

Desde já, agradecemos a sua colaboração e solicitamos a sua assinatura de autorização neste termo, que será também assinado pelos pesquisadores responsáveis em duas vias, sendo que uma ficará com você e outra com os(as) pesquisadores(as).

Cidade de Passo Fundo \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2018.

Nome do (a) participante: \_\_\_\_\_

Assinatura: \_\_\_\_\_

Nome e assinatura dos pesquisadores

Marcia de Mello

Nadir AntonioPichler

Helenice de Moura Scortegagna



**PPGEH**

Programa de Pós-Graduação em Envelhecimento Humano

**Faculdade de Educação Física e Fisioterapia - FEFF**