

CONJUNTURAS CONTEXTUAIS E MOTIVACIONAIS NO AUTOCUIDADO AO LONGO DA VIDA: PECULIARIDADES E INFLUÊNCIAS

CONTEXTUAL AND MOTIVATIONAL CONJUNCTURES IN SELF-CARE THROUGHOUT LIFE: PECULIARITIES AND INFLUENCES

DOI: 10.16891/2317-434X.v12.e3.a2024.pp4317-4323

Recebido em: 10.05.2024 | Aceito em: 24.06.2024

Dante Ogassavara^a, Jeniffer Ferreira-Costa^a, Patricia Costa Lima Tierno^a, Ana Paula Santos Soares de Paula^a, Thais da Silva-Ferreira^{a*}, Amanda Azevedo de Carvalho^b, José Maria Montiel^a

Universidade São Judas Tadeu – USJT, São Paulo – SP, Brasil^a

Universidade Anhembi Morumbi, São Paulo – SP, Brasil^b

***E-mail: thais.sil.fe@hotmail.com**

RESUMO

O autocuidado envolve atividades diárias que vão desde a higiene básica até o cuidado emocional, visando à saúde e ao bem-estar, atendendo às necessidades físicas e psicológicas e promovendo a possibilidade de bem-estar do sujeito. Isso implica na motivação que se volta ao atendimento das necessidades objetivas e psicológicas. Ao considerar o envelhecimento humano e as especificidades de cada fase da vida, este estudo objetivou discutir as peculiaridades da manutenção do autocuidado ao longo do curso de vida, visando identificar peculiaridades motivacionais de cada fase do desenvolvimento. Para tal, foi realizada uma revisão narrativa da literatura com a abrangência de 30 estudos identificados em bancos de dados como Google Acadêmico, Scielo e PubMed. Foi possível refletir inicialmente sobre a conceitualização do autocuidado e da motivação, o que implicou em disposições intrínsecas que, porém, perpassam em sua integralidade prática a relação com os pares e o meio social. Diferentes fases da vida, incluindo a infância, adolescência, fase adulta e velhice, apresentam diferentes fatores que podem promover o engajamento e a motivação em práticas de autocuidado. Cita-se que o conhecimento sobre aspectos de saúde perpassa a instrumentalização dos indivíduos, até mesmo na velhice. Fatores macropolíticos entram em fator de possibilitar ou dificultar a existência de cenários favoráveis para práticas de autocuidado, incluindo a presença objetiva de instrumentos até a presença de conhecimentos apropriados a este feito.

Palavras-chave: Autocuidado; Desenvolvimento Humano; Motivação.

ABSTRACT

Self-care involves daily activities ranging from basic hygiene to emotional care, aiming at health and well-being, meeting physical and psychological needs, and promoting the possibility of individual well-being. This implies motivation that is directed towards meeting objective and psychological needs. Considering human aging and the specificities of each life stage, this study aimed to discuss the peculiarities of maintaining self-care throughout the life course, aiming to identify motivational peculiarities of each developmental phase. For this, a narrative review of the literature was carried out, covering 30 studies identified in databases such as Google Scholar, Scielo, and PubMed. It was initially possible to reflect on the conceptualization of self-care and motivation, which implied intrinsic dispositions that, however, permeate in their practical entirety the relationship with peers and the social environment. Different life stages, including childhood, adolescence, adulthood, and old age, present different factors that can promote engagement and motivation in self-care practices. It is mentioned that health literacy permeates the instrumentalization of individuals, even in old age. Macropolitical factors come into play to enable or hinder the existence of favorable scenarios for self-care practices, including the objective presence of instruments to the presence of appropriate knowledge for this purpose.

Keywords: Prenatal Care; Mental Health; Systematic Review.

INTRODUÇÃO

O autocuidado é concebido como um conjunto de práticas voltadas à manutenção da própria saúde em sua totalidade, direcionando-se assim à preservação da condição física, psicológica e socioambiental. Dada essa abrangência, é oportuno adotar a classificação de tais práticas proposta por Webber *et al.* (2013), que inclui a alimentação, a atividade física, a higiene, a consciência sobre a própria condição, a mitigação de riscos, o uso responsável de serviços e medicamentos, e o letramento funcional em saúde como tipos de autocuidado. Sob essa perspectiva, o autocuidado está intimamente associado não apenas à manutenção das estruturas e funções biológicas, mas também ao controle de fatores contextuais para a diminuição de riscos e à ampliação da autoconsciência e das capacidades compreensivas para lidar com elementos relacionados ao campo da saúde (VIRGENS; ROCHA, 2019).

É possível observar o autocuidado cotidianamente em contextos variados, e essa habilidade de cuidar adequadamente de si mesmo pode ser entendida como um conjunto de habilidades e competências desenvolvidas e refinadas ao longo da vida. Nesse sentido, durante os estágios iniciais da vida, a preservação da própria condição é realizada por outros indivíduos, uma vez que o infante ainda não possui independência funcional plena (MONTRONE *et al.*, 2013). Essa questão é ilustrada ao considerar que as premissas da educação infantil são voltadas para a instrução sobre o autocuidado e a socialização com outros infantes, sendo um modelo de aprendizagem por socialização para o desenvolvimento das habilidades necessárias para a realização das atividades básicas da vida diária (ARENHART *et al.*, 2018).

Nesse contexto, denota-se o conceito de letramento em saúde que refere-se a conhecimentos, motivação e a competência dos indivíduos em ter e buscar acesso, compreender, avaliar e aplicar as informações relacionadas a saúde de maneira relacional a própria vida, abrangendo assim conhecimentos de prevenção, manutenção e recuperação da saúde e da qualidade de vida (KICKBUSCH *et al.*, 2013).

Sob uma perspectiva de curso de vida, a realização do autocuidado é permeada por questões de ordem cultural, exercendo influência sobre o julgamento individual e, conseqüentemente, sobre o funcionamento executivo. Nesse sentido, o ideal de manutenção adequada do autocuidado é delimitado como um parâmetro

socioculturalmente estabelecido e, portanto, varia conforme o espaço e o meio social em que se está inserido em um mesmo enquadramento temporal. Desta maneira, ressalta-se que as concepções de cuidado e risco são elementos sujeitos a sofrer alterações ao longo do tempo devido à natureza dinâmica dos meios sociais (GIBBONS *et al.*, 2006).

As alterações inerentes ao desenvolvimento humano e os fenômenos associados a estas geram demandas específicas para a preservação da saúde e do bem-estar dos indivíduos, seja por desregulações fisiológicas ou alterações estruturais. Dadas as necessidades específicas de cada fase do desenvolvimento, pode-se compreender que essas novas condições exigem a adoção de medidas para sua satisfação, e assim podem ser enquadradas como práticas de autocuidado (CAI *et al.*, 2022).

Na adolescência, as necessidades de autocuidado e a busca por autonomia frequentemente entram em conflito. Isso ocorre porque, nessa fase da vida, o desejo de independência coexiste com a necessidade de apoio direto dos responsáveis. A adolescência, que geralmente se estende dos 12 aos 20 anos, envolve um constante aprendizado sobre saúde, além de conflitos e comportamentos de risco devido às dinâmicas sociais relacionadas à afirmação da autonomia e identidade. As relações com os pares tornam-se mais estreitas, diferenciando-se das relações hierárquicas com os responsáveis. Assim, a comunidade ao redor do indivíduo influencia igualmente nas dinâmicas de aprendizado sobre saúde e na tomada de decisões (PAPALIA; FELDMAN, 2013).

Na vida adulta, essas dinâmicas se modificam devido à maior responsabilidade do indivíduo sobre as decisões relacionadas ao estilo de vida pessoal. Nesta fase do desenvolvimento, é comum haver uma maior preocupação com a estabilidade no contexto laboral, a criação de família e o fortalecimento de laços íntimos. Ao longo dessa etapa, é comum a influência das dinâmicas sociais diminuir, tornando-se menos extensas, porém mais íntimas (PAPALIA; FELDMAN, 2013).

Atualmente, a população brasileira está passando por uma alteração em sua composição demográfica, sendo marcada pelo crescimento da população idosa em relação a outras faixas etárias. De acordo com dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE (2019), no ano de 2018, a população com idade igual ou superior a sessenta anos já representava pouco mais de 13% da nação brasileira e, dentro do período de quatro décadas, essa

representação irá dobrar em proporção. A dimensão deste movimento já é observada no censo demográfico relativo ao ano de 2022, sendo possível perceber a desaceleração do crescimento populacional em relação às décadas anteriores (IBGE, 2023).

O envelhecimento populacional gera preocupações acerca do quadro sanitário em que os habitantes idosos se encontram, dado o ritmo acelerado do seu volume. De início, podem-se citar as mudanças anatômicas e fisiológicas que o processo natural de envelhecimento tende a acarretar, como a redução das capacidades funcionais e o pior desempenho físico (IKEGAMI *et al.*, 2020).

No processo de envelhecimento, tendem-se a ser observadas alterações de ordem psicológica, havendo mudanças no funcionamento cerebral que são associadas ao declínio cognitivo (RESENDE-NETO *et al.*, 2016). Além disso, as disposições individuais são outros elementos associados ao envelhecimento, influenciando a vivência deste estágio do desenvolvimento e sua percepção sobre o mesmo (HEID *et al.*, 2022).

O comprometimento do funcionamento cognitivo gera implicações para além da própria cognição. Sob esta condição, sofre-se uma redução da funcionalidade que pode resultar na manutenção do autocuidado de forma deficitária, caso a demanda por suporte funcional não seja atendida (DONG; SIMON, 2016). Neste contexto, aponta-se a importância do suporte social durante a vivência do processo de envelhecimento, disposto como um recurso para amenizar impactos à integridade individual da pessoa idosa (COELHO; MICHEL, 2018).

No que se refere às disposições duradouras dos indivíduos, observa-se que algumas destas possuem aspectos motivacionais, induzindo o engajamento em comportamentos específicos. Dentre essas condições, pode-se mencionar a tendência de realizar trocas interpessoais e participar de atividades sociais (MCCRAE; JOHN, 1992). Ao se atentar às diferenças entre os perfis individuais, pode-se perceber uma variação nas condições sanitárias de cada agrupamento, implicando a formação de redes de suporte social e práticas de autocuidado (RIZZUTO *et al.*, 2017).

Diante das influências do autocuidado em nível individual e coletivo ao longo da vida, destacam-se questões funcionais que frequentemente sofrem modificações em determinadas fases, como a infância e a velhice, assim como questões subjetivas que surgem durante o processo de envelhecimento. Nesse contexto, o comportamento de autocuidado emerge como uma

habilidade cultivada ao longo da vida, influenciada tanto pela motivação individual quanto pela coletiva. Assim, este estudo partiu do seguinte problema de pesquisa: “Como se dão as práticas de autocuidado com interface da motivação ao longo do desenvolvimento humano?”. Com essa questão, objetivou-se discutir as peculiaridades da manutenção do autocuidado ao longo do curso de vida, visando identificar peculiaridades motivacionais de cada fase do desenvolvimento.

MÉTODO

O delineamento de pesquisa utilizado é caracterizado como descritivo e transversal, de caráter qualitativo. Sob esta organização, o desenho do estudo propôs a descrição e interpretação de variáveis em um recorte pontual do tempo, sem controlá-las. No que tange à natureza qualitativa do estudo, indica-se que a investigação priorizou a identificação de fatores contextuais relevantes acerca do fenômeno estudado, de modo a assegurar a coerência e abrangência das discussões realizadas em relação ao contexto real (CRESWELL, 2014).

Este estudo é entendido como uma revisão de literatura narrativa, ao ter utilizado materiais bibliográficos disponíveis na literatura científica com o intuito de sintetizar contribuições pré-existentes em uma perspectiva panorâmica acerca da temática investigada sob uma ótica qualitativa. Neste sentido, a revisão narrativa é oportuna por proporcionar concepções amplas relativas a uma temática de forma breve, permitindo a aquisição de conhecimento e o refinamento de saberes. Assim, esta modalidade de revisão de literatura é valiosa para profissionais em atuação prática por ser econômica, no que tange o uso de tempo como recurso para a captação, identificação e interpretação de informações relevantes (OGASSAVARA *et al.*, 2023).

Os materiais bibliográficos considerados foram captados por meio de buscas em plataformas de busca amplamente utilizadas, tais como Google Acadêmico, Scielo e PubMed, empregando os descritores “autocuidado”, “motivação” e “desenvolvimento humano” separadamente e em diferentes combinações, nas suas versões em português e inglês. Estas buscas foram realizadas entre os meses de janeiro e março de 2024, incluindo obras por conveniência no formato de artigos publicados em periódicos científicos e livros. Neste sentido, indica-se que não foi adotado nenhum critério de exclusão em função da data de publicação do material,

tendo em vista a inclusão de obras clássicas relativas ao tema abordado. Com o método empregado, resultaram-se em 30 estudos selecionados de forma intencional.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A realização adequada do autocuidado individual promove condições favoráveis à saúde, tanto para o que é compreendido por saúde física quanto para a saúde mental dos indivíduos. Por meio das práticas de autocuidado, são proporcionadas condições para a preservação do bem-estar do corpo e da mente, favorecendo a vivência de estados de humor mais positivos ao apresentarem mais afetos positivos e melhores condições para a realização de atividades cotidianas de forma independente (DIAS *et al.*, 2017).

Quando o cuidado direcionado a si é realizado de forma deficitária, o indivíduo é submetido ao risco agravado de desenvolver alguma morbidade e de sofrer prejuízos em sua funcionalidade, embasando assim percepções mais negativas sobre a própria condição (COUTINHO; TOMASI, 2020). Corroborando com tal colocação, é evidenciado que o autocuidado está correlacionado a graus mais elevados de qualidade de vida, contribuindo especificamente para a manutenção do funcionamento cognitivo, das estruturas musculoesqueléticas e para a elevação do bem-estar emocional dos indivíduos, proporcionando maior disposição e energia (BETTONI *et al.*, 2017).

É válido sugerir que o autocuidado é tanto um fator protetivo da saúde quanto um fator de risco quando é realizado de forma inadequada. Os déficits de autocuidado podem comprometer a ordem de sistemas estruturantes da vida dos indivíduos ao negligenciar a manutenção de aspectos operacionais da funcionalidade, como a má alimentação, que favorece o estabelecimento de quadros de fragilidade, e a inatividade física, que condiciona piores desempenhos físicos (IKEGAMI *et al.*, 2020).

Aponta-se que as implicações do autocuidado deficitário também tangem a dimensão psicológica da experiência individual, uma vez que as práticas de autocuidado estão correlacionadas ao bem-estar subjetivo dos indivíduos no que tange à sua atribuição afetiva. Nesta toada, entende-se que a manutenção do autocuidado pode favorecer a vivência de estados afetivos mais positivos, enquanto ameniza a frequência de estados afetivos negativos (OGASSAVARA *et al.*, 2022). Para ilustrar a relação do autocuidado e esses estados negativos, é válido mencionar que a falta de atividade física pode prejudicar

indiretamente as representações auto direcionadas, sendo relacionada a uma autoestima rebaixada e uma percepção de si mais negativa (FONSECA *et al.*, 2014).

A capacidade de autocuidado individual é uma potencialidade instruída e refinada por diferentes vivências. É válido mencionar a participação de fatores socioculturais sobre a capacidade de autocuidado ao ser evidenciada a relação entre características sociodemográficas e essa capacidade de cuidado autodirecionado, permitindo inferir que os enquadramentos e posições ocupadas pelos indivíduos ao longo de sua trajetória de vida são fatores relevantes para o desenvolvimento das concepções e condutas de autocuidado (COURA *et al.*, 2013).

Destaca-se a influência de atribuições socioculturais como elementos que moldam e dispõem sobre os parâmetros de cuidado e bem-estar, como pode ser observado pelas diferenças na manutenção do autocuidado individual por gênero. Mais especificamente, é identificado que mulheres tendem a apresentar uma maior capacidade e motivação em engajar em comportamentos de autocuidado quando comparadas a homens, sendo um fenômeno que pode ser parcialmente explicado pelos conjuntos de significados construídos socialmente em relação às representações de gênero (COSTA *et al.*, 2013).

Nota-se então que a representação daquilo que se refere ao autocuidado pode-se encontrar contextos onde há diferenças motivacionais para realizar determinados comportamentos. Para compreender a conjuntura da motivação, deve-se considerar as necessidades humanas de forma geral, incluindo a satisfação das necessidades fisiológicas básicas e, posteriormente a isso, há a satisfação de cunho psicológico que abrange aspectos subjetivos (PORTO; NÓBREGA; SANTOS, 2005). A busca por melhores estados de bem-estar subjetivo é um elemento frequentemente observado durante a velhice. Nesse período, pode-se observar que indivíduos idosos participam de programas educativos como forma de proporcionar-lhes lazer, sendo motivados intrinsecamente (DERHUN *et al.*, 2019).

O autocuidado e fatores motivacionais: A infância

Sob uma perspectiva de curso de vida, compreende-se que a infância é o estágio do desenvolvimento humano em que se inicia o processo de atribuição de sentidos e valores a múltiplos componentes da vida cotidiana. Nesse período, são moldadas as

concepções sobre si, sobre o mundo e sobre a interação dinâmica entre o indivíduo e o ambiente, sendo oportuno destacar que nos primeiros momentos do desenvolvimento humano, o infante demanda suporte constante para a realização de atividades cotidianas, necessitando de auxílio para cuidar de si mesmo (ARENHART *et al.*, 2018). Mais especificamente, nos primeiros anos de vida, os indivíduos precisam de suporte para lidar com questões básicas da vida diária, incluindo a realização de práticas de autocuidado individual, como alimentar-se, vestir-se e higienizar-se. Além do apoio funcional, o suporte prestado à criança apresenta um caráter educativo ao envolver a instrução e a introdução de um padrão culturalmente aceito de autocuidado, ou seja, nessa fase de vida a motivação para engajar em comportamentos de autocuidado deriva da interação com indivíduos mais velhos (MONTRONE *et al.*, 2013).

A assistência para a realização do autocuidado durante a infância é um elemento essencial para o desenvolvimento do jovem, pois nesta fase da vida os indivíduos ainda não desenvolveram habilidades para identificar, expressar e articular sintomas de estresse e outras manifestações emocionais (HEYMAN *et al.*, 2021). Ao considerar que a infância é o estágio inicial do desenvolvimento humano e que os indivíduos ainda estão desenvolvendo todas as suas potencialidades e competências, é oportuno reafirmar o papel de outras pessoas como figuras que realizam atividades de compensação, mediação e remediação de capacidades ainda não desenvolvidas por meio do suporte em práticas de autocuidado e comunicação. Nesse sentido, indica-se que as experiências vivenciadas neste período delineiam trajetórias e percepções futuras para fases posteriores da vida, incluindo a motivação em engajar em comportamentos positivos ou negativos, visto que eventos considerados traumáticos na infância são evidenciados como fatores influentes no enfrentamento de adversidades e na adoção de comportamentos resilientes (KASCAKOVA *et al.*, 2022).

O autocuidado e fatores motivacionais: A adolescência

Quando se trata do autocuidado durante a adolescência, entende-se que o indivíduo já desenvolveu capacidade para realizar atividades básicas da vida cotidiana, sendo capaz de cuidar de si de forma adequada. Contudo, ao abordar a epistemologia da adolescência como fase da vida, ressalta-se a relevância do contato interpessoal para este grupo etário e a participação em

processos de formação identitária como fenômenos imbricados na vivência da adolescência, estando interligados ao meio social em que estão inseridos (ANTUNES *et al.*, 2022). Sob esta perspectiva, pode-se entender que a interação interpessoal realizada nos diferentes meios sociais contribui para o desenvolvimento individual dos adolescentes, podendo ser concebida como uma prática de autocuidado ao favorecer o próprio desenvolvimento e permitir a inserção social do jovem e a formação de vínculos com outras figuras da comunidade, visando ao enriquecimento de redes de apoio por meio da realização de atividades avançadas da vida diária. Nesse contexto da adolescência, a motivação para o autocuidado é influenciada por pares (NERI; VIEIRA, 2013).

O autocuidado e fatores motivacionais: Idade adulta

A preocupação com a qualidade e a salubridade do estilo de vida adotado pelos indivíduos ao longo do curso de vida é uma questão abordada pela proposta de envelhecimento ativo da Organização Mundial da Saúde (OMS, 2002). Sob essa proposta, sugere-se que os indivíduos organizem suas vidas de modo a se fundamentarem nos ideais de segurança, saúde, participação social e aprendizagem, estruturando suas rotinas para assegurar a qualidade do seu envelhecimento. Nessa perspectiva de curso de vida, propõe-se que os indivíduos adultos prestem atenção e organizem seu estilo de vida para garantir a manutenção do seu autocuidado por meio de práticas preventivas e remediativas, sendo estimulados pela busca por aprendizagens ao longo da vida.

Ao assumir uma concepção ampla sobre o autocuidado como uma classe de comportamentos e competências direcionados a si próprio, aponta-se que a adoção do modelo de envelhecimento ativo pode ser caracterizada como uma atividade de autocuidado de caráter preventivo, considerando a vivência de estágios posteriores do desenvolvimento e a mitigação de riscos associados ao envelhecimento humano (CENTRO INTERNACIONAL DE LONGEVIDADE BRASIL, 2015). Dessa forma, pode-se concluir que durante a fase adulta os indivíduos necessitam realizar atividades de autocuidado preventivas e de acompanhamento da própria condição, como consultas ambulatoriais e observação da própria condição física e psicológica.

A promoção da motivação individual deve ser realizada de forma contextualizada, reconhecendo as peculiaridades do meio em que se está inserido

(CHIAPPETTA-SANTANA; JESUINO; LIMA-COSTA, 2022). Dentre os elementos a serem observados, é oportuno mencionar a cultura como um fator relevante para a implementação de intervenções, uma vez que esta pode fortalecer o grupo ou comprometer sua capacidade enquanto rede de apoio (WARMAN, 2020). A cultura, enquanto esfera estruturante dos indivíduos, exerce influência sobre a vivência cotidiana dos mesmos, implicando também nas relações estabelecidas com processos de desenvolvimento e adoecimento (OGASSAVARA *et al.*, 2022).

O autocuidado e fatores motivacionais: A velhice

Quando se trata das práticas de cuidados mais relevantes durante a vivência da velhice, destaca-se a importância das atividades básicas da vida cotidiana como condutas que promovem a preservação das condições físicas do indivíduo, tendo em vista o efeito positivo de atividades físicas e da realização do autocuidado básico na manutenção da capacidade funcional individual (COUTINHO; TOMASI, 2020). Ao considerar as alterações biológicas decorrentes do processo natural de envelhecimento, indica-se que a mitigação de riscos é uma prática de autocuidado essencial para este estágio do desenvolvimento, devido à tendência ao estabelecimento de quadros de fragilidade decorrentes das alterações estruturais e de funcionamento observadas, amenizando o impacto de determinados fenômenos esperados por meio da estimulação e uso de ferramentas e dispositivos disponíveis. Com o intuito de ilustrar tal condição, aponta-se o uso de serviços assistenciais e de saúde como disposições de suporte social para lidar com questões relacionadas ao envelhecimento (FALLER *et al.*, 2018).

A participação de indivíduos idosos em atividades de cunho educativo também é um fenômeno observado em estruturas de educação formal. Esse movimento é evidenciado pela obra de Choi e Cho (2021), ao relatarem a experiência de pessoas idosas em programas de educação de jovens e adultos. Nesse contexto, os frequentadores idosos foram motivados a cursar o programa por motivações intrínsecas, visando à superação de estigmas em relação a si mesmos. Após a aquisição da escolaridade de segundo grau, os frequentadores idosos desenvolveram a ambição de alcançar graus ainda mais elevados de escolaridade. Ao considerar tais apontamentos, é válido afirmar que, quando os indivíduos idosos possuem recursos suficientes para satisfazer suas

necessidades fisiológicas, passam a direcionar esforços para vivenciar estados afetivos mais positivos.

A motivação individual pode passar por um processo de internalização por meio de práticas reflexivas que alinham objetivos autonomamente estabelecidos às disposições contextuais, integrando motivações extrínsecas ao posicionamento subjetivo (KOSHY *et al.*, 2017). Conforme apontado, a autonomia é apresentada como uma condição subsidiada por práticas de manutenção da saúde, as quais permitem uma vivência cotidiana de forma independente (MARTINS *et al.*, 2019). Nessa perspectiva, o autocuidado favorece a autonomia e tende a resultar em melhores estados de bem-estar e qualidade de vida (COSTA *et al.*, 2015).

A busca pela satisfação das necessidades psicológicas pode apresentar diferentes formatos, mas ao considerar a natureza dessas motivações, são evidentes as interfaces estabelecidas com os ambientes em que estão inseridas, exigindo que se identifiquem como aptas e adequadas em relação ao ambiente, estando de acordo com suas concepções individuais (RYAN; DECI, 2020). É importante ressaltar que as necessidades fisiológicas são mais prioritárias em comparação às de ordem psicológica, sendo que o bem-estar subjetivo depende do funcionamento físico, assim, muitas vezes o autocuidado de ordem não objetiva pode ser identificado e secundário nas tomadas de decisão.

Uma vez que o acesso aos recursos necessários é condicionado por questões financeiras, é importante destacar que a renda desempenha um papel crucial no estabelecimento de quadros de vulnerabilidade. Uma renda deficitária está associada a um maior risco de vitimização (SANTOS *et al.*, 2020). Além disso, sugere-se que a condição vulnerável resultante da falta de renda está relacionada à experiência de estados afetivos mais negativos e a menos alternativas para a resolução de problemas (YU *et al.*, 2019). Portanto, percebe-se que é crucial considerar fatores de ordem objetiva e desigualdade tanto no acesso a serviços e produtos quanto na motivação para o autocuidado, bem como na própria possibilidade de alfabetização e adoção de comportamentos proativos de manutenção.

CONCLUSÃO

Ao discorrer sobre a realização do autocuidado ao longo do desenvolvimento humano, aborda-se diretamente a variedade de estilos de vida e atribuições sociais de significados para os diferentes elementos cotidianos

presentes nos meios sociais. Neste contexto, é fundamental considerar que esses diferentes conjuntos de valores e significados são conteúdos historicamente situados. Destaca-se, portanto, a importância de analisar e discutir achados à luz dos percursos trilhados e das trajetórias propostas para os grupos investigados em determinados contextos, uma vez que fatores ambientais, principalmente a interação com pares ao longo da vida, podem influenciar também na motivação em engajar em comportamentos de autocuidado valorados dentro de um grupo.

Com o intuito de discutir as peculiaridades da manutenção do autocuidado ao longo do curso de vida, esta investigação abordou a preservação da saúde individual, sendo possível identificar o perpassar fundamental da coletividade não apenas como incentivo e influência na motivação, mas em nível macropolítico que pode propiciar ou vulnerabilizar o sujeito em relação à presença ou falta de possibilidades de cuidado e interações positivas que incentivem o autocuidado.

Foi apontado que, embora as práticas de autocuidado sejam autodirigidas, em diferentes estágios do desenvolvimento, faz-se uso do auxílio de outros indivíduos para a concretização dessas práticas, sendo caracterizadas como formas de autocuidado assistido ou de suporte funcional. Na primeira infância, devido ao desenvolvimento das capacidades gerais, o autocuidado é despendido apenas por outros e estes introduzem o senso de autocuidado, que também perpassa então o fator sociocultural. A velhice apresentou-se analogamente como uma fase do desenvolvimento que, devido aos decréscimos das habilidades relacionadas às atividades de vida diária, pode favorecer a necessidade de auxílio objetivo no autocuidado.

A motivação perpassa as fases do desenvolvimento onde há a presença das capacidades funcionais e de habilidade para o autocuidado, podendo estas serem adquiridas, modificadas e melhoradas ao longo de todo o desenvolvimento humano. Aspectos como o letramento em saúde demonstraram ser uma possibilidade importante para a instrumentalização dessas capacidades, principalmente em fases como a velhice, uma vez que o engajamento em atividades de aprendizagem demonstra ser fator protetivo para a vivência de sentimentos positivos, o que favorece a motivação; além disso, essa fase de vida pode demandar novas habilidades em saúde devido a possíveis vulnerabilidades que podem ser mitigadas com o próprio letramento.

Explicita-se que as diferentes fases do desenvolvimento apresentam motivações específicas que podem favorecer o autocuidado e o engajamento em tais comportamentos. Assim, é importante identificar quais destes estão atrelados aos determinantes sociais de saúde para fortalecer vulnerabilidades específicas de cada uma das fases de vida. Embora tanto a motivação quanto o autocuidado referem-se a características individuais, aponta-se o panorama de que estes sejam considerados de maneira ampla e integralmente em seus aspectos indissociáveis ao meio ambiente e à interação social. Por fim, incentiva-se a investigação de fatores intrínsecos e extrínsecos da motivação para a promoção do autocuidado, uma vez que a abrangência conceitual de ambas as variáveis, inferindo uma visão panorâmica das áreas assistenciais e de saúde, pode promover contextos onde diferentes fases da vida são contempladas em seu bem-estar. Notou-se que a falta de tais materiais pode vulnerabilizar a criação de intervenções específicas ao longo do curso de vida.

REFERÊNCIAS

- ANTUNES, Queila Pereira; FERNANDES, Graziela Nunes Alfenas; LEMOS, Stela Maris Aguiar. Aspectos comportamentais e motivação para aprender: um estudo com adolescentes do ensino fundamental. **CoDAS**. Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia, 34 (5), 2022. DOI: <https://doi.org/10.1590/2317-1782/20212021119>.
- ARENHART, Deise; GUIMARÃES, Daniela; SANTOS, Núbia Oliveira. Teaching at the Daycare Center: care in the education of children from zero to three years of age. **Educação e Realidade**, v. 43, n. 4, p. 1677-1691, 2018. DOI: <https://doi.org/10.1590/2175-623676576>.
- BETTONI, Loren Caroline; OTTAVIANI, Ana Carolina; ORLANDI, Fabiana Souza. Associação entre o autocuidado e a qualidade de vida de pacientes com doença renal crônica. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, v. 19, p. a14-a14, 2017. DOI: <https://doi.org/10.5216/ree.v19.27442>.
- CAI, Yusheng *et al.* The landscape of aging. **Science China Life Sciences**, v. 65, n. 12, p. 2354-2454, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1007/s11427-022-2161-3>.
- CENTRO INTERNACIONAL DE LONGEVIDADE BRASIL. **Envelhecimento Ativo: Um Marco Político em Resposta à Revolução da Longevidade**. Centro Internacional de Longevidade Brasil. 2015.
- CHIAPPETTA-SANTANA, Leilane Henriette Barreto; JESUINO, Ana Deyvis Santos Araújo; LIMA-COSTA, Ariela Raissa. Learning motivation, socioemotional skills and school achievement in elementary school students. **Paidéia** (Ribeirão Preto), v. 32, p. e3232, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1590/1982-4327e3232>.
- CHOI, Ilseon; CHO, Sung Ran. A case study of active aging through lifelong learning: Psychosocial interpretation of older adult participation in evening schools in Korea. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 18, n. 17, p. 9232, 2021. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph18179232>.
- COELHO, Fernanda Figueiredo; MICHEL, Renate Brigitti. Associação entre cognição, suporte social e qualidade de vida de idosos atendidos em uma unidade de saúde de Curitiba/PR. **Ciências & Cognição**, v. 23, n. 1, p. 54-62, 2018.
- COSTA, Milena Silva *et al.* Práticas interdisciplinares na promoção da saúde da pessoa idosa. **Revista Enfermagem UERJ**, v. 23, n. 6, p. 773-779, 2015. DOI: <https://doi.org/10.12957/reuerj.2015.21628>.
- COSTA, Sibely Rabaça Dias; CASTRO, Edna Aparecida Barbosa; ACIOLI, Sonia. Capacidade de autocuidado de adultos e idosos hospitalizados: implicações para o cuidado de enfermagem. **REME-Revista Mineira de Enfermagem**, v. 17, n. 1, 2013. DOI: <https://doi.org/10.5935/1415-2762.20130016>.
- COURA, Alessandro Silva *et al.* Capacidade de autocuidado e sua associação com os fatores sociodemográficos de pessoas com lesão medular. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 47, p. 1150-1157, 2013. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0080-623420130000500020>.
- COUTINHO, Lúcia Soares Buss; TOMASI, Elaine. Déficit de autocuidado em idosos: características, fatores associados e recomendações às equipes de Estratégia Saúde da Família. **Interface-Comunicação, saúde, educação**, v. 24, p. e190578, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/Interface.190578>.
- CRESWELL, John W. **Investigação Qualitativa e Projeto de Pesquisa-: Escolhendo entre Cinco Abordagens**. 3a. ed. Penso Editora, 2014.
- DERHUN, Flávia Maria *et al.* A participação em atividades universitárias para idosos: motivações de brasileiros e espanhóis. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 72, p. 104-110, 2019. DOI: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2018-0181>.
- DIAS, Juliane Cristine *et al.* Effects of a Health Education program on cognition, mood and functional capacity. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 70, p. 814-821, 2017. DOI: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2016-0638>.
- DONG, XinQi; SIMON, Melissa. Prevalence of elder self-neglect in a Chicago Chinese population: The role of cognitive physical and mental health. **Geriatrics & gerontology international**, v. 16, n. 9, p. 1051-1062, 2016. DOI: <https://doi.org/10.1111/ggi.12598>.

FALLER, Jossiana Wilke; TESTON, Elen Ferraz; MARCON, Sonia Silva. Estrutura conceptual do envelhecimento em diferentes etnias. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 39, p. e66144, 2018. <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2018.66144>.

FONSECA, Cristiane Costa *et al.* Autoestima e satisfação corporal em idosas praticantes e não praticantes de atividades corporais. **Revista da Educação Física/UEM**, v. 25, p. 429-439, 2014. DOI: <https://doi.org/10.4025/reveducfis.v25i3.22050>.

GIBBONS, Susanne; LAUDER, William; LUDWICK, Ruth. Self-neglect: a proposed new NANDA diagnosis. **International Journal of Nursing Terminologies and Classifications**, v. 17, n. 1, p. 10-18, 2006.

HEID, Allison R. *et al.* The prospective association of personality traits and successful aging. **The International Journal of Aging and Human Development**, v. 94, n. 2, p. 193-214, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1177/0091415021989460>.

HEYMAN, Isobel; LIANG, Holan; HEDDERLY, Tammy. COVID-19 related increase in childhood tics and tic-like attacks. **Archives of Disease in Childhood**, v. 106, n. 5, p. 420-421, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1136/archdischild-2021-321748>.

IKEGAMI, Érica Midori *et al.* Capacidade funcional e desempenho físico de idosos comunitários: um estudo longitudinal. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, p. 1083-1090, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232020253.18512018>.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA - IBGE. **Projeções da população por sexo e idades. 2019**. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/estatisticas-novoportal/sociais/populacao/9109-projecao-da-populacao.html?=&t=resultados>. Acesso em: 10 mai. 2024.

KASCAKOVA, Natalia *et al.* Subjective perception of life stress events affects long-term pain: the role of resilience. **BMC psychology**, v. 10, n. 1, p. 54, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1186/s40359-022-00765-0>.

KICKBUSCH, I. *et al.* Tsouros. **Health Literacy: The Solid Facts**. Copenhagen WHO Reg Off, p. 7-8, 2013. Disponível em: http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0008/190655/e96854.pdf Acesso em: 16 jul. 2024.

KOSHY, Kiron *et al.* Reflective practice in health care and how to reflect effectively. **IJS Oncology**, v. 2, n. 6, p. e20, 2017. DOI: <https://doi.org/10.1097/ij9.000000000000020>.

MARTINS, Nidia Farias Fernandes *et al.* Letramento funcional em saúde de pessoas idosas em uma unidade de saúde da família. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**, v. 9, 2019. DOI: <https://doi.org/10.19175/recom.v9i0.2937>.

MCCRAE, Robert R.; JOHN, Oliver P. An introduction to the five-factor model and its applications. **Journal of personality**, v. 60, n. 2, p. 175-215, 1992. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1992.tb00970.x>.

MONTRONE, Aida Victoria Garcia *et al.* Percepções e práticas de cuidadoras comunitárias no cuidado de crianças menores de três anos. **Trabalho, Educação e Saúde**, v. 11, p. 659-678, 2013.

NERI, Anita Liberalesso; VIEIRA, Ligiane Antonieta Martins. Envolvimento social e suporte social percebido na velhice. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 16, p. 419-432, 2013. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1809-98232013000300002>.

OGASSAVARA, Dante *et al.* Concepções e interlocuções das revisões de literatura narrativa: contribuições e aplicabilidade. **Ensino & Pesquisa**, v. 21, n. 3, p. 8-21, 2023. DOI: <https://doi.org/10.33871/23594381.2023.21.3.7646>.

OGASSAVARA, Dante *et al.* Relação entre o bem-estar subjetivo e o autocuidado em cuidadores em tempos pandêmicos: 10.15343/0104-7809.202246321330. **O Mundo da Saúde**, v. 46, p. 321-330, 2022. DOI: <https://doi.org/10.15343/0104-7809.202246321330P>.

OGASSAVARA, Dante *et al.* Considerações sobre etnopsiquiatria: incitações pertinentes no envelhecimento e saúde mental. **Diaphora**, v. 11, n. 1, p. 60-65, 2022.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Active Ageing: A policy framework. World Health Organization. 2002.

PAPALIA, D. E.; FELDMAN, R. D. **Desenvolvimento humano**. 12. ed. Porto Alegre: AMGH, 2013.

PORTO, Maria Luiza Lucena; DA NÓBREGA, Maria Miriam Lima; SANTOS, Silvana Sindey Costa. Necessidades psicobiológicas e suas manifestações em idosos: revisão da literatura. **Revista da Rede de Enfermagem do Nordeste**, v. 6, n. 1, p. 125-134, 2005.

RIZZUTO, Debora *et al.* Personality and survival in older age: the role of lifestyle behaviors and health status. **The American Journal of Geriatric Psychiatry**, v. 25, n. 12, p. 1363-1372, 2017. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jagp.2017.06.008>.

SANTOS, Maria Angélica Bezerra dos *et al.* Fatores associados à violência contra o idoso: uma revisão sistemática da literatura. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, n. 6, p. 2153-2175, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232020256.25112018>.

VIRGENS, Gisele Barradas; ROCHA, Márcia Santos. A Implicação do Letramento em Saúde no Autocuidado. **Revista Internacional de Debates da Administração & Públicas - RIDAP**, v. 4, n. 1, p. 191-206, 2019.

WARMAN, Sheena M. Experiences of recent graduates: reframing reflection as purposeful, social activity. **Veterinary Record**, v. 186, n. 11, p. 347-347, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1136/vr.105573>.

WEBBER, David; GUO, Zhenyu; MANN, STepHen. Self-care in health: we can define it, but should we also measure it? **SelfCare Journal**, 2015.

YU, Mingming *et al.* Predictors of self-neglect among community-dwelling older adults living alone in China. **Geriatric Nursing**, v. 40, n. 5, p. 457-462, 2019. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.gerinurse.2019.02.002>.