

PSICOLOGIA EVOLUTIVA DA IDADE ADULTA

MIGUEL FALCÃO

Introdução

Bibliografia: – JOSÉ LUIS SORIA, *Cuestiones de Medicina Pastoral*, Rialp, Madrid 1973; – JOSÉ LUIS GUTIÉRREZ, *Acompañamiento espiritual en las diversas circunstancias de la vida*, ISSRA, Roma 2010; – MIGUEL ÁNGEL MONGE (Ed.), *Medicina pastoral*, EUNSA, 5.ª edición, Pamplona 2010; – WENCESLAU VIAL, *Madurez psicológica y espiritual*, Palabra, Madrid 2016.

Os textos referidos oferecem uma grande profusão de dados, uma vez que as fases nesta idade e as suas características variam muito segundo as culturas e as pessoas, para além das patologias que possam sofrer. Aconselha-se a sua leitura, para um conhecimento mais amplo das particularidades psicológicas nesta idade.

O que apresento a seguir é uma visão sintética, fruto da minha experiência pessoal (acabo de fazer 50 anos de sacerdócio e vou fazer 80 de idade). Cada um, com a sua própria experiência, poderá ter outra visão.

A adolescência tem início com a puberdade: pode situar-se em geral aos 12 anos (raparigas) e 14 anos (rapazes) (Soria, p. 160).

É a idade de crescimento: deixa-se de ser criança (infância), mas ainda não se chegou à idade adulta. Entretanto, a adolescência passa por crises de crescimento. Superadas estas crises, a personalidade torna-se mais estável (juventude): em geral, aos 16 anos (mulheres) e 18 anos (homens).

Actualmente, por influência da *ideologia do género* – que nega a diferença estrutural entre homem e mulher –, considera-se o começo da juventude aos 18 anos (homens e mulheres), com toda a responsabilidade do adulto¹. O que se segue, refere-se ao adulto do sexo masculino; mais adiante, referir-se-á ao sexo feminino.

A idade adulta no homem

A partir desta maioridade, o jovem pode comprometer-se no trabalho, no matrimónio, no comércio, na vocação religiosa, temporária ou definitivamente (Monge, p. 359); antes, permite-se em casos especiais (isto é, necessita-se dispensa).

¹ Segundo a *Constituição da República Portuguesa* (1976), art. 49, 1, “têm direito de sufrágio todos os cidadãos maiores de dezoito anos, ressalvadas as incapacidades previstas na lei geral”.

Para o *Código Civil 1977*, “é menor quem não tiver ainda completado dezoito anos de idade” (art. 122); para contrair casamento é necessário ter pelo menos 16 anos de idade (art. 1600 e 1601).

Segundo o *Código de Direito Canónico* (1983), “é maior a pessoa que completou dezoito anos de idade” (cân. 97, §1).

Outras normas: “É invalidamente admitido ao noviciado: quem ainda não tiver completado dezassete anos de idade” (cân. 643, §1, 1º). “Para a validade da profissão temporária requer-se que: quem a vai emitir, tenha completado ao menos dezoito anos” (cân. 656, 1º). Nos Institutos Seculares, “é invalidamente admitido à provação inicial: quem ainda não tiver atingido a maioridade” (cân. 721, §1, 1º). “O homem antes de dezasseis anos completos de idade e a mulher antes de catorze anos também completos não podem contrair matrimónio válido” (cân. 1083, §1). A CEP determinou que, para a mulher, se requer 16 anos para a celebração lícita do matrimónio. Quem cometer um delito antes dos 16 anos, não está sujeito a nenhuma pena (cf. cân. 1323, 1º).

A juventude pode ir até aos 35 anos (Vial, p. 100) ². As capacidades do jovem continuam a crescer continuamente, sente-se capaz de grandes ideais e de vencer os obstáculos que surjam. Ao mesmo tempo, experimenta as suas limitações, êxitos e fracassos, que lhe evitam tornar-se idealista e utópico.

Por volta dos 40 anos ³, pára o crescimento contínuo, o que dá a impressão de perda de capacidades, com a conseqüente crise da meia-idade. É a altura de fazer um balanço, em geral pessimista, pondo em questão o que até então tinha sido o objectivo da sua vida, com nostalgia para o que tinha deixado para trás (*mística do oxalá*) ⁴.

Na realidade, as capacidades mantêm-se estáveis, por uns 20 anos ⁵. É a idade adulta madura, serena, reflexiva, continuando com êxito os ideais assumidos, por isso a idade própria de posições de chefia (Gutiérrez, p. 21; Monge, p. 401).

Por volta dos 60 anos, começa a diminuição das capacidades, acompanhada de fragilidade na saúde, o que leva a pensar em preparar as pessoas que poderão continuar a desenvolver as suas tarefas (filhos, colaboradores, outros) (Monge, p. 367).

A partir dos 70 anos, o bom senso aconselha a começar a deixar os cargos de responsabilidade, para os quais possam ser escolhidos outros entre os que foi preparando, passando a uma posição consultiva, de referência ou dedicando-se a alguma actividade de voluntariado ou de gosto pessoal (*hobby*), para evitar a sensação de inutilidade de quem até então se desenvolvera activamente em prol da família e da sociedade (Vial, p. 104-105).

A idade adulta na mulher

A crise da idade adulta não aparece por volta dos 40 anos, como no homem, mas mais tarde. Tem dois componentes principais: um afectivo e outro relacionado com a importância que tem o aspecto físico (Soria, p. 328).

A crise da menopausa ocorre por volta dos 45-50 anos e coincide com o declinar da função sexual (cessa a ovulação e conseqüentemente a menstruação e, portanto, a possibilidade da fecundação). A mulher não só sofre com os incómodos que surgem, mas sobretudo com a perda do atractivo físico, as mudanças da morfologia externa e saber-se incapaz da maternidade (Soria, pp. 328-329; Gutiérrez, p. 22). Parece que a alteração da função sexual é acompanhada por uma virilização física e psíquica, tornando-se fria (racional) e dura (autoritária) (Soria, pp. 329-330; Gutiérrez, p. 22) ⁶. Penso que todas estas mudanças afectam a sua feminilidade, graças à qual se entregava generosamente aos outros e sentia o afecto das pessoas, o que vai começar a perder.

² No documento preparatório para a XV Assembleia geral ordinária do Sínodo dos Bispos, sobre “Os jovens, a fé e o discernimento vocacional”, a realizar-se em Outubro de 2018, “o termo «jovens» indica as pessoas de aproximadamente 16-29 anos de idade, com a consciência de que também este elemento deve ser adaptado às circunstâncias locais” (documento apresentado em 15-I-2017).

³ Segundo Vial, entre os 35 e 45 anos (p. 101).

⁴ Cf. Soria, pp. 324 e 326; Gutiérrez, p. 20; Monge, p. 400; S. Josemaria Escrivá, *Temas actuais do Cristianismo*, n. 88.

⁵ Segundo Soria, o homem chega à plenitude da vida aos 40-50 anos; depois, estas capacidades mantêm-se estáveis durante um certo período de tempo, em geral até aos 60 anos, quando começa o declinar físico e intelectual (cf. Soria, pp. 330-331; Monge, p. 367).

⁶ Talvez uma manifestação seja a perda de compreensão (impaciência) para com o marido, sobretudo se reformado e sem uma ocupação que o motive, passando muito tempo em casa, além das suas deficiências físicas e psíquicas. Por outro lado, torna-se capaz de substituir o marido no governo da casa e de se manter só quando o marido falece.

A velhice

A velhice caracteriza-se pela perda contínua das forças físicas e psíquicas, com a consequência de tender a afastar-se das actividades a que até então se dedicava ⁷; penso que se pode situar nos homens pelos 75 anos, actualmente idade aconselhada para os bispos e párocos renunciarem ao cargo. Nas pessoas casadas, também se ressentem a actividade sexual (Soria, p. 331).

Penso que é necessário estar atento a esta idade, para evitar os efeitos negativos psíquicos e espirituais: não colocá-los de parte (descartar), como se se tornassem inúteis ou incómodos, ou tratá-los como menores de idade, embora a responsabilidade vá decaindo; mas fomentar as suas boas tendências para que estejam ocupados e continuem a sentir-se úteis (coleccionar, conversar com amigos, leituras, música, filmes clássicos), secundando as suas próprias iniciativas (Soria, pp. 334- 335; Gutiérrez, p. 21) ⁸. Terão de ocupar-se nos cuidados da saúde muito tempo: convinha facilitar-lhes as deslocações.

Trata-se de ideias gerais, mas é necessário estar atento à realidade de cada um, o que normalmente é tarefa do cônjuge.

(*Celebração Litúrgica*, 2017-2018 [Out/Nov 2018], 6, pp. 1467-1470)

⁷ Vai enfraquecendo a audição, a visão, a memória, a capacidade intelectual e a vontade, aumenta a sonolência com dificuldade em resistir a ela, diminui o empenho nas actividades, os estímulos movem menos, aumenta a insegurança pessoal, diminui a paciência, sente-se cada vez mais dependente dos outros (cf. Monge, pp. 368-369). É conveniente estar prevenido destes sintomas, para não se alarmar, nem desanimar.

⁸ Em lugar de dar encargos nesta fase, é melhor perguntar-lhes se gostariam de os fazer, para respeitar os seus gostos. Os idosos merecem e necessitam da veneração dos mais novos (*honrar pai e mãe*) (cf. João Paulo II, *Carta do Papa aos anciãos*, 1-X-1999, n. 10; Monge, pp. 401-402).