

ARTIGOS DE REVISÃO

ENVELHECIMENTO E BEM-ESTAR PSICOLÓGICO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Ana Elisa Casara Tallmann*
Maria Helena Lenardt**
Denise Faucz Kletemberg***
Tatiane Michel****
Tânia Maria Lourenço*****

RESUMO

Este estudo consiste em uma revisão integrativa da literatura cujo objetivo foi identificar as características da produção científica brasileira sobre o bem-estar psicológico do idoso. Foram consultadas as bases de dados BDeF, Lilacs, MedLine e SciELO e foram selecionados 5 artigos que atenderam aos critérios de inclusão. Observou-se que os principais autores das publicações são psicólogos, porém, outros profissionais da saúde trabalham de maneira interdisciplinar. Todos os artigos selecionados foram publicados a partir de 2003, 3 deles eram pesquisas quantitativas com aplicação de escalas, 2 eram revisões de literatura e 1 era estudo de caso. As escalas utilizadas foram: Medida de Inteligência Emocional (MIE); Desenvolvimento Pessoal (EDEP); e Bem-Estar Psicológico. Os resultados indicam relações entre o bem-estar psicológico e aspectos essenciais que auxiliam no enfrentamento dos desafios impostos pelo envelhecimento. A literatura analisada mostra que suporte social efetivo, o fato de ser casado e a automotivação são fatores que contribuem para o bem-estar psicológico positivo. Consta-se que a produção de conhecimento sobre a temática ainda é incipiente e não há consenso acerca dos elementos mais importantes para obter um ajustamento psicológico do idoso.

Palavra-chaves: Idoso. Adaptação psicológica. Revisão de literatura.

INTRODUÇÃO

Historicamente, as pesquisas sobre o envelhecimento humano estiveram associadas somente à decrepitude, aos declínios e perdas que ocorrem nessa etapa do ciclo vital, e negligenciaram inúmeros estudos em favor de outras fases tradicionalmente consideradas mais importantes do ponto de vista do desenvolvimento humano. Não obstante, durante o século XX novas formulações foram feitas e o envelhecimento começou a ser estudado sob uma perspectiva ampla e multidimensional, combinando várias ciências.

Nessa perspectiva a velhice pode ser compreendida como resultante de um processo

que envolve as dimensões biológicas, psicológicas e sociais que começa na vida do embrião e culmina na heterogeneidade do processo de envelhecimento. Por isso a singularidade é considerada como característica de todo ser humano. Cada ser se percebe segundo a sua leitura de mundo, conforme o olhar que tem sobre sua vida e a forma de vivenciá-la, o que se traduz nos modos de enfrentamento do cotidiano⁽¹⁾.

Considera-se, então, que obter uma velhice satisfatória ainda não é um atributo somente do domínio biológico, psicológico ou social, mas resulta da interação entre os três domínios. Desse modo, as novas concepções do envelhecimento originadas das disciplinas biológicas, psicológicas e sociais, que hoje

*Enfermeira. Mestre em Enfermagem da Universidade Federal do Paraná. Membro do Grupo Multiprofissional de Pesquisa sobre Idosos - GMPI. Email: anaelisact@yahoo.com.br

**Enfermeira. Doutora em Filosofia da Enfermagem pela Universidade de Santa Catarina. Professora Sênior do Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da Universidade Federal do Paraná. Líder do Grupo Multiprofissional de Pesquisa sobre Idosos- GMPI. Email: curitiba.helena@gmail.com

***Enfermeira. Doutora em Filosofia da Enfermagem pela UFSC. Membro do Grupo Multiprofissional de Pesquisa sobre Idosos- GMPI. Email: denisekle@yahoo.com.br

****Enfermeira. Doutoranda do Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da Universidade Federal do Paraná-UFPR. Bolsista REUNI/UFPR. Membro do Grupo Multiprofissional de Pesquisa sobre Idosos- GMPI. Email: tatianemichel@hotmail.com

*****Enfermeira. Mestre em Enfermagem da Universidade Federal do Paraná-UFPR. Membro do Grupo Multiprofissional de Pesquisa sobre Idosos- GMPI. Email: taniamarlou@bol.com.br

compõem o campo da gerontologia, instauraram novas percepções para o seu estudo, as quais contrariam visões lineares e unidimensionais sobre o significado do tempo e das mudanças evolutivas⁽²⁾.

Dentre os indicadores de grande relevância para determinar que o processo de envelhecimento seja vivenciado de maneira positiva estão os fatores associados ao bem-estar. Os estudos sobre bem-estar tiveram início no final do ano de 1950, quando pesquisadores buscavam conhecer variáveis indicadoras de qualidade de vida para monitorar mudanças sociais e a implantação de políticas sociais⁽³⁾. A partir disso, surgiram diferentes perspectivas, dando origem ao conceito de bem-estar subjetivo (BES).

O conceito de BES foi abordado inicialmente em duas perspectivas: *Bottom-Up* significa que a satisfação imediata de necessidades produz felicidade, enquanto a persistência de necessidades causa infelicidade; e *Top-Down* determina que o grau de satisfação necessário para produzir felicidade depende da adaptação ou nível de aspiração do indivíduo e é influenciado pelas experiências do passado, valores pessoais e outros fatores⁽⁴⁾. Assim, para que seja relatado um nível de BES adequado é necessário que o indivíduo saiba manter em nível elevado sua satisfação com a vida, sua frequência de experiências emocionais positivas, e em nível reduzido suas experiências emocionais negativas⁽⁵⁾.

O BES é uma área que tem crescido muito, englobando estudos que têm utilizado as mais diversas nomeações, como felicidade, satisfação, estado de espírito, afeto positivo, qualidade de vida e outras. Segundo alguns autores⁽²⁾, é um dos temas mais estudados na gerontologia desde a década de 1960, destacando-se como medida/critério no campo do envelhecimento; porém, as definições desses conceitos ainda são um pouco confusas, pois não há consenso entre os estudiosos do assunto.

No final dos anos 1980, Carol Ryff delineou novos caminhos para o estudo do bem-estar. Partindo do conceito aristotélico de *eudaimonia*, que remete à ideia de realização do verdadeiro potencial de cada um, na procura do desenvolvimento do ser⁽⁶⁾, Ryff formulou um

modelo denominado Bem-Estar Psicológico (BEP), que permite descrever um conjunto de dimensões, a saber: aceitação de si, relações positivas com os outros, autonomia, domínio do meio, objetivos na vida e crescimento pessoal. Segundo o referido modelo, as pessoas tentam sentir-se bem consigo mesmas, ainda que tenham consciência de suas limitações (autoaceitação); procuram desenvolver e manter relações interpessoais calorosas e confiáveis (relações positivas com os outros); almejam controlar seu ambiente de modo a conseguir a satisfação de suas necessidades e desejos (domínio do ambiente); buscam desenvolver a autodeterminação e a autoridade pessoal (autonomia); tentam dar um sentido a seus esforços e desafios (propósito na vida); e procuram aproveitar ao máximo seus talentos e capacidades (desenvolvimento pessoal)⁽⁷⁾.

O modelo de BEP desenvolvido por Ryff constitui-se como uma abordagem sensível ao processo de envelhecimento que se diferencia em relação ao BES. A ênfase nas dimensões propostas por Ryff possibilita uma maior compreensão de como os indivíduos, à medida que envelhecem, tornam-se agentes ativos de mudanças efetuadas em si próprios e em seu meio⁽⁸⁾.

Eleger o bem-estar como alvo de estudo resulta do reconhecimento de que para promover a saúde é necessário ir além das tentativas de curar transtornos ou patologias ou diminuir os seus efeitos. É igualmente necessário promover a valorização do potencial de desenvolvimento individual, admitindo-se que o contínuo e equilibrado desenvolvimento humano, social e cultural permite enfrentar as exigências das sociedades com maiores ganhos e menores custos individuais e sociais⁽⁶⁾. Desse modo, o envelhecimento e o bem-estar da pessoa idosa são inseparáveis do processo de desenvolvimento humano e investir na sua compreensão significa uma contribuição para o desenvolvimento do país.

Dentro desse contexto, estudar o BEP possibilita conhecer e compreender as necessidades dos idosos para vivenciar o processo de envelhecimento e ajudá-los a acionar recursos pessoais que permitam viver bem a sua velhice com as condições que possuem. O enfoque do BEP na velhice torna-se relevante, pois as dimensões

abordadas possibilitam ao idoso uma melhor adaptação à velhice.

Diante do exposto, o objetivo deste estudo é identificar as características da produção científica nacional sobre o bem-estar psicológico do idoso, de acordo com o modelo de Carol Ryff.

METODOLOGIA

O estudo consiste de uma revisão integrativa da literatura, a qual constitui parte do processo de criar e organizar um corpo de literatura⁽⁹⁾. O desenvolvimento de estudos com utilização desse método de revisão da literatura possibilita reunir e sintetizar resultados de pesquisas, contribuindo para o aprofundamento e análise crítica do conhecimento a respeito do tema investigado⁽¹⁰⁾.

Durante a revisão integrativa foram realizadas as seguintes etapas metodológicas⁽¹⁰⁾: 1) selecionar as questões para a revisão; 2) estabelecer os critérios para a seleção da amostra; 3) Apresentar as características da pesquisa primária; 4) analisar os dados; 5) interpretar os resultados; e 6) apresentar a revisão.

Estabeleceu-se para este estudo a seguinte questão norteadora: “Quais são as características da produção científica brasileira sobre o bem-estar psicológico do idoso, segundo o modelo de Carol Ryff?”.

A identificação dos artigos foi realizada por meio de busca bibliográfica em periódicos nacionais indexados, através do *site* da Bireme, onde foram pesquisadas as seguintes bases de dados: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs), Bases de Dados de Enfermagem (BDENF), *Medical Literature Analysis and Retrieval System* (MedLine) e *Scientific Electronic Library Online* (SciELO).

Os artigos foram selecionados de acordo com os seguintes critérios de inclusão: descritores presentes no título ou no resumo; produção nacional; o artigo publicado na íntegra e disponível na internet ou na biblioteca da Universidade Federal do Paraná. Feita a leitura dos artigos na íntegra, foram selecionados para este estudo somente aqueles que trabalharam com a temática do BEP de acordo com o modelo de Carol Ryff.

Foram utilizados os seguintes Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): “idoso”; “idoso/psicologia”; “psicologia em saúde”; “medicina do comportamento”; “inteligência”;

“adaptação psicológica”; “qualidade de vida/psicologia”; “envelhecimento/psicologia”; “testes psicológicos” e suas combinações.

Para a coleta de dados foi elaborado um instrumento com os seguintes itens: título, autores, categoria profissional dos autores, periódico (ano, volume, número, páginas), descritores utilizados, objetivos, metodologia, instrumentos, resultados e considerações finais.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com os descritores utilizados foram encontrados 264 artigos na Lilacs, 32 artigos na BDENF, 74 artigos na MedLine e 10 artigos na SciELO. Destes, apenas 5 artigos preencheram aos critérios de inclusão.

Os dados do Quadro 1 apresentam as características dos estudos incluídos na pesquisa referentes aos autores, título, periódico e ano de publicação. Quanto ao ano de publicação, verifica-se que todos foram publicados a partir de 2003, sendo o último estudo desenvolvido em 2009. Esses dados indicam que a temática do BEP do idoso vem sendo pouco explorada, pois os estudos selecionados encontram-se no intervalo temporal de sete anos (2003-2009). Isso chama atenção em razão de o conceito do BEP ter emergido nos anos 1980, o que significa que no Brasil o interesse pela temática é recente.

Verifica-se no Quadro 1 que os periódicos que apresentaram estudos sobre o BEP do idoso foram: Revista Brasileira de Ciência e Movimento (1); Psicologia: Reflexão e Crítica (1); Estudos de Psicologia (1); Psicologia Clínica (1); e Psicologia em Estudo (1).

As categorias profissionais às quais pertencem os autores dos estudos selecionados são: psicólogo (8); gerontólogo (1); educador (2); e profissional de educação física (1); ou seja, majoritariamente, psicólogos. Não obstante, os autores de outras categorias profissionais demonstram que é possível trabalhar com a temática de maneira interdisciplinar. Esse achado corrobora a visão da gerontologia de abordar o envelhecimento de maneira multidimensional e interdisciplinar, pelo fato de nenhuma fonte de conhecimento ser completa em si mesma.

Quadro 1 – Características dos estudos publicados a respeito da temática do bem-estar psicológico do idoso.

Autores	Título	Periódico	Ano de publicação
Miranda MLJ, Godeli MRCS	Música, atividade física e bem-estar psicológico em idosos	Revista Brasileira de Ciência e Movimento	2003
Queroz NC, Neri AL	Bem-estar psicológico e inteligência emocional entre homens e mulheres na meia-idade e na velhice	Psicologia: Reflexão e Crítica	2005
Rabelo DF, Neri AL	Bem-estar subjetivo e senso de ajustamento psicológico em idosos que sofreram acidente vascular cerebral: uma revisão	Estudos de Psicologia	2006
Resende MC, Santos FA, Souza MM, Marques TP	Atendimento psicológico a pacientes com Insuficiência renal crônica: em busca de ajustamento psicológico	Psicologia Clínica	2007
Resende MC, Neri AL	Ajustamento psicológico e perspectiva de velhice pessoal em adultos com deficiência física	Psicologia em Estudo	2009

Verifica-se que todos os estudos (5) foram desenvolvidos na Região Sudeste. A carência de dados nas demais regiões é preocupante, visto que o BEP pode variar de acordo com a cultura, limitando a generalização dos resultados das pesquisas, pois os valores e os pressupostos devem ser cuidadosamente avaliados, incluindo uma noção cultural do eu, que é uma noção do que significa uma vida boa ou realizada⁽¹¹⁾.

Quanto ao tipo de estudo, 3 são quantitativos com aplicação de escalas, 2 são revisões de literatura e 1 é estudo de caso. Quanto à composição das amostras, em 1 estudo⁽¹²⁾ foi utilizada amostra intencional e sistemática, composta por 90 pessoas com idades entre 25 e 84 anos, oriundos da Associação dos Paraplégicos de Uberlândia (69 pessoas) e do Programa de Atendimento à Pessoa com Deficiência, da Faculdade de Educação Física da Universidade Federal de Uberlândia (21 pessoas); outro estudo⁽¹³⁾ utilizou amostra do tipo conveniência composta por 120 indivíduos que viviam na comunidade, com idade entre 45 e 69 anos; outro

dos estudos quantitativos identificados⁽¹⁴⁾ teve amostra composta por 26 pessoas com insuficiência renal crônica, que utilizavam o serviço de uma clínica particular de hemodiálise e tinham idade entre 15 e 80 anos. Verificou-se também que nenhum estudo utilizou amostra exclusiva de idosos, o que demonstra que a literatura brasileira apresenta déficit em relação a essa temática.

Em relação às escalas utilizadas, verifica-se no Quadro 2 que em 1 estudo⁽¹³⁾ foram utilizadas duas escalas, a escala de Medida de Inteligência Emocional (MIE)⁽¹⁵⁾, a qual avalia 5 dimensões: empatia, sociabilidade, automotivação, autocontrole e autoconsciência, e a Escala de Desenvolvimento Pessoal (EDEP)⁽¹⁶⁾, que apresenta as seguintes dimensões: relações positivas com outros, autonomia, propósito de vida, crescimento pessoal, autoaceitação, domínio do ambiente, além de 12 itens inclusos que avaliam geratividade e suas dimensões criar, manter e oferecer, totalizando uma escala com 30 itens de 5 pontos (de pouquíssimo a muitíssimo).

Quadro 2 - Escalas de avaliação utilizadas nos artigos abordando a temática do bem-estar psicológico do idoso.

Artigos	Escalas utilizadas
Queroz NC, Neri AL (2005)	Medida de Inteligência Emocional (MIE) e Escala de Desenvolvimento Pessoal (EDEP)
Resende MC, Santos FA, Souza MM, Marques TP (2007)	Escala de Bem-Estar Psicológico, versão reduzida
Resende MC, Neri AL (2009)	Escala de Desenvolvimento Pessoal (EDEP) e Inventário Sheppard de Atitudes em Relação à Velhice Pessoal

Na meia-idade e na velhice a geratividade está associada a uma necessidade interna de garantir e manter a existência sob a ótica da imortalidade simbólica, expressa no deixar um legado pessoal para a próxima geração⁽¹⁷⁾.

Apenas 1 estudo⁽¹⁴⁾ utilizou a Escala de Bem-Estar Psicológico⁽¹⁸⁾, em sua versão reduzida, com 18 itens que avaliam as 6 dimensões do BEP: aceitação de si, relações positivas com os outros, autonomia, domínio do meio, objetivos na vida e crescimento pessoal.

Outro artigo⁽¹²⁾ utilizou o Inventário Sheppard de Atitudes em Relação à Velhice Pessoal⁽¹⁹⁾, que avalia atitudes em relação à velhice por meio de 20 afirmações, cujas respostas devem ser dadas em uma escala Likert de quatro pontos (de "discordo muitíssimo" a "concordo muitíssimo"), e a Escala de Desenvolvimento Pessoal⁽¹⁶⁾, que consiste de 30 itens, cujas respostas devem ser dadas em uma escala de cinco pontos (pouquíssimo a muitíssimo).

No Quadro 3 observa-se a distribuição dos artigos de acordo com os objetivos.

Quadro 3 – Objetivos dos artigos abordando a temática do bem-estar psicológico do idoso.

Objetivos	Artigo
Analisar a associação entre música e atividade física, no que diz respeito ao bem-estar psicológico em idosos.	Miranda MLJ, Godeli MRCS (2003)
Identificar e descrever relações entre os construtos de inteligência emocional e de bem-estar psicológico em pessoas que se encontram na meia idade e velhice; b) verificar as semelhanças e as diferenças entre os grupos etários e gênero quanto ao bem-estar psicológico e inteligência emocional; e, c) descrever características e as relações psicométricas de dois instrumentos de avaliação psicológica.	Queroz NC, Neri AL (2005)
Identificar variáveis mediadoras entre bem-estar subjetivo, senso de ajustamento psicológico e acidente vascular cerebral.	Rabelo DF, Neri AL (2006)
Identificar o BEP de pacientes com insuficiência renal crônica.	Resende MC, Santos FA, Souza MM, Marques TP (2007)
Identificar relações entre senso de ajustamento psicológico e perspectiva de velhice em adultos e idosos com deficiência física.	Resende MC, Neri AL (2009)

Percebe-se que 4 deles fazem relações entre o BEP e outros fatores (música, atividade física, inteligência emocional, gênero, acidente vascular cerebral, insuficiência renal crônica e deficiência física).

De acordo com alguns estudos selecionados⁽¹²⁻¹⁴⁾, verificou-se que os participantes se percebem como pessoas ajustadas psicologicamente e com desenvolvimento positivo. Os resultados demonstram, ainda, a importância do suporte social

efetivo para o bem-estar, pois, para o ser humano, perder o contato com outras pessoas é sinônimo de reclusão e de perda de interesse pela vida. Para uma adaptação adequada, é imprescindível que haja um ambiente em que o idoso possa se sentir integrante de um grupo social⁽¹²⁻¹³⁾.

Verificou-se também que ser casado geralmente está relacionado a melhor qualidade de vida e a arranjos de vida mais independentes. Além disso, viver uma relação conjugal estável geralmente implica maior disponibilidade de ajuda instrumental e apoio emocional⁽¹²⁻¹³⁾.

Encontraram-se correlações referentes à automotivação e às dimensões autoaceitação, propósito na vida, crescimento pessoal, domínio sobre o ambiente, criar e oferecer; ou seja, a automotivação foi considerada um importante preditor de BEP, pois proporciona a elaboração e concretização dos objetivos de vida e facilita o enfrentamento das adversidades⁽¹³⁾.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados permitem constatar a escassez de estudos a respeito da temática do BEP do idoso no Brasil, pois foram identificadas apenas 5 publicações, embora sejam consideradas atuais, uma vez que se referem ao período dos últimos 10 anos. Acredita-se que a escassez de estudos sobre o BEP está atrelada ao fato de este ser mais tradicional no estudo científico no âmbito do bem-estar, pois foi desenvolvido a partir da década de 1960, ou seja, 2 décadas antes da construção do BEP; porém, verifica-se, também, que uma das principais razões pelas

quais os estudos sobre BEP ainda não prosperaram é a escassez de bons instrumentos de medida⁽²⁰⁾.

Embora não haja consenso sobre os elementos mais importantes para obter um ajustamento psicológico, na literatura analisada observou-se que escolaridade elevada, suporte social efetivo, religiosidade, ser casado, ter uma relação conjugal estável e ter automotivação são fatores que contribuem para um bem-estar psicológico positivo.

Os idosos que participaram dos estudos encontrados consideram-se pessoas ajustadas psicologicamente e com desenvolvimento positivo, confirmando dados da literatura. Verifica-se, desse modo, que o envelhecimento não implica necessariamente em menor bem-estar psicológico.

Novos estudos deverão suprir as lacunas existentes sobre a temática, com pesquisas comparativas que utilizem amostras maiores e específicas de idosos, envolvendo também diferentes faixas etárias dentro da população idosa, visto que a população acima de 80 anos apresenta grande heterogeneidade, possibilitando estabelecer conexões que expliquem as variações de bem-estar observadas. Faz-se necessário, também, englobar diferentes culturas, visto que os estudos foram realizados somente na Região Sudeste do Brasil.

Esta discussão traz novas possibilidades para os profissionais da saúde construírem, em sua prática, estratégias mais eficazes e estruturarem programas que possibilitem o fortalecimento dos recursos internos, dos fatores de proteção e das estratégias de enfrentamento para administrar as experiências vivenciadas durante o curso de vida do idoso.

AGING AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING: AN INTEGRATIVE REVIEW

ABSTRACT

This study consists of an integrative literature review whose aim was identifying characteristics of the Brazilian scientific production on the elderly person's psychological well-being. The databases BDEnf, LILACS, MEDLINE, and SciELO were accessed and 5 papers which met the inclusion criteria were selected. One observed that the main authors of the publications are psychologists, but other health professionals work in an interdisciplinary way. All selected papers were published from 2003 on, 3 of them were quantitative researches with application of scales, 2 were literature reviews, and 1 was a case study. The scales used were: Emotional Intelligence Measure (EIM); Personal Development (PDES); and Psychological Well-Being. The results indicate relations between psychological well-being and essential aspects which assist in coping with the challenges posed by aging. The literature analyzed shows that effective social support, the fact of being married, and self-motivation are factors which contribute to a positive psychological well-being. One finds out that knowledge production on the theme is still incipient and there's no consensus with regard to the most important elements to obtain an elderly person's psychological adjustment.

Keywords: Elderly person. Psychological adaptation. Literature review.

ENVEJECIMIENTO Y BIENESTAR PSICOLÓGICO: UNA REVISIÓN INTEGRADORA

RESUMEN

Este estudio consiste en una revisión integradora de la literatura cuyo objetivo fue el de identificar las características de la producción científica brasileña sobre el bienestar psicológico del anciano. Fueron consultadas las bases de datos BDeinf, Lilacs, MedLine y SciELO y fueron seleccionados 5 artículos que atendieron a los criterios de inclusión. Se observó que los principales autores de las publicaciones son psicólogos, pero otros profesionales de la salud trabajan de manera interdisciplinaria. Todos los artículos seleccionados fueron publicados a partir de 2003, 3 de ellos eran investigaciones cuantitativas con aplicación de escalas, 2 eran revisiones de literatura y 1 era estudio de caso. Las escalas utilizadas fueron: Medida de Inteligencia Emocional (MIE); Desarrollo Personal (EDEP); y Bienestar Psicológico. Los resultados indican relaciones entre el bienestar psicológico y aspectos esenciales que auxilian en el enfrentamiento de los desafíos impuestos por el envejecimiento. La literatura analizada muestra que el soporte social efectivo, el hecho de ser casado y la automotivación son factores que contribuyen para el bienestar psicológico positivo. Se constata que la producción de conocimiento sobre la temática aún es incipiente y no hay consenso acerca de los elementos más importantes para obtener un ajuste psicológico del anciano.

Palabras clave: Anciano. Adaptación psicológica. Revisión de literatura.

REFERÊNCIAS

1. Soares LC, Santana MG, Muniz RM. O fenômeno do câncer na vida de idosos. *Ciênc Cuid Saúde*. 2010 out-dez; 9(4):660-7.
2. Neri AL, organizadora. *Desenvolvimento e envelhecimento*. 3. ed. Campinas (SP): Papirus; 2001.
3. Keys CL, Shmotkin D, Ryff CD. Optimizing well-being: the empirical encounter of two traditions. *J Pers Soc Psychol*. 2002; 6(6):1007-22.
4. Galinha I, Pais Ribeiro JL. História do conceito de bem-estar subjetivo. *Psicol Saúde Doenças*. 2005; 6(2):203-14.
5. Siqueira MMM, Padovam VAR. Bases teóricas de bem-estar subjetivo, bem-estar psicológico e bem-estar no trabalho. *Psicol Teor Pesq*. 2008; 24(2):201-9.
6. Novo RF. We need more than self-reports: contributo para a reflexão sobre as estratégias de avaliação do bem-estar. *Psicologia, Educação e Cultura*. 2005; 9(2):477-95.
7. Ferreira MC, Silva APC, Fernandes HAA, Pacheco S. Desenvolvimento e validação de uma escala de afetos no trabalho (Esafe). *Aval Psicol*. 2008; 7(2):143-50.
8. Villar F, Triadó C, Osuna M. Bienestar, adaptación y envejecimiento: cuando la estabilidad significa cambio. *Rev Multidiscip Gerontol*. 2003; 13:152-62.
9. Ganong LH. Integrative reviews of nursing research. *Res Nurs Health*. 1987; 10(1):1-11.
10. Mendes KDS, Silveira RCCP, Galvão CM. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto & contexto enferm*. 2008; 17(4):758-64.
11. Christopher J. Situating psychological well-being: exploring the cultural roots of its theory and research. *Journal of Counseling and Development*. 1999; 77:141-52.
12. Resende MC, Neri AL. Ajustamento psicológico e perspectiva de velhice pessoal em adultos com deficiência física. *Psicol Estud*. 2009; 14(4):767-76.
13. Queroz N, Neri AL. Bem-estar psicológico e inteligência emocional entre homens e mulheres na meia-idade e na velhice. *Psicol Reflex Crít*. 2005; 18(2):292-9.
14. Resende MC, Santos FA, Souza MM, Marques TP. Atendimento psicológico a pacientes com insuficiência renal crônica: em busca de ajustamento psicológico. *Psicol Clín*. 2007 dez; 19(2):87-99.
15. Siqueira MMM, Barbosa NC, Alves MT. Construção e validação fatorial de uma medida de inteligência emocional. *Psicol Teor Pesqui*. 1999; 15:143-52.
16. Neri AL. Fundamentos para uma escala de geratividade. Campinas (SP): Unicamp/Fapesp; 1999. Não publicado.
17. Queroz NC. Bem-estar psicológico e inteligência emocional entre homens e mulheres na meia-idade e velhice. 2003 [dissertação]. Campinas (SP): Universidade Estadual de Campinas; 2003.
18. Ryff CD, Keyes CL. The structure of psychological well-being revisited. *J Pers Soc Psychol*. 1995; 69(4):719-19. Neri AL. Envelhecer num país de jovens: significados de velho e velhice segundo brasileiros não idosos. Campinas (SP): Ed. Unicamp; 1991.
20. Keyes CLM, Shmotkin D, Ryff CD. Optimizing well-being: the empirical encounter of two traditions. *J Pers Soc Psychol*. 2002; 82(6):1007-22.

Corresponding author: Ana Elisa Casara Tallmann. Rua José Fernandes Maldonado, nº 970, bl 02, apto 31. CEP: 82840-020. Bairro Alto, Curitiba, Paraná.

Data de recebimento: 03/02/2012

Data de aprovação: 09/04/2013