

# POTENCIALIDADES DAS NARRATIVAS DE VIDA EM PESQUISAS COM IDOSOS

*POTENTIALITY OF LIFE NARRATIVES IN RESEARCH WITH ELDERLY*

Lilian Maria Borges<sup>1</sup>, Cecilia Raquel Satriano<sup>2</sup>

RECEBIDO EM: 14/02/2021 | ACEITO EM: 17/06/2021

DOI: 10.5902/2317175864253

## RESUMO

As narrativas de idosos mediante a abordagem de histórias de vida constituem a temática central deste ensaio. O objetivo é apresentar as características e processos principais desta estratégia de investigação, como parte dos métodos biográficos, ao mesmo tempo em que são discutidas suas vantagens na produção de conhecimentos acerca do processo de envelhecimento e sua potencialidade como um espaço para valorização de experiências e reminiscências na velhice. Sem pretender esgotar ou realizar uma análise aprofundada das questões em pauta, são propostas uma descrição metodológica e uma reflexão teórica acerca desse tipo de narrativa no âmbito das pesquisas qualitativas, com atenção especial para suas contribuições quando utilizada com o segmento idoso da população. De modo complementar, exemplos de estudos na área são apresentados. Conclui-se que entrevistas de história de vida podem ampliar a compreensão de sentidos e significados subjacentes ao envelhecer.

**Palavras-chave:** História de vida; Narrativas; Idosos; Pesquisa qualitativa.

1 Doutorado em Psicologia pela Universidade de Brasília (UnB), Brasil. Mestrado em Psicologia pela UnB. Graduação em Bacharelado em Psicologia pela Universidade Federal do Pará (UFPA) e em Licenciatura em Psicologia pela UFPA. Tem experiência na área de Psicologia, com ênfase em Psicologia do Desenvolvimento Humano, atuando principalmente nos seguintes temas: saúde do idoso, atenção básica, família, adesão ao tratamento e saúde do homem. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/0531526137015076>

2 Doutorado em Psicologia pela Universidad Nacional de Rosario (UNR), Argentina. Professora titular da Universidad Nacional de Rosario (UNR). Tem experiência na área de Psicologia, atuando principalmente nos seguintes temas: abordagens, desnutrição infantil, subjetividade, terapia. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/3824817177452463>

## ABSTRACT

*The narratives of elderly people through the approach of life stories are the central theme of this essay. The objective is to present the main characteristics and processes of this research strategy as part of the biographical methods, while discussing its advantages in producing knowledge about the aging process and its potential as a space for valuing experiences and reminiscences in old age. Without intending to exhaust or carry out an in-depth analysis of the issues at hand, a theoretical reflection and methodological description about this type of narrative is proposed within the scope of qualitative research, with special attention to their contributions when used with the elderly segment of the population. In a complementary way, examples of studies in the area are presented. It is concluded that life history interviews can broaden the understanding of meanings and meanings underlying the aging process.*

**Keywords:** *Life's history; Narratives; Elderly; Qualitative research.*

## 1 Introdução

O envelhecimento populacional tornou-se uma realidade crescente em nível mundial. Mesmo nos países em desenvolvimento, envelhecer não é mais privilégio de poucos. O aumento da parcela da população com idade superior a 60 anos, está associado a progressos tecnológicos e a novas políticas públicas, que acarretaram a diminuição da mortalidade infantil, a queda nas taxas de natalidade e o aumento da longevidade (CHAIMOWICZ, 1997; VERAS; OLIVEIRA, 2018). Esse fenômeno demográfico, tem gerado preocupações e novas demandas em relação à saúde e à qualidade de vida dos idosos, na medida em que se advoga a necessidade de assegurar às pessoas, não apenas mais anos de existência, mas também condições qualificadas para o prolongamento da vida. Isso inclui oportunidades de crescimento e de realização pessoal, com preservação da autonomia e de capacidades e relacionamentos sociais satisfatórios (WHO, 2005).

Dessa forma, temáticas relacionadas ao envelhecimento constituem, cada vez mais, alvo de interesse de pesquisas e intervenções. Um olhar mais aguçado, favorecido pelos resultados desses estudos, tem permitido rever visões negativas acerca da velhice, que a concebe, por exemplo, como sinônimo de incapacidades físicas e cognitivas e de improdutividade. Entretanto, há muito ainda para ser investigado no sentido de melhor compreender as características e necessidades dos idosos e, dessa forma, oferecer-lhes condições capazes de contribuir efetivamente para um envelhecer ativo e bem-sucedido. Nesse sentido, importa aos diversos campos do saber científico, estudar a velhice e, a partir de seus aportes teórico-metodológicos, colaborar para a

ampliação dos conhecimentos na área e, por extensão, gerar subsídios para a criação de programas e serviços condizentes com as peculiaridades desse segmento etário da população.

No presente trabalho, nosso propósito é apresentar e discutir as narrativas de história de vida, em termos de suas potencialidades, para oferecer dados acerca do processo de envelhecimento, mediante o aprofundamento na trajetória pessoal de idosos que se prontifiquem a compartilhar suas vivências ao longo dos anos, a partir de suas próprias perspectivas e interesses. Partimos do pressuposto de que o envelhecimento envolve uma conexão entre as vivências pessoais e o contexto social e cultural de determinada época. Não é algo determinado somente pela idade cronológica, mas é consequência também das experiências passadas do indivíduo, da forma como vivencia e administra a própria vida no presente e de suas expectativas futuras (SCHNEIDE; IRIGARAY, 2008). Ademais, a velhice é uma experiência heterogênea, que abrange diferentes formas de ser e se relacionar. Cada pessoa a experimenta de maneira diferente, dependendo de uma série de fatores biológicos e ambientais.

Primeiramente, situaremos a abordagem da história de vida, no contexto dos métodos biográficos e a descreveremos, em termos de suas especificidades e vantagens, como uma estratégia metodológica de caráter qualitativo. Na sequência, focalizaremos o emprego de histórias de vida no estudo com idosos, de modo a ressaltar suas características principais e destacar seus benefícios estimados para uma maior valorização dos idosos e de suas experiências. Adicionalmente e para efeitos de ilustração, apresentaremos pesquisas com idosos que fizeram uso dessa metodologia.

## **2 Narrativas de vida: a própria história em perspectiva**

Na metodologia qualitativa de pesquisa, estratégias diversas de coleta e análise de dados têm sido empregadas, na tentativa de apreender aspectos da subjetividade e da realidade social dos seus participantes. A pesquisa narrativa, amplia as formas de investigação qualitativa e pode incluir várias estratégias metodológicas. Compreende um processo de recolha de informações, através de relatos das pessoas acerca de suas vidas e das vidas de outros. Dessa perspectiva, as fontes de construção dos relatos podem ser entrevistas, cartas, autobiografias e histórias orais.

Nesse âmbito, encontramos os métodos biográficos, que são constituídos por relatos cuja função é explorar e transmitir memórias, sejam elas individuais ou grupais, que representam diferentes momentos da trajetória do sujeito (SATRIANO; OLIVEIRA, 2013). Assim sendo, uma pesquisa biográfica, caracteriza-se pelo estudo de um indivíduo, a partir das suas narrativas de vida, concedidas ao entrevistador, e pelo levantamento de documentos e outros materiais. O foco central do processo de investigação, é a história do indivíduo, o qual é estimulado a expor experiências, a relembrar eventos especiais

de sua vida e a fornecer informações detalhadas sobre contextos históricos e culturais (CRESWELL, 1998).

Os métodos biográficos representam uma das ricas tradições de investigação qualitativa e, dentre estes, as histórias de vida ocupam lugar de destaque, sendo utilizadas nas mais diversas áreas do conhecimento humano, tais como psicologia, antropologia, história social, sociologia e educação. Em termos conceituais, a história de vida diz respeito a um relato retrospectivo (oral ou por escrito) de uma pessoa sobre sua existência através do tempo, em que sua experiência pessoal, é narrada por ela própria à outra pessoa, com base nos fatos e acontecimentos que foram significativos e constitutivos de sua história (CHIZZOTTI, 2011; SPINDOLA; SANTOS, 2003). Imbuído desse propósito, o narrador reconstrói os acontecimentos que vivenciou em sua trajetória histórica e transmite a experiência que adquiriu nesse percurso.

Atkinson (2002), chama a atenção para a diferença, em ênfase e intenção, entre uma história de vida (*life story*) e uma história oral (*oral history*). Usualmente, a história oral se concentra em um aspecto específico da vida de uma pessoa, como sua vida profissional ou escolar, ou nas recordações desta acerca de um evento histórico ou local. Quando a abordagem se volta para a vida da pessoa como um todo, trata-se de história de vida, pois a narrativa abrange as vivências da pessoa através do tempo conforme vão sendo lembradas, com destaque para os aspectos mais importantes e conexões entre períodos da sua vida.

Silva, Barros, Nogueira e Barros (2007, p. 29) também ressaltam a importância de se diferenciar os métodos de histórias orais e de histórias de vida. Conforme apontam, a história de vida tem como característica central “a preocupação com o vínculo entre pesquisador e sujeito” e envolve, como parte importante da proposta, a produção de sentido. Já no método de história oral, a finalidade principal é “entender e aprofundar conhecimentos sobre determinada realidade (ex: um dado momento histórico), através de conversas com pessoas e relatos orais”, o que possibilita “uma maior aproximação com a realidade na qual o sujeito está inserido, fazendo uso de uma pesquisa mais direcionada”. Em qualquer dos casos, a premissa básica é de que os conhecimentos requerem a descrição das experiências, tal como são vividas e definidas pelos próprios indivíduos, enquanto agentes da própria existência (SPINDOLA; SANTOS, 2003).

As pessoas, em geral, buscam construir uma história significativa e coerente para suas vidas, de modo a alcançarem um sentido de unidade e propósito. Assim, Atkinson (1998) afirma que todas as pessoas têm uma história para narrar sobre a própria vida. Numa perspectiva ontológica, contar e ouvir histórias são aspectos fundamentais dos seres humanos, que, em tais atos, ampliam as oportunidades para pensar, perceber, sentir, decidir e agir (ATKINSON, 2002). Nesse empreendimento, (re)criam a si mesmos (KENYON; RAN-

DALL, 2001). A esse respeito, autores como Bruner (1997) e Denzin e Lincoln (2003), concordam com a ideia de que as pessoas estruturam suas experiências através de histórias, relatos e narrativas. Nessa perspectiva analítica, a palavra é destacada como um elemento reflexivo na atividade simbólica.

Conforme Bruner (1997), os atos de significado, ocorrem *em* e *através* da ação, seja compartilhada, seja por meio da interação. Ou seja, o significado surge entre pessoas, havendo uma conexão entre significado e ação, por meio de instrumentos simbólicos. E é a origem social dos sistemas simbólicos, através do seu uso em contexto comunicativo, o que permite o ingresso na cultura e na linguagem. Por conseguinte, a construção da identidade do “eu” e do “outro”, abarca aspectos elaborados por meio de narrativas e modelam a ação social, na medida em que possuem uma dimensão pragmática e são produzidas no âmbito da relação comunicativa (SATRIANO; OLIVEIRA, 2013). A modalidade narrativa constrói múltiplas identidades, sendo composta por um repertório de histórias nutridas pela própria experiência, que se evidencia mediante os relatos. Estes, contêm diversas projeções das pessoas, suas expectativas e memórias (SOMERS, 1994).

Nas ciências sociais e humanas, é reconhecido o importante papel desempenhado pelo “contar histórias”, que se revela uma forma essencial de comunicação humana. Trata-se de capacidade e necessidade universais, que independem do nível de escolaridade e da competência linguística do indivíduo. Comunidades e grupos sociais, contam histórias com palavras e sentidos que são específicos à sua experiência e ao seu modo de vida (JOVCHELOVITCH; BAUER, 2002).

Nessa abordagem metodológica, a preocupação principal não é a reconstrução histórica, mas verificar como a pessoa percebe a si mesma no momento atual da sua vida e como deseja que outros a vejam (ATKINSON, 1998; BRUNER, 1987). O pesquisador está interessado não na mera narrativa da vida do participante, mas, principalmente, na maneira como ele a reconstrói e como pretende que ela seja (BOSI, 1994). Ainda que os temas de investigação sejam escolhidos, a priori, pelo pesquisador e que este formule um roteiro de questões para guiar a coleta de dados, a narrativa sempre dependerá, fundamentalmente, de quem a concede, com os temas sendo abordados do ponto de vista de quem os vivenciou. O narrador é que dá forma e conteúdo às narrativas, à medida que interpreta suas experiências e o contexto do qual elas fazem parte (PAULILO, 1999).

Em uma perspectiva construtivista, consideramos que as histórias não acontecem no mundo real, mas são construídas na mente das pessoas. Assim, as biografias são melhor concebidas, não como um registro rígido do que aconteceu, mas como uma contínua interpretação e reinterpretação da experiência. Ou seja, uma vida é vista não como ela foi, mas como ela é interpretada e reinterpretada, contada e recontada pelo sujeito (BRUNER, 1987). Então, podemos argumentar que é difícil falar de histórias reais, já que, em definiti-

vo, elas abrangem aspectos subjetivos, inerentes ao sujeito. As histórias estão embutidas nas práticas narrativas. Quaisquer modalidades que se trate, sejam denominadas histórias de vida, histórias orais, biografias ou autobiografias, permitem narrar vivências, acontecimentos, momentos particulares e significados que formam parte da vida de uma pessoa. Aparentemente, histórias de vida e relatos, podem ser consideradas como sinônimos. No entanto, existe uma clara diferença. As primeiras compõem os conteúdos, enquanto o relato destaca o “como” se conta essa história.

Além disso, a história de vida ressalta a vida como processo e permite que elementos do presente se integrem a evocações do passado. O narrador toma lugar no presente e o recria continuamente. Uma visão retrospectiva da própria vida, favorece uma visão total do seu conjunto e, dessa forma, o tempo presente torna possível uma compreensão mais aprofundada do passado (PAULILO, 1999). Nesse sentido, a temporalidade envolve tanto o tempo mundano, que abarca presente, passado e futuro enquanto horizonte temporal contínuo, quanto o tempo fenomenológico, que é interior, contínuo e circular (DENZIM, 1994).

De fato, de um ponto de vista narrativo, concebemos tanto o tempo do relógio, que é linear e fechado, como o tempo interior ou subjetivo, que é pessoal e reflete os modos idiossincráticos e criativos com que cada indivíduo ordena os eventos em termos de seus significados (KENYON; RANDALL, 2001). Contar histórias, portanto, implica a dimensão cronológica (uma sequência de episódios) e a dimensão não cronológica (a configuração de um “enredo”). A narrativa não é uma simples listagem de acontecimentos, mas uma tentativa de ligá-los no tempo e no sentido.

Assim, para compreender uma história, não basta seguir a sequência cronológica dos acontecimentos expostos pelo seu contador, é preciso reconhecer também, as funções e sentidos do enredo que a permeiam e tornam possível compreender as descrições, atores, objetivos e relações que a constitui (JOVCHELOVITCH; BAUER, 2002). Como afirma Paulilo (1999), as narrativas, por envolverem lembranças, memórias e recordações, costumam ser permeadas por fantasias e idealizações, em uma cronologia própria do sujeito, com avanços e recuos.

## 2.1 Contribuições das pesquisas com história de vida: a interseção entre o individual e o social

Atkinson (1998; 2002) argumenta, que contar uma história de vida pode se tornar um acontecimento enriquecedor tanto para o narrador, como para o ouvinte. Para o pesquisador, ouvir a história de alguém, comumente constitui uma experiência interpessoal agradável e recompensadora, um modo de guiar o outro no entendimento de sua própria vida. Para o narrador, vários benefícios potenciais também são estimados ao partilhar sua história, dentre eles:

obter uma perspectiva mais clara sobre sentimentos e experiências pessoais, um maior autoconhecimento e uma autoestima mais forte. No entanto, olhar para a vida pregressa, pode ser também uma experiência dolorosa para o indivíduo, o que reforça a necessidade de o entrevistador ouvir, entender e aceitar a história do outro de forma empática e isenta de julgamentos.

Ao revelar seu ponto de vista em relação a eventos particulares por ele vividos, o indivíduo organiza sua história e pode vir a atribuir novos significados às experiências relatadas. Nesse sentido, destacamos o processo do autoconhecimento oportunizado à pessoa que compartilha sua história. Enquanto relata sobre sua vida, ela, ao mesmo tempo, realiza reflexões e se vê impelida a organizar suas percepções e lembranças de modo coerente (SPINDOLA; SANTOS, 2003). Isso tende a levá-la a um diálogo interior, que favorece uma tomada de consciência sobre sua existência (MACCALI; MINGHINI; WALGER; ROGLIO, 2013). Posto isso, a narrativa de si mesma, pode adquirir para a pessoa um valor educativo e terapêutico, configurando-se não somente como um método de pesquisa, mas também como uma estratégia de intervenção (DOMINGUES, 2014; MOTA; REGINATO, 2015).

A dimensão interventiva dessa abordagem, com seu caráter terapêutico, tem na palavra, o seu eixo central e se apoia na escuta qualificada que o pesquisador oferece ao sujeito. A narração da história pessoal a um ouvinte atento e interessado, leva a pessoa a recompor seus percursos históricos e restituir-los à consciência, o que estimula a introspecção e possibilita a elaboração de vivências, a autoconsciência e a autorreflexão. Nesta perspectiva, como aponta Nogueira, Barros, Araújo e Pimenta (2017), a fala da pessoa fica carregada de potência.

Em contrapartida, o pesquisador, nesse processo, apreende significados atribuídos a diferentes fenômenos que tecem a vida tanto individual como coletiva (SOUZA, 2006), haja vista, que esse método permite investigar como os sujeitos se posicionam não apenas diante de si mesmos, mas também de certas mudanças sociais (OTTONI; SOUSA; LIMA; OLIVEIRA; MARTINS, 2011). Ou seja, mesmo que se trate da narrativa de uma vida, o trabalho não se restringe à biografia individual, já que o processo de produção reflete o contexto sócio-histórico-cultural dos acontecimentos relatados. Nesse aspecto, o método atua como uma ponte entre o individual e o social (MACCALI et al, 2013; SILVA et al, 2007), posto que os relatos mostram práticas sociais, isto é, revelam os modos como a pessoa se insere no mundo e atua nos grupos dos quais faz parte.

Envolto em sua narrativa, o indivíduo, como já salientamos, recorda acontecimentos do passado, organiza e atribui explicações possíveis às suas experiências e maneja uma cadeia de acontecimentos (JOVCHELOVITCH; BAUER, 2002). Assim, os processos linguísticos e cognitivos, que dirigem o autorrelato nas narrativas de vida, possuem ainda o potencial para estruturar a experiência perceptual e de organizar a memória. Quando alguém conta algo sobre

sua vida, está realizando uma organização seletiva e uma produção de sentidos e significados quanto às memórias evocadas (BRUNER, 1987). Ademais, é preciso considerar que esses processos são formados culturalmente e, nesse sentido, as entrevistas de história de vida são úteis também para elucidar o impacto de elementos sociais, culturais, econômicos, institucionais e políticos sobre a vida das pessoas (GOLDMAN et al, 2003).

Em resumo, podemos afirmar que a história de vida, atua como uma ferramenta privilegiada para captar a intersecção entre a vida individual e o contexto social, possibilitando compreender como componentes históricos e individuais estão refletidos nos fenômenos investigados. Em outras palavras, permite apreender o cruzamento entre o individual e o social, de modo a atingir o ponto de intersecção das relações entre o que é exterior à pessoa e suas experiências subjetivas.

De fato, as histórias pessoais expressam contextos sociais e históricos específicos, nos quais as biografias se enraízam. Como seres fundamentalmente interpessoais, os humanos criam sua história pessoal em contextos mais amplos, que envolvem outros indivíduos e outras histórias das quais fazem parte (KENYON; RANDALL, 2001). Portanto, ao contar a sua vida, o narrador possibilita também o conhecimento de aspectos da sua época, do seu grupo social e do seu meio cultural. Por conseguinte, Jovchelovitch e Bauer (2002), alertam para a necessidade de se evitar a ênfase excessiva na autonomia do texto e da interpretação da narrativa, de modo a não minimizar a influência do mundo objetivo. A narração reconstrói ações e contextos: ela mostra o lugar, o tempo, a motivação e as orientações do sistema simbólico do sujeito. Estados aparentemente pessoais ou privados, como memórias e emoções, são construídos e compartilhados culturalmente. Assim, é preciso tratar as narrativas, como exemplos de ação social e atentar para suas propriedades estruturais e formais (ATKINSON, 2005).

## 2.2 Entrevistas de história de vida no processo de pesquisa

Do ponto de vista operacional, a pesquisa com histórias de vida, envolve fundamentalmente, entrevistar uma ou mais pessoas e, então, recontar suas histórias como se escritas por elas. O pesquisador, juntamente com o entrevistado, engaja-se em criar a estrutura da narrativa e em evidenciar o significado do seu conteúdo. Desse modo, essas entrevistas permitem construir, de maneira dialética, aspectos que surgem a partir do encontro entre entrevistador e entrevistado, configurando-se, portanto, como encontros sociais, nos quais conhecimentos e significados são ativamente produzidos (ATKINSON, 1998).

Durante esse encontro, a atenção recai nos temas que emergem da narrativa(o modo como o passado é reconstruído), e nos significados associados (OJERMARK, 2007). Em tal projeto colaborativo, é imprescindível construir um vínculo de confiança mútua e ouvir o sujeito com atenção e empatia, buscan-

do apreender os significados revelados (MOTA; REGINATO; GALLIAN, 2013). O ponto de vista do sujeito, deve ser tomado como uma perspectiva que necessita ser avaliada como única e que é mediada pelo contexto social (MILLER, 2000). Ocorre, portanto, uma co-construção de sentido, já que em uma dimensão interativa e dialógica, esta não se reduz à consciência do sujeito e, tampouco, à análise construída pelo pesquisador (SOUZA, 2006).

Nesse sentido, as narrativas biográficas costumam ser elaboradas por meio de entrevistas de profundidade, semiestruturadas, ou não estruturadas. A duração das entrevistas é bastante variável, mas comumente são realizados dois ou três encontros de aproximadamente 90 minutos cada (ATKINSON, 1998; 2002). Idealmente, as entrevistas devem ser de longa duração e em quantidade que promova a saturação dos dados, ou seja, até que estes comecem a se repetir, sem que haja acréscimo de novos fatos relevantes (MACCALI et al, 2013; SPINDOLA; SANTOS, 2003). Porém, é importante ressaltar, que a adequação depende mais da riqueza e aprofundamento das narrativas, que da quantidade de encontros (ABUBAKAR; BAKAR; ABDULLAH, 2008).

Esse tipo de entrevista, constitui uma situação que encoraja e estimula o entrevistado a narrar sobre acontecimentos importantes de sua vida e do seu contexto social. Emprega um tipo específico de comunicação cotidiana, o contar e o escutar histórias, que se distingue do tipo de entrevista baseado em pergunta-resposta (JOVCHELOVITCH; BAUER, 2002). No encontro, o questionamento acerca do seu passado, gera uma situação que convida o entrevistado a recordar e a refletir sobre acontecimentos vividos. Ele é sujeito dos eventos que narra, que relata. Contar sua vida, ativa a memória e convoca a elementos simbólicos (OLIVEIRA; SATRIANO; SILVA, 2019).

Como podemos perceber, o sujeito participa de forma ampla na entrevista e, inclusive, tem direito de veto e censura da própria fala (MEIHY, 2005). Longe de atuar como um mero informante ou objeto de pesquisa, sua função é revelar o significado de suas próprias experiências, com base em sua memória e de acordo com seus anseios (DOMINGUES, 2014). Por conseguinte, na história de vida, o pesquisador não atua de modo diretivo frente às questões de interesse na investigação, posto que o entrevistado, no mesmo pé de igualdade, também decide o que vai ou não ser contado, no que concerne à narrativa da sua vida (SOUZA, 2006). Torna-se, portanto, um coautor do trabalho, participante engajado no processo e ativo na produção de conhecimentos durante a pesquisa (NOGUEIRA et al, 2017).

Nessa perspectiva metodológica, Atkinson (1998) destaca três fases primordiais na realização das entrevistas de história de vida, que se referem a planejar (pré-entrevista), conduzir a entrevista, e transcrever e interpretar os relatos (pós-entrevista). Jovchelovitch e Bauer (2002), dividem a entrevista em: iniciação, narração central, questionamentos e fala conclusiva. Sua preparação envolve basicamente a compreensão preliminar dos temas a serem tratados, a identificação de lacunas a serem preenchidas, a familiaridade com o campo

de estudo e a elaboração de um roteiro de perguntas. Conforme Atkinson, as questões formuladas podem cobrir diferentes estágios da vida da pessoa (por ex.: infância, juventude, idade adulta) e referir-se a variados contextos (por ex.: família, trabalho, educação) e tipos de influência sobre ela (por ex.: familiares, culturais).

Para Abubakar et al (2008), o processo de coleta de informações, deve iniciar com a busca de uma visão ampla por parte do entrevistado, para, somente depois, o pesquisador explorar áreas de interesse. Desse modo, um guia de discussão pode ser útil para assegurar que pontos importantes sejam abordados, ao mesmo tempo em que se busca garantir a obtenção de opiniões espontâneas. De modo similar, Willing, Lenardt e Caldas (2015) propõem que as entrevistas sejam compostas por três partes centrais, que tem início com a realização de uma questão orientada sobre a história de vida, sem que haja interrupção da fala do entrevistado nesse primeiro momento, e não de forma estruturada. Na segunda parte, as perguntas visam explorar os temas apresentados na narrativa inicial e, por fim, novas perguntas devem ser feitas para estimular a explicação, abstração e teorização do *eu* do entrevistado.

A entrevista de história de vida não segue um modelo de sucessão cronológica linear, em que os acontecimentos são datados e apresentados em um *continuun*. Portanto, ao invés de obter datas precisas de certos acontecimentos, o interesse maior recai em respeitar a ordem narrativa do entrevistado, o que pode implicar em abrir espaços para uma sucessão temporal de acontecimentos repletos de vai-e-vem, de antes e depois. Nesse processo, até mesmo o silêncio, o não dito, ganha importância, podendo representar uma parada para reflexões, ou reorganização do pensamento (SANTOS; SANTOS, 2008).

O que precisamos ter em vista, é que a entrevista narrativa é uma técnica para gerar histórias. O entrevistador, esforça-se no intuito de obter uma narração completa de acontecimentos, que expressem a perspectiva do sujeito e, portanto, posiciona-se como alguém que nada sabe sobre a história contada. No entanto, pressupõe-se que cada participante constrói suas hipóteses sobre o que o entrevistador quer ouvir e o que ele já sabe a respeito da história. Assim, o pesquisador deve ter claro que a história obtida é, até certo ponto, uma comunicação estratégica, uma narrativa que tem o propósito, por exemplo, de agradá-lo ou de afirmar determinados posicionamentos do sujeito (JOVCHELOVITCH; BAUER, 2002).

O papel principal do entrevistador, é guiar a entrevista para que uma narração rica seja alcançada. Sua tarefa consiste em reconhecer como e quando as questões devem ser formuladas, bem como, em auxiliar a pessoa na transmissão de pensamentos e sentimentos acerca de suas experiências, de modo a esclarecer, para si mesma e para o outro, os significados de sua vida. A história deve ser obtida por meio de perguntas que ajudem o entrevistado, de maneira fluída, a partilhar a riqueza e profundidade de sua vida. Desse modo, são priorizadas as perguntas de final aberto e é dada atenção a todos os mo-

dos de comunicação do entrevistado, incluindo expressões faciais e linguagem corporal. De modo complementar, também podem ser utilizadas fotografias ou atividades artísticas que ajudem a pessoa a relembrar certos eventos de sua vida (ATKINSON, 1998).

A direção da entrevista fica a cargo do entrevistador, o qual deve diferenciar temas centrais de temas secundários, assegurando que os primeiros ocupem parte significativa da entrevista (HAMMER; WILDAVSKY, 1990). É importante ainda, que o entrevistador reconheça, desde sua própria perspectiva, o interesse pela temática que indaga. Dito de outro modo, que tenha claro os aspectos da subjetividade em questão. Isso requer um processo prévio por parte do investigador quanto a estabelecer um guia conceitual que concentre os aspectos fundamentais que moldam o propósito da investigação. No momento da análise de dados, esses conceitos ou categorias facilitam o ordenamento do material obtido nas entrevistas (SATRIANO, 2000).

De acordo com Atkinson (1998, 2002), a chave para alcançar o sucesso neste tipo de entrevista, consiste em descobrir o equilíbrio entre guiar e seguir, sendo este um ponto importante para o estabelecimento do *rapport*. O entrevistador deve demonstrar interesse no que a pessoa tem a dizer e ser flexível o bastante para prosseguir em tópicos novos e interessantes à medida que eles surjam. Ademais, no processo de recolher as histórias, a preocupação com princípios éticos deve estar sempre em pauta, em um compromisso constante com a verdade e a honestidade, mediante respeito a integridade e a dignidade de cada pessoa.

A gravação dos relatos é fundamental, na medida em que esse tipo de registro preserva os detalhes da fala dos entrevistados, além de permitir que o entrevistador esteja mais atento à narrativa apresentada (SANTOS; SANTOS, 2008). As transcrições devem incluir tudo o que foi registrado nas gravações, considerando que a tarefa do pesquisador é contar a história da pessoa nas palavras usadas por ela própria (ATKINSON, 1998). O discurso escrito da história narrada deve ser o mais fiel possível ao discurso falado. A realidade de uma narrativa refere-se ao que é real para o contador da história, devem expressar a verdade de seu ponto de vista (JOVCHELOVITCH; BAUER, 2002). Nesse sentido, as gravações devem ser transcritas com cuidado, para preservar a forma e o estilo da narrativa e é comum que, em seguida, as histórias ditadas pelos participantes sejam lidas para eles, de modo que possam afirmar a fidelidade de seus relatos (CABRAL; AMARAL; BRANDÃO, 2009; NOGUEIRA et al, 2017).

De fato, é recomendado que a história transcrita seja submetida à revisão da pessoa entrevistada de modo que ela possa verificar quaisquer mudanças que deseja realizar. Assim, de posse do material transcrito, o pesquisador retorna até o sujeito com a intenção de complementar as informações até que sejam saturadas, tendo nesse movimento um critério de confiabilidade do processo investigativo (WILLING et al, 2015). Nessa perspectiva, Atkinson (1998) defende que a pessoa que conta sua história, deve sempre ter a última palavra

sobre como suas experiências devem ser escritas e o entrevistador deve ser honesto, claro e atento aos seus direitos, interesses e privacidade.

A realização das entrevistas biográficas, por sua própria dinâmica e seus objetivos, produz um volume extenso de dados, o que constitui um complicador para a análise dos dados e para sua devolutiva aos entrevistados. Assim, diante do abrangente arsenal de informações que costuma ser reunido, o papel do pesquisador é, após leituras sucessivas, proceder a análise dos textos recolhidos, além de interpretar e articular os dados a uma fundamentação teórica bem estruturada, comunicando, por fim, os resultados alcançados no processo das entrevistas (OJERMARK, 2007; SANTOS; SANTOS, 2008). O material transcrito inicialmente, deve ser lido em busca de informações e significados e, a partir de então, deve ser devidamente organizado, sistematizado e condensado, de modo a responder as questões que orientam a pesquisa (NOGUEIRA et al, 2017). Um recurso que tem se mostrado facilitador para a organização dos dados e para devolução aos sujeitos é o biograma, que consiste nas sínteses esquemáticas dos acontecimentos e em uma forma de mapear as trajetórias (SÁ; ALMEIDA, 2004).

Por conseguinte, mediante a metodologia da história de vida, torna-se possível construir categorias analíticas acerca dos discursos coletados. A interpretação dos dados requer um equilíbrio entre subjetividade e objetividade. Para Atkinson (1998), os fatores que determinam o quanto o entrevistador é capaz de estabelecer a validade da história registrada, dizem respeito à qualidade e à profundidade das trocas interpessoais com o entrevistado, à perspectiva teórica aplicada ao conteúdo da narrativa e a própria perspectiva subjetiva que ele traz para a história.

Há certas medidas ou padrões que são úteis para verificar a confiabilidade e a validade dos dados da história de vida, sendo uma das mais importantes, a consistência interna, referente ao fato de uma parte da narrativa não contradizer o que foi dito em outras partes. Outra medida controle, trata-se da corroboração e da persuasão, em que o entrevistado confirma ou apoia o que foi dito originalmente e em que a história de vida parece razoável e convincente para outras pessoas. No entanto, é preciso considerar, que não é viável interpretar uma história de vida segundo padrões de análise quantitativos. Uma história de vida trata-se de pesquisa qualitativa, e suas categorias de análise, emergem do texto de cada história. O entrevistado deve ser considerado o especialista e a autoridade sobre sua própria vida, pois a realidade subjetiva é exatamente o que o pesquisador busca na história de vida. Mesmo quando há uma análise teórica subjacente, o objetivo primário é tentar encontrar o ponto de vista da pessoa que possui a história (ATKINSON, 1998).

A debilidade dos métodos qualitativos em termos de representatividade e das possibilidades de generalização dos dados, contrapõe-se à sua boa validade interna, já que apresentam a possibilidade de descobrir aspectos novos, de explicitar significados e de revelar a perspectiva do(s) participante(s). Além

disso, os métodos qualitativos, ao possibilitarem o aprofundamento de aspectos importantes e elucidadores da realidade pesquisada, favorecem o desenho de políticas baseadas em dados, que permitem encaminhar ações específicas e não somente ações gerais (SERAPIONI, 2000).

### 3 Os idosos como narradores de suas vidas

A princípio, a pessoa a contar sua história pode ter qualquer idade. No entanto, pretendemos, nesse trabalho, destacar os benefícios e potenciais das pesquisas de história de vida com pessoas idosas. A utilização dessa abordagem metodológica, permite revelar a velhice sob a visão dos próprios idosos e, dessa forma, compreender questões psicossocioculturais comumente não contempladas em pesquisas quantitativas.

O narrar constitui uma atividade cognitiva e comunicativa fundamental para os sujeitos idosos. Eles, comumente, sentem prazer em rememorar o passado, reviver as tradições e relatar os acontecimentos dos quais participaram. Nesta fase da vida, as narrativas pessoais ocorrem com grande frequência e as pessoas se tornam espontaneamente “contadoras de histórias” (BRANDÃO; SMITH; SPERB; PARENTE, 2006). De acordo com Bosi (1994), uma das funções sociais do idoso, nem sempre valorizada, é relembrar e contar para os mais jovens a sua história, explicitando o que fizeram e aprenderam. Dessa forma, eles tornam-se a memória da sua família, dos seus grupos e da sua sociedade.

Em épocas passadas, as histórias desempenhavam um papel central na vida das pessoas, permitindo a transmissão de experiências e conhecimentos ao longo dos tempos em suas comunidades. Histórias contadas de geração em geração, perpetuavam valores e lições sobre a vida. Assim, os idosos tinham um valor assegurado, por deterem o poder de conhecimentos construídos no decorrer de várias décadas. Já na sociedade urbana atual, cada vez menos pessoas demonstram “paciência” e interesse em ouvir as histórias que os idosos têm para contar. No mundo contemporâneo, marcado pelo tecnicismo e individualismo, a comunicação oral de experiências, é comumente substituída por outras fontes de informação, que produzem respostas mais rápidas e diversificadas.

Na idade avançada, o estilo narrativo costuma ser mais subjetivo e interpretativo do que o das pessoas mais jovens. Bosi (1994), ressalta que os idosos são expectadores de um quadro bem delineado no tempo, e apresentam uma memória pessoal e social mais contextualizada e definida. Além disso, os idosos utilizam suas lembranças do passado para a análise do presente e, assim, preservam sua imagem social através da linguagem (BRANDÃO et al, 2006). As narrativas refletem a experiência de envelhecimento de cada pessoa, a partir de reconstruções do passado, no momento presente. Assim, as pessoas quando se tornam mais velhas podem, por exemplo, vir a perceber seus pais segundo um foco diferente. A história é sempre contada do ponto de vista do tempo presente (BURNS; LEONARD, 2005).

É preciso ressaltar, que o envelhecimento é uma experiência heterogênea. A velhice pode se revelar uma experiência angustiante e penosa para algumas pessoas e, enriquecedora e repleta de significações e satisfações para outras. Portanto, a história de vida, constitui uma estratégia muito propícia para alcançar a diversidade e a complexidade do envelhecer. Esse tipo de abordagem, favorece a identificação e compreensão de fatores fisiológicos e psicossociais, que ajudam a explicar o êxito (ou não) do envelhecimento, bem como, favorece o estabelecimento de parâmetros de comparação para distinção entre o envelhecimento usual e o envelhecimento bem-sucedido.

Dessa forma, colabora-se para refutar a ideia de que o envelhecimento acontece de maneira homogênea e para desconstruir a representação da velhice como problema social, tempo de doença e a visão do idoso como um ser dependente e improdutivo. Por outro lado, reforça-se a ideia de que a velhice é vivenciada por cada pessoa de maneira única e distinta, conforme o contexto social, cultural e econômico, em que o indivíduo se encontra. De fato, narrativas de idosos, têm revelado que a velhice pode ser uma fase de crescimento, de realização pessoal e de desenvolvimento continuado (PEREIRA, 2005).

Outro ponto a ser destacado, diz respeito à importância da revisão da vida para os idosos. De acordo com a perspectiva teórica de Erik Erikson, o oitavo e último estágio do ciclo de vida, corresponde a uma crise normativa, em que o indivíduo pode alcançar um sentido predominante de integridade ou de desesperança. A integridade do ego, ocorre quando há reconhecimento por parte do idoso, de que ele teve uma vida significativa e produtiva. Assim, ele é capaz de olhar para sua vida pregressa e, independentemente do seu conteúdo, sentir-se satisfeito, o que resulta em aceitação da própria existência e em sentimentos de dignidade e de congruência. Por outro lado, a ausência de uma visão significativa da vida, pode levar a constatação de que é tarde para corrigir erros ou oportunidades perdidas, o que resulta em um descontentamento com a própria vida e no medo da morte (ERIKSON, 1976).

O envelhecimento reforça a necessidade de se encontrar sentidos para a própria existência. O processo de revisão da vida, segundo Berger (2003), constitui-se como uma das maneiras de se colocar a vida em perspectiva e ajuda os mais velhos a interligar suas vidas com o futuro, à medida que contam suas histórias às gerações mais novas. Nesse esforço, a pessoa idosa, rememora e narra várias passagens de sua vida, recorda os pontos altos e baixos da sua trajetória pessoal e compara o passado com o presente. Tal feito, contribui para renovar os elos com as gerações passadas e para estreitar os laços como os mais jovens. Ademais, enquanto as lembranças são revividas, reinterpretadas e reintegradas, pode-se alcançar uma melhor compreensão do desenrolar de toda a sua existência. A revisão da vida configura-se, portanto, como um processo natural nesse período do desenvolvimento humano e apresenta-se como uma ferramenta útil para a saúde mental das pessoas, à medida que envelhecem.

### 3.1 Emprego de histórias de vida e oral em pesquisas com idosos

Na velhice, como já mencionamos, acentua-se a tendência humana para contar histórias e, ao narrar sua vida, o idoso torna possível uma melhor compreensão do envelhecer. Quando ouvido, no discurso do que viveu e enfrentou durante sua longa caminhada, o sujeito idoso, como participante de processos de investigação, oferece material para apreensão e interpretação da longevidade, que passa a ser vista à luz, tanto das condições de vida que o indivíduo teve no passado, como das perspectivas que ele tem acerca do seu presente e futuro (WILLING et al, 2015).

Um dos focos de interesse nas pesquisas que utilizam histórias de vida de idosos, é averiguar se os anos avançados, são descritos por estes em termos, predominantemente, de perdas, de estabilidades ou de ganhos. Busca-se avaliar, por exemplo, como as perdas decorrentes do envelhecimento, interferem na satisfação com a vida e como percebem ganhos com o avançar da idade. Nessa direção, Lima e Coelho (2011), se propuseram a conhecer aspectos do envelhecimento, a partir da história de vida de idosos. Para isso, tiveram como aportes teóricos, a epigenética do ciclo de vida e a perspectiva do desenvolvimento ao longo da vida (*Lifespan Psychology*), as autoras investigaram o modo como estratégias de seleção, otimização e compensação, se manifestam no processo de envelhecer e exploraram contribuições da geratividade e da participação social.

Entrevistas semiestruturadas foram realizadas com cinco mulheres e três homens entre 68 e 81 anos de idade, atendidos no Centro de Medicina do Idoso, da Universidade de Brasília, ou residentes em Anápolis/Goiás. A ênfase na história de vida, teve como tópicos principais: eventos marcantes na vida pregressa e atual, vida social, história ocupacional, relações familiares, além de conquistas e perdas (passadas e presentes). Também com base na perspectiva do curso de vida e na visão do envelhecimento ativo, Willing et al (2015), buscaram interpretar as histórias de vida de idosos longevos (80 anos ou mais). As histórias de vida foram coletadas nos domicílios dos vinte idosos participantes, usuários de uma Unidade Básica de Saúde, em Curitiba/Paraná, mediante duas ou três entrevistas não estruturadas, e foram analisadas segundo a proposta da entrevista narrativa autobiográfica.

Nas pesquisas biográficas, o sujeito, como protagonista, explora o seu passado, com significados e sentidos socialmente construídos, e toma consciência do seu presente. Por conseguinte, a interpretação das histórias de vida, destaca a heterogeneidade do envelhecimento e ajuda a romper estereótipos relativos à velhice, que, ao ser abordada como experiência narrativa, mostra as trajetórias de uma vida com suas contradições, rupturas e continuidades ao longo da passagem do tempo. Dessa forma, a velhice não é esvaziada de seus ricos significados e sentidos, e o idoso tem a oportunidade de desenvolver a sua história de modo coerente e significativo e de aceitá-la com seus bons e maus momentos (BRANDOBUROVÁ; ADAMOVIČOVÁ, 2016; DOMINGUES, 2014).

Imbuído desse propósito, Domingues (2014) utilizou o método de história oral em diversos contextos e situações, em que o contar e recontar histórias vividas e presenciadas, servia não somente como método de pesquisa, mas configurava também como proposta de intervenção. No Projeto “Conversas & Memórias”, desenvolvido em um centro de saúde para idosos no município de São Paulo, foram realizados encontros semanais com usuários que se dispuseram a contar e ouvir histórias, tendo por finalidade a promoção de saúde. Foram usados recursos diversos para estimular o exercício da conversação, da reflexão e da narrativa oral, tais como músicas, crônicas, artigos de jornal, filmes e fotografias antigas.

Além disso, em experiências de estágios supervisionados em psicologia, a autora descreve projetos de intervenção com idosos que se encontravam em contextos distintos, de instituições asilares à comunidade em geral. Eram criados espaços de escuta das histórias dos idosos, de modo a explorar o envelhecimento sob o ponto de vista da experiência do sujeito e do saber produzido a partir desta experiência. Nas práticas desenvolvidas em uma Unidade Básica de Saúde, buscou-se elaborar a história da comunidade, a partir da narrativa oral dos idosos que ajudaram a construir o bairro em questão. Entrevistas individuais e fotos antigas e recentes do bairro, foram usadas para facilitar a rememoração de fatos e locais.

O uso de recursos lúdicos e artísticos, tem se mostrado como elemento capaz de estimular e enriquecer o processo dos idosos ao contarem suas histórias. Como relatado por Brandoburová e Adamovičová (2016), atividades criativas focadas na história da vida, têm sido amplamente empregadas com idosos no “Centrum Memory”, em Bratislava, na Eslováquia. O referido centro, é descrito como um dispositivo preventivo, diagnóstico e especializado, cujas atividades são realizadas em unidades para pessoas com demência, em serviços de psicodiagnóstico para pessoas com comprometimentos na memória e em propostas educacionais para profissionais que cuidam de pessoas com demências.

O trabalho criativo de história de vida, é baseado em abordagens biográficas, que proporcionam aos idosos a oportunidade, se assim o desejarem, de conversar sobre suas experiências de vida. A expressão criativa é usada como um modo de acessar e explorar a memória e, assim, com mediação das artes, as pessoas podem se comunicar de maneira tanto verbal como não verbal. A reminiscência criativa inclui várias atividades, tais como desenho, pintura, música, movimento, mímica, dança e drama, mostrando-se benéfica para ajudar os idosos a reconhecerem seus pontos fortes e para lhes oferecer uma oportunidade de autoexpressão, ancorada na própria experiência de vida.

Ademais, o entrelaçamento entre memória individual e coletiva próprio dessas narrativas, mostra-se, em outras investigações, como um elemento central de resgate da identidade dos idosos (MOTA et al, 2013). Como afirma Domingues (2014), o valor da experiência narrativa na velhice, não se deve me-

ramente ao fato dos idosos terem muitas histórias acumuladas, mas é devido, sobretudo, ao fato dessas histórias embasarem os seus modos de ser, de ver a vida e de se relacionar com outras pessoas. O exercício da memória é colocado em prática quando a pessoa revive acontecimentos significativos, integrando o passado ao presente (MOTA; REGINATO, 2015). Assim, o interesse não se restringe ao passado, mas ao modo como a memória é (re)construída como parte da consciência atual. Os fatos passados, ao serem narrados, tendem a ser revestidos de uma nova roupagem, indicando um novo modo de compreender a situação, a partir de concepções adquiridas em anos mais recentes. Desse modo, quando o passado se faz presente, as possibilidades de inventar novos modos de ser no mundo, são ampliadas (NOGUEIRA et al, 2017).

Como parte de uma pesquisa ancorada na metodologia da história oral, realizada na Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul, intitulada “Memória e história: a voz dos idosos”, Freitas (2012) analisou a trajetória de idosos de uma instituição asilar, investigando os fatores que contribuem para a sua exclusão social e os impossibilita de reagir aos estigmas da idade. Os dados foram coletados junto a cinco idosos, através de entrevistas semiestruturadas, tendo uma questão ampla como ponto de partida: “o que o senhor(a) lembra da sua época de escola?”. Desse modo, os participantes foram estimulados a mergulhar no universo de suas memórias, inclusive, por meio de relatos que não estivessem relacionados diretamente ao foco da pesquisa. Além de valorizar a memória, o discurso e os valores dos participantes, foram considerados os interdiscursos presentes em seus relatos, o pré-construído enquanto parte de uma memória coletiva. Ao abordar as memórias dos entrevistados, buscou-se destacar, como se deu o processo de letramento, os anseios, as frustrações e as expectativas em suas relações com a escola.

Em outra investigação, Ottoni et al (2011), no âmbito do projeto de extensão “Narrativas de vida: a constituição identitária de idosos”, desenvolvido na Universidade Federal de Uberlândia, realizaram um estudo com idosos, internos em uma instituição de longa permanência, com o objetivo de lhes possibilitar um espaço para, ao contar suas histórias de vida, reviver lembranças e reminiscências e pensar sobre o vivido num processo que envolvia passado, presente e novas perspectivas para o futuro. A partir da socialização dessas histórias e do falar em grupo sobre elas, pretendeu-se contribuir para o fortalecimento identitário do idoso e do grupo.

Através do método da narrativa de história oral de vida, foram coletadas histórias relatadas por doze idosos, além de serem realizadas anotações em diário de campo. Ao final do trabalho, foi proposta a produção de um livro e de um vídeo-documentário com as histórias de vida compartilhadas pelos participantes. Os autores, concluem que conhecer as histórias de vida de idosos, pode possibilitar reflexões sobre a vivência em uma instituição de longa permanência, as identidades dos internos e o processo de envelhecimento do outro e de si mesmo.

De fato, o idoso, ao contar sua história, é levado a repensar sobre o sentido da vida no presente, a partir da consciência do que viveu em tempos passados, dando margem a verificar como suas decisões e escolhas atuaram como definidoras da construção de sua identidade (OTTONI et al, 2011). Considerando o panorama exposto, supõe-se que o trabalho com história de vida, possa ter efeitos significativos na saúde mental de idosos, com reflexos na autoestima e na satisfação com a vida. Baseados nessa premissa, Lai, Igarashi Yu e Chin (2018), realizaram um estudo com o objetivo de examinar os efeitos da produção de livros de histórias de vida, na melhoria de três indicadores psicológicos de idosos em Hong Kong, a saber: autoestima, satisfação com a vida e bem-estar mental em geral.

Foi adotado um desenho quase experimental, em que 123 pessoas, com 60 anos ou mais, foram recrutadas em centros comunitários e divididas em dois grupos, de acordo com o grau de sintomatologia depressiva. Apenas 57 participantes completaram a intervenção e a avaliação de acompanhamento, sendo 39 deles sem sintomas depressivos e 18 com apresentação desse tipo de sintomas. A intervenção consistiu na produção da escrita da história de vida, em quatro a seis sessões semiestruturadas, facilitadas por voluntários treinados, em que os idosos revisavam vários estágios de suas vidas, desde a infância até a idade adulta, com uso de figuras e recordações. Os resultados forneceram evidências preliminares de que esse trabalho, com história de vida, foi eficaz em melhorar o bem-estar mental geral de idosos da comunidade, com sintomatologia depressiva.

Além dos benefícios para o próprio idoso, o uso de história de vida pode contribuir para aproximar o idoso de sua família, levando essa a melhor conhecer vários aspectos da sua vida e, em decorrência, a olhar de modo diferente a sua realidade. Ademais, nos contextos de cuidados em saúde, a prática da história de vida pode atuar como um instrumento de criação de vínculo e de maior aproximação entre o cuidador/profissional de saúde e o idoso (MOTA; REGINATO, 2015). Essa aproximação, torna-se uma oportunidade efetiva para um encontro em que o profissional maximiza a oferta de acolhimento aos idosos, com olhar e escuta atentos, indo além de um mero procedimento protocolar. Permite, assim, construir um caminho para maior humanização do cuidado, de modo a suplantar uma abordagem técnica e fria, que, como tal, compromete a qualidade do atendimento (MOTA et al, 2013).

Nesse sentido, um estudo foi conduzido para verificar em que medida a história oral de vida pode constituir um recurso de aproximação entre cuidador e idosos e apresentar-se como um elemento humanizador nessa relação de cuidado (MOTA; REGINATO, 2015; MOTA et al, 2013). Buscou-se valorizar o idoso como ser único, concedendo-lhe a oportunidade de falar e ser ouvido em um processo terapêutico. Sete idosos foram entrevistados e as 12 entrevistas realizadas (abertas e não diretivas), visaram suscitar um relato amplo e livre da trajetória de vida dos entrevistados. Desse modo, houve a produção

de narrativas de histórias de vida, as quais, uma vez transformadas num relato literário em primeira pessoa, foram devolvidas aos entrevistados, para que pudessem ser conferidas e aprovadas pelos próprios. Na sequência, cada uma dessas narrativas foi editada na forma de um caderno personalizado, em que cuja capa constava um desenho evocativo do “tom vital” da história de vida em questão, ou seja, uma frase ou palavra que sintetiza a narrativa.

Como resultado, pôde-se perceber que tal abordagem contribuiu para a geração e fortalecimento do vínculo entre enfermeiro e idoso, apresentando-se, não apenas como elemento humanizador, mas também terapêutico. Conforme os pesquisadores, observou-se, em quase todas as falas, uma “experiência de alívio” e de “libertação” de uma memória “petrificada”, silenciosa e solitária, fonte de dor e sofrimento quando os idosos puderam expressar seus sentimentos e pareceram reviver os momentos descritos. Isso mostrou um inegável caráter terapêutico da história oral de vida, com potencial para fortalecer a humanização em saúde (MOTA; REGINATO, 2015; MOTA et al, 2013).

Efetivamente, em trabalhos de resgate de histórias de vida, o idoso, ao contar sua história e ao ser ouvido, socializam conhecimentos e experiências outrora vividas e, assim, suas memórias podem enriquecer a experiência de vida de outras pessoas envolvidas no projeto, sejam elas profissionais de saúde, alunos, professores ou outros idosos (OTTONI et al, 2011). Nesse contexto, Chippendale (2013) realizou um estudo de avaliação da versão aprimorada de um *workshop* de redação de revisão de vida, nomeado “Compartilhe sua história de vida”. Os participantes se constituíram como imigrantes recrutados em uma residência para idosos em Boston, nos Estados Unidos. A intervenção, desenvolvida ao longo de oito semanas, ofereceu para os idosos a oportunidade de escreverem sobre suas vidas, utilizando uma sequência cronológica. A cada semana, era abordada uma década de vida e os idosos liam seus relatos em voz alta, quando recebiam *feedback* positivo do líder e de outros membros do grupo.

Em um segundo momento, foram investigados os efeitos de uma troca intergeracional baseada no conteúdo dos escritos autobiográficos dos idosos, sobre as imagens do envelhecimento apresentadas por estudantes. O programa de intercâmbio intergeracional, foi efetivado durante três semanas, na residência dos idosos, com a participação destes e de cinco alunos de graduação da área de ciências da saúde, com idades entre 25 e 34 anos. Em cada sessão, que durava cerca de 90 minutos, o idoso lia uma parte autoselecionada de seus escritos e, após a leitura, ocorria uma discussão em relação ao conteúdo apresentado. Como uma medida pré-teste, a “Image of Aging Scale” foi aplicada aos alunos de modo autoadministrado.

Após o intercâmbio, a escala foi reaplicada e entrevistas foram realizadas com os graduandos, assim como os idosos, foram solicitados a escrever sobre suas experiências no programa. Resultados preliminares mostraram um aumento nas imagens positivas do envelhecimento apresentadas pelos cinco alunos participantes, além de uma diminuição nas imagens negativas. Todos

eles perceberam o programa como uma experiência positiva, agradável e humanizadora, bem como, consideraram que a experiência os levou a refletir sobre suas próprias vidas. Dessa forma, Chippendale (2013) assinala que os programas intergeracionais não apenas beneficiam idosos, com seus efeitos terapêuticos, mas também podem afetar as atitudes das gerações mais jovens.

Outro ponto a ser salientado é que, em uma ótica sociocultural, os idosos ocupam o papel de testemunhas da história e guardiões do passado e, dessa feita, permitem às novas gerações conhecer o passado sem se ater unicamente a relatos e documentos oficiais. Mediante acesso às memórias presentes em suas narrativas, é possível vislumbrar valores, crenças e costumes de outras épocas e compreender transformações sociais que ocorreram ao longo dos tempos. No papel de narradores privilegiados, quando compartilham suas memórias e socializam suas experiências de vida, temas diversos podem ser contemplados, como a situação política ou socioeconômica de um país, crises sanitárias e desastres naturais (FREITAS, 2012; OTTONI et al, 2011). Esse contato com histórias narradas por idosos, em suas versões sobre o passado, abriga o potencial da descoberta de novos sentidos sobre a realidade circundante e novos modos de subjetivação, de modo que fatos do passado podem ser revistos ou revisitados com as lentes do presente, o que, segundo Domingues (2014), permite uma condução mais segura e potente para o futuro.

Em termos de história oral, Cabral et al (2009) apresentam as oficinas de Memória Autobiográfica que integraram o projeto "Conversando com idosos: o registro das memórias vivas", as quais tiveram como parte de suas finalidades, ressaltar a importância da memória autobiográfica como fonte de preservação do patrimônio humano e de resgate da memória social das cidades, pelo olhar único de cada indivíduo, além de resgatar a história da cidade enquanto história vivida, transformando cada idoso em narrador-participante. Foram incluídos 113 idosos em oito grupos distintos, no período de comemorações dos 450 anos de fundação da cidade de São Paulo. As oficinas funcionaram em nove encontros de duas horas semanais, no período de dois meses, com utilização de recursos variados, como leituras, reflexões e dinâmicas de grupo. A partir das conversas e das trocas ocorridas durante os encontros, os participantes foram solicitados a registrar as histórias compartilhadas e as lembranças dos momentos vivenciados. Esse material, como produção coletiva, foi, posteriormente, organizado e transformado em cadernos de memórias. Segundo os autores, as oficinas propiciaram a participação efetiva dos idosos, resgatando a dignidade e a autoestima deles como narradores, além do grupo ter possibilitado o (re)descobrimto de si e do outro e gerado um forte laço afetivo entre os participantes.

Em suma, a abordagem biográfica possibilita recuperar o valor das histórias de vida, com suas contribuições históricas e sociais, com seus aportes para o avanço do conhecimento e para o alcance de uma maior dignidade de cada indivíduo que se dispuser a dividir um pouco da sua trajetória de vida e,

nesse processo, aprender mais sobre o mundo e si mesmo. No caso dos idosos, pode permitir a permuta e a comunicação de experiências com outras gerações, além de favorecer orientações e sugestões práticas para problemas do cotidiano. Lamentavelmente, nas sociedades atuais, cada vez mais se perde o valor da transmissão de experiências e saberes, em detrimento das informações rápidas e mutantes oferecidas pelas novas tecnologias.

## 5 Considerações finais

Nas últimas décadas, tem-se alcançado avanços consideráveis nos estudos sobre a velhice. No entanto, urge ampliar os conhecimentos acerca do modo como os idosos percebem a si mesmos, o seu envelhecimento e o mundo em que vivem. As pesquisas têm se concentrado, principalmente, em aspectos demográficos, socioeconômicos e epidemiológicos, com menor ênfase sobre a realidade psicossocial dos idosos, sobretudo numa perspectiva biográfica e histórica. Todavia, para que as ações realizadas junto aos segmentos *mais idosos* sejam efetivas, é preciso que estejam respaldadas também, na percepção dos próprios idosos acerca de suas experiências de vida. Esse fato torna necessária a condução de estudos com coleta de dados orais, que valorizem a voz da terceira idade, estimulando-os a expressarem, com maior extensão e profundidade, suas vivências, necessidades, expectativas, aspirações, crenças, valores e atitudes.

Nesse sentido, defendemos o potencial que as narrativas de história de vida apresentam para obtenção de detalhamento e aprofundamento das experiências e significações realizadas pelos idosos ao longo de suas trajetórias. O conhecimento da história de vida de indivíduos que chegaram à velhice com preservação de sua autonomia, independência e satisfação pessoal pode, por exemplo, permitir uma melhor identificação de fatores protetores da saúde e favorecedores do envelhecimento ativo.

Além disso, tornar o idoso protagonista consciente da sua história pessoal, tem o valor de recuperar e de proteger as especificidades das suas experiências subjetivas e de valorizar sua existência. Ao selecionar, organizar e dar sentido a suas experiências de vida para contá-las a outra pessoa, o idoso pode melhor dedicar-se a revisão da própria vida e sentir-se mais prestigiado enquanto indivíduo único e detentor de saberes singulares. A re-apropriação da história pessoal permite renovar forças e melhorar a autoestima.

Nesse prisma e para finalizar, retoma-se Atkinson (1998) para destacar a necessidade de que a abordagem de história de vida seja mais do que um simples relato de fatos. O pesquisador deve favorecer a busca do significado das experiências dos idosos, de modo a estimular sua reflexão acerca de acontecimentos vividos e abrir espaço para a expressão de seus sentimentos e atitudes acerca dos eventos narrados. Ao contar sua história, o idoso deve ter a oportunidade, se isso lhe for útil, de encontrar novos entendimentos dos problemas, desafios e triunfos da sua vida.

## Referências

- ABUBAKAR, N.; BAKAR, A.; ABDULLAH, M. Y.. The life history approach: fieldwork experience. **Jurnal e-Bangi**, vol. 3, n. 1, p. 1-9. 2008.
- ATKINSON, P.. Qualitative research – unity and diversity. **Forum: Qualitative Social Research**, vol. 6, n. 3, Art. 26. 2005.
- ATKINSON, R.. **The Life Story Interview**. Thousand Oaks: Sage Publications, 1998.
- ATKINSON, R.. The life story interview. In: GUBRIUM, J.F; HOLSTEIN, J.A. **Handbook of Interview Research: Context & Method** (p. 121-140). Thousand Oaks: Sage Publications, 2002.
- BERGER, K.S.. **O Desenvolvimento da Pessoa da Infância à Terceira Idade**. Rio de Janeiro: LTC, 2003.
- BOSI, E. **Memória e Sociedade: Lembranças de Velhos**. São Paulo: Companhia das Letras, 1994.
- BRANDOBROVÁ, P.; ADAMOVIČOVÁ, S.. Creative life story work with seniors. **Journal of Education Culture and Society**, vol. 7, o. 1, p. 54-63. 2016.
- BRANDÃO, L.; SMITH, V.; SPERB, T. M.; PARENTE, M. A. M. P.. Narrativas Intergeracionais. **Psicologia: Reflexão & Crítica**, vol. 19, o. 1, p. 98-105. 2006.
- BRUNER, J.. Life as a narrative. **Social Research**, vol. 54, n. 1, p. 11-32. 1987.
- BURNS, A.; LEONARD, R.. Chapters of our lives: life narratives of midlife and older australian women. **Sex Roles**, vol. 52, n. 5-6, p. 269-277. 2005.
- CABRAL, P.; AMARAL, R.; BRANDÃO, V.. Oficinas de memória autobiográfica. Conversando com idosos: o registro das memórias vivas. **Revista Kairós**, vol. 12, n. 1, p. 257-274. 2009.
- CHAIMOWICZ, F.. A saúde dos idosos brasileiros às vésperas do século XXI: Problemas, projeções e alternativas. **Revista de Saúde Pública**, vol. 31, n. 2, p. 184-200. 1997.
- CHIPPENDALE, T.. Elders' life stories: impact on the next generation of health professionals. **Current Gerontology and Geriatrics Research**. vol. 2013, n. 8, p. 1-7. 2013.
- CHIZZOTTI, A.. **Pesquisa em ciências humanas e sociais**. São Paulo: Vozes, 2011.
- CRESWELL, J. H.. **Qualitative Inquiry and Research Design**. Choosing among Five Traditions. Thousand Oaks: Sage Publications, 1998.
- DENZIM, N. K.. Interpretando as Vidas das Pessoas Comuns: Sartre, Heidegger e Faulkner. **DADOS - Revista de Ciências Sociais**. Rio de Janeiro, vol. 27, n.1, p.29-43. 1984.
- DENZIN, N.; LINCOLN, Y. **The landscape of qualitative research**. Theories and issues. London: Sage Publications, 2003.
- DOMINGUES, A. R.. O envelhecimento, a experiência narrativa e a história oral: um encontro e algumas experiências. **Psicologia Política**, vol. 14, n. 31, p. 551-568. 2014.
- ERIKSON, E. H.. **Identidade: Juventude e Crise**. Rio de Janeiro: Zahar, 1976.
- GOLDMAN, R.; HUNT, M. K.; ALLEN, J. D.; HAUSER, S.; EMMONS, K.; MAEDA, M.; SORENSEN, G.. The life history interview method: applications to intervention development. **Health Education & Behavior**, vol. 30, n. 5, p. 564-581, 2003.
- FREITAS, S. A.. **Memórias de idosos: entre o desejo de escolarização e as contingências sociais**. In: III Simpósio Nacional Discurso, Identidade e Sociedade: Dilemas e desafios na contemporaneidade, 2012.
- FUNDO DE POPULAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS (UNFPA). **Resumo Executivo. Envelhecimento no Século XXI: Celebração e Desafio**. New York, 2012.
- HAMMER, D.; WILDAVSKY, A.. **La entrevista semi-estructurada de final abierto**. Aproximación a una guía operativa. *Historia y Fuente Oral*, vol. 1, n. 4, p. 23-61. 1990.
- JOVCHELOVITCH, S.; BAUER, M.. Entrevista Narrativa. In: BAUER, M. W.; GASKELL, G. (Eds.) **Pesquisa qualitativa com texto, imagem e som: um manual prático** (p. 90-113). Petrópolis: Vozes, 2002.

- KENYON, G.; RANDALL, W.. Narrative gerontology: an overview. In: KENYON, G.; CLARK, P; DE VRIES, B. (Eds.). **Narrative Gerontology: Theory, Research, and Practice** (p. 3 - 18). New York: Springer, 2001.
- LAI, C. K. Y.; IGARASHI, A.; YU, C. T. K.; CHIN, K. C. W.. Does life story work improve psychosocial well-being for older adults in the community? A quasi-experimental study. **BMC Geriatrics**, vol. 18, n. 1, p. 1-12. 2018.
- LIMA, P. M. R. de; COELHO, V. L. D.. A arte de envelhecer: um estudo exploratório sobre a história de vida e o envelhecimento. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 31, n. 1, p. 4-19. 2011.
- MACCALI, N.; MINGHINI, L.; WALGER, C. de S.; ROGLIO, K. de D.. **História de vida: uma possibilidade metodológica de pesquisar os aspectos subjetivos no processo de tomada de decisão**. In: XXXVII Encontro da ANPAD, 2013.
- OLIVEIRA, V. M.; SATRIANO, C. R.; SILVA, E. L.. Análise narrativa dialógica emancipatória em diálogo com análise narrativa, de conteúdo e de discurso. **Revista Valore**, vol. 5 (Edição Especial), p. 5-21. 2019.
- MEIHY, J. C. S. B.. **Manual de história oral**. São Paulo: Loyola, 2005.
- MILLER, R. L.. **Researching life stories and Family narratives**. Thousand Oaks: Sage Publications, 2000.
- MOTA, C. S.; REGINATO, V.. Aproximando o cuidador do idoso: a história oral de vida e a humanização do cuidado. **Revista Internacional de Humanidades Médicas**, vol. 4, n. 2, p. 115-124, 2015.
- MOTA, C. S.; REGINATO, V; GALLIAN, D. M. C.. A metodologia da história oral de vida como estratégia humanizadora de aproximação entre cuidador/idoso. **Cadernos de Saúde Pública**, vol. 29, n. 8, p. 1681-4. 2013.
- NOGUEIRA, M. L. M.; BARROS, V. A. de; ARAUJO, A. D. G.; PIMENTA, D. A. O.. O método de história de vida: a exigência de um encontro em tempos de aceleração. **Pesquisas e Práticas Psicossociais**, vol. 12, n. 2, p. 466-485. 2017.
- OJERMARK, A.. Presenting life histories: a literature review and annotated bibliography. CPRC Working Paper 101. **Chronic Poverty Research Centre**, 2007.
- OTTONI, M. A. R.; SOUSA, G. de; LIMA, M. C. de; OLIVEIRA, L. C. S. de; MARTINS, T. R.. Narrativas de vida: a constituição identitária de idosos, **Revista de Educação Popular**, vol. 10, n. 0, p. 56-65. 2011.
- PAULILO, M. A.. A pesquisa qualitativa e a história de vida. **Serviço Social em Revista**, vol. 2, n. 1, p. 135-148. 1999.
- PEREIRA, T. M. F. R.. **Histórias de vida de mulheres idosas: um estudo sobre o bem-estar subjetivo na velhice**. Dissertação (Mestrado em Psicologia, Sociedade e Qualidade de Vida). Universidade Federal do Rio Grande do Norte, 2005.
- SÁ, M. A. A. dos S.; ALMEIDA, L. R.. Devolutiva de entrevistas: o biograma na pesquisa em educação. **Psicologia da Educação**, n. 19, p. 185-192. 2004.
- SANTOS, I. M. M. dos; SANTOS, R. da S.. A etapa de análise no método história de vida – uma experiência de pesquisadores de enfermagem. **Texto & Contexto - Enfermagem**, vol. 17, n. 4, p. 714-9. 2008.
- SATRIANO, C.; MOSCOLONI, N.. Importancia del análisis textual como herramienta para el análisis del discurso, **Cinta de Moebio**, vol. 9, p. 287-306. 2000.
- SATRIANO, C.; OLIVEIRA, V. M.. Instrumentación metodológica sobre el uso de narrativas. *Revista Psicología Digital*. 2013. <http://psicologiadigital.unr.edu.ar/>
- SCHNEIDER, R.H.; IRIGARAY, T.Q.. O envelhecimento na atualidade: aspectos cronológicos, biológicos, psicológicos e sociais, **Estudos de Psicologia (Campinas)**, vol. 25, n. 4, p. 585-593. 2008.
- SERAPIONI, M.. Métodos qualitativos e quantitativos na pesquisa social em saúde: algumas estratégias para a integração, **Ciência & Saúde Coletiva**, vol. 5, n. 1, p. 187-192. 2000.
- SILVA, A.P.; BARROS, C.R.; NOGUEIRA, M.L.M.; BARROS, V. A.. Conte-me sua história: reflexões sobre o método de História de Vida, **Mosaico: estudos em psicologia**, vol. 1, n. 1, p. 25-35. 2007.
- SOMERS, M.. The narrative constitution of identity. A relational and network approach. **Theory and Society**, vol. 23, n. 5, p. 635-649. 1994.

- SOUZA, E.C. de.. A arte de contar e trocar experiências: reflexões teórico-metodológicas sobre história de vida em formação, **Revista Educação em Questão**, vol. 25, n. 11, p. 22-39. 2006.
- SPINDOLA, T.; SANTOS, R. da S.. Trabalhando com a história de vida: percalços de uma pesquisa(dora?), **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, vol. 37, n. 2, p. 119-126. 2003.
- WILLING M.H.; LENARDT, M.H.; CALDAS C.P.. A longevidade segundo histórias de vida de idosos longevos, **Revista Brasileira de Enfermagem**, vol. 68, n. 4, p. 697-704. 2015.
- VERAS, R.P.; OLIVEIRA, M.. Envelhecer no Brasil: a construção de um modelo de cuidado, **Ciência & Saúde Coletiva**, vol. 23, n. 6, p. 1929-1936. 2018.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Envelhecimento ativo**: uma política de saúde. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2005.