



HELIO MARTINS BORGES FILHO

**A LUTA CONTRA O TEMPO: ENVELHECIMENTO
PROCEDIMENTOS ESTÉTICOS E A PSICOLOGIA JUNGUIANA**

PÓS GRADUAÇÃO EM PSICOGERONTOLOGIA

SÃO PAULO

2024



HELIO MARTINS BORGES FILHO

**A LUTA CONTRA O TEMPO: ENVELHECIMENTO
PROCEDIMENTOS ESTÉTICOS E A PSICOLOGIA JUNGUIANA**

Artigo apresentado ao programa de Pós
Graduação da UNIP como requisito
parcial para obtenção do título de
especialista em Psicogereontologia

SÃO PAULO

2024

RESUMO

Este artigo tem como objetivo oferecer uma análise crítica do envelhecimento na contemporaneidade, direcionada a estudiosos da gerontologia, psicólogos e profissionais de diversas áreas. A investigação é conduzida a partir da interseção entre a cultura atual da juventude eterna e os princípios da psicologia analítica de Carl Gustav Jung. Compreendendo o envelhecimento não apenas como um processo biológico, mas também como uma fase crucial do desenvolvimento psicológico, este trabalho explora as reflexões de Jung sobre o desenvolvimento da psique ao longo da vida. A abordagem destaca as características notórias da terceira idade identificadas por Jung, proporcionando uma compreensão mais profunda do envelhecimento como um processo natural e enriquecedor. Além disso, o estudo considera como a pressão cultural pela manutenção de uma aparência jovem pode impactar a saúde mental dos indivíduos, especialmente no contexto de uma sociedade que valoriza a juventude em detrimento das fases mais avançadas da vida. Assim, busca-se, também, identificar possíveis sinais de adoecimento psíquico, derivados dessa pressão, que podem surgir durante o processo de envelhecimento. Ao articular essas questões, o trabalho visa enriquecer o debate sobre o envelhecimento, oferecendo perspectivas valiosas que podem auxiliar na promoção de uma visão mais equilibrada e integrativa do processo de envelhecimento. Dessa forma, contribui para o desenvolvimento de práticas e intervenções mais conscientes e eficazes no campo da gerontologia e da psicologia.

Palavras-Chave: Envelhecimento; Psicologia Analítica; Jung; Juventude; Procedimentos Estéticos

ABSTRACT

This article aims to offer a critical analysis of aging in contemporary society, directed at scholars of gerontology, psychologists, and professionals from various fields. The investigation is conducted from the intersection between the current culture of eternal youth and the principles of Carl Gustav Jung's analytical psychology. Understanding aging not only as a biological process but also as a crucial phase of psychological development, this work explores Jung's reflections on the development of the psyche throughout life. The approach highlights the notable characteristics of old age identified by Jung, providing a deeper understanding of aging as a natural and enriching process. Furthermore, the study considers how cultural pressure to maintain a youthful appearance can impact individuals' mental health, especially in the context of a society that values youth over the later stages of life. It also seeks to identify possible signs of psychological illness arising from this pressure, which may emerge during the aging process. By articulating these issues, the paper aims to enrich the debate on aging, offering valuable perspectives that can help promote a more balanced and integrative view of the aging process. In this way, it contributes to the development of more conscious and effective practices and interventions in the fields of gerontology and psychology.

Keywords: Aging; Analytical Psychology; Jung; Youth; Cosmetic Procedures

SUMÁRIO

Introdução	6
Metodologia	10
Desenvolvimento	10
Um mercado em constante ascensão	10
A busca pela juventude eterna.....	11
Envelhecimento na perspectiva junguiana.....	14
Conclusão	20
Referências	24

Introdução

O envelhecimento da população é um fenômeno global que se torna cada vez mais evidente em muitos países, e o Brasil não é exceção. Em 2022, o censo do IBGE revelou um dado significativo: a população com 65 anos ou mais no Brasil chegou a 22.169.101 pessoas, representando 10,9% da população total. Este número marca um impressionante aumento de 57,4% em relação a 2010, quando esse grupo correspondia a 7,4% da população, evidenciando uma transformação demográfica notável.

O Censo Demográfico de 2022, que contou com uma segunda apuração revelando uma população total de 203.080.756 habitantes, ilustra não apenas o crescimento absoluto da população idosa, mas também a mudança na estrutura etária do país. Izabel Marri, gerente de Estudos e Análises da Dinâmica Demográfica do IBGE, observa que "a base da pirâmide etária foi se estreitando devido à redução da fecundidade e dos nascimentos no Brasil". Desde os anos 1990, o Brasil tem experimentado uma alteração no formato da pirâmide etária, com a perda gradual de seu formato piramidal a partir de 2000.

Nas últimas décadas, o aumento da disponibilidade de métodos contraceptivos modernos possibilitou que mulheres e casais tivessem maior controle sobre o planejamento familiar. Segundo o IBGE, a taxa de fecundidade total no Brasil caiu de 6,3 filhos por mulher em 1960 para 1,7 em 2020, um indicativo claro dos métodos contraceptivos. Paralelamente, a maior inserção das mulheres no mercado de trabalho também contribuiu para essa mudança. O aumento da participação feminina na força de trabalho proporcionou às mulheres mais autonomia e oportunidade, levando ao adiamento na idade do primeiro filho e uma redução no número total de filhos. Segundo a Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílio Contínua, a participação feminina aumentou quase 15% entre 1990 e 2019 (IBGE 2019).

Outros fatores importantes que possibilitaram o aumento da longevidade foram os processos de imigração e urbanização. As melhorias no sistema de saúde, novos tratamentos médicos e um estilo de vida mais saudável têm aumentado a expectativa de vida da população brasileira. Além disso, a imigração de jovens para áreas urbanas em busca de melhores oportunidades econômicas e a consequente redução da população

jovem nas áreas rurais também desempenham um papel importante da inversão da pirâmide etária. (China et al., 2021)

Este crescente envelhecimento da população levanta a necessidade urgente de um aprofundamento nos estudos sobre as questões relacionadas à terceira idade. Embora fatores estatísticos e de mortalidade tenham recebido considerável atenção, a análise da subjetividade e do bem-estar dos idosos ainda está em desenvolvimento. A compreensão das complexidades da saúde e qualidade de vida para essa faixa etária se torna cada vez mais relevante e urgente.

Em paralelo, ao envelhecimento populacional, observa-se na sociedade atual uma busca pela juventude eterna como fenômeno que atravessa culturas e épocas, refletindo um desejo profundo da humanidade de escapar das limitações impostas pelo envelhecimento e pela mortalidade. Essa fascinação não é apenas uma questão de vaidade, mas está enraizada em aspectos psicológicos, socioculturais e biológicos que moldam nossa percepção do tempo e da vida.

Historicamente, a juventude tem sido associada à vitalidade, beleza e potencial, o que explica em parte por que sociedades ao longo dos séculos têm idealizado essa fase da vida. No mundo contemporâneo, essa obsessão foi amplificada pelo avanço da ciência e da medicina, que prometem não apenas prolongar a vida, mas também preservar as características físicas e mentais associadas à juventude. De acordo com o sociólogo Bryan Turner, a longevidade se tornou um novo tipo de capital, onde a juventude é um valor social que se traduz em poder e prestígio na sociedade moderna (Turner, 1995).

Apesar do culto a juventude ser algo atual, observa-se ao longo da história a ocorrência de ciclos, nos quais períodos de valorização dos idosos são seguidos por conflitos entre jovens e idosos, resultando posteriormente na desvalorização dos mais velhos. Hoje, apesar de parte da população idosa economicamente ativa impulsionar mercados, como os de turismo e serviços para a terceira idade, há uma predominância de narrativas que favorecem os jovens. Os meios de comunicação, como a televisão e o cinema, desempenham um papel significativo nesse contexto, influenciando as percepções sobre a velhice ao exibir estereótipos negativos e a sub-representação dos idosos. A imagem projetada por esses meios afeta diretamente a autoestima dos idosos e reforça a ideia de que a velhice é menos relevante na sociedade atual. Essa visão cultural contribui para a desvalorização dos mais velhos, criando um ambiente em que ser jovem

é sinônimo de importância e visibilidade. Embora políticas específicas, como a Política Nacional do Idoso (PNI), busquem proteger essa população, a influência da mídia e dos interesses mercadológicos ainda favorece um culto à juventude, em detrimento do respeito e reconhecimento da experiência e sabedoria dos mais velhos (Costa et al).

O processo de envelhecimento, em sua essência natural, é muitas vezes revestido de desafios que vão além das questões físicas. A sociedade contemporânea, marcada por uma cultura que valoriza a juventude e a aparência, impõe pressões significativas sobre os indivíduos à medida que envelhecem. Este fenômeno se reflete no crescente aumento de procedimentos estéticos e cirúrgicos destinados a combater os sinais da idade.

A resistência ao envelhecimento e o temor de que o corpo se torne menos atraente com o tempo têm levado muitos a buscar intervenções cirúrgicas como uma forma de preservação da juventude. Esse fenômeno é mais do que uma simples preferência estética; pode ser interpretado como uma patologia quando resulta em comportamentos obsessivos e prejudiciais à saúde mental e ao bem-estar geral. Em outras palavras, a aversão extrema aos sinais naturais de envelhecimento pode desencadear uma série de consequências negativas, refletindo um distúrbio que afeta profundamente o comportamento e a qualidade de vida do indivíduo (Silva et al., 2022).

No contexto desta pesquisa, o conceito de "gerontofobia" vem ganhando relevância nos estudos sobre o envelhecimento, especialmente com o aumento da longevidade. Conforme Sampaio (2017, p. 812), o termo "gerontofobia" refere-se a uma fobia específica, caracterizada pela aversão à velhice e tudo que está relacionado ao envelhecimento. Embora seja descrita como uma "nova patologia da ciência psiquiátrica", ainda não foi oficialmente incluída em manuais de diagnósticos, como o CID-10 e o DSM.

De acordo com Feijó e Medeiros (2011, p. 114), o quadro fóbico relacionado ao envelhecimento é definido como o medo iminente de "qualquer manifestação real atribuída ao processo de envelhecimento". Além disso, estudos apontam que esse "medo de envelhecer" é influenciado mais por fatores sociais do que patológicos, indicando que construções sociais estão diretamente ligadas a esse desconforto coletivo. Marques e Matos (2011) observam que os constantes apelos midiáticos pela manutenção de um corpo jovem e belo, junto à busca incessante pela juventude eterna, acabam gerando, na população, um certo repúdio a tudo que se relacione à velhice e à mortalidade.

De acordo com a Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica (SBCP), houve um aumento constante no número de procedimentos estéticos realizados, com um crescimento significativo no interesse por cirurgias plásticas voltadas para a estética facial e corporal entre os idosos. Dados recentes apontam que a busca por procedimentos como lifting facial, preenchimentos e botox não se restringe apenas a um público jovem, mas se estende de forma expressiva aos indivíduos mais velhos, que frequentemente se sentem pressionados a manter uma aparência jovem para se adequar às normas sociais vigentes (Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica, 2023).

Além das motivações estéticas, a escolha por procedimentos plásticos pode estar ligada a uma busca por maior autoestima e um desejo de se sentir mais valorizado em uma sociedade que frequentemente marginaliza o envelhecimento. Estudos têm mostrado que a percepção negativa da própria imagem e o medo de se tornar invisível socialmente contribuem para esse aumento na demanda por cirurgias plásticas (Silva et al., 2022). Assim, a pressão social para manter uma aparência jovem pode levar a uma espiral de procedimentos estéticos que nem sempre são benéficos para a saúde física e mental dos idosos.

É essencial, portanto, que a discussão sobre o envelhecimento e os procedimentos estéticos seja abordada com uma perspectiva crítica e humanizada. A compreensão das motivações por trás da busca por tratamentos estéticos e o reconhecimento das implicações psicológicas e sociais dessas escolhas são fundamentais para promover uma abordagem equilibrada e saudável do envelhecimento. Em última análise, a sociedade deve refletir sobre como criar um ambiente que valorize todas as fases da vida e permita que os indivíduos envelheçam com dignidade e respeito, sem recorrer a intervenções extremas como forma de validação.

Para aprofundar a compreensão dos motivos que levam as pessoas a recorrerem a procedimentos estéticos na atualidade, é crucial considerar o olhar da psicologia analítica, particularmente o pensamento de Carl Jung sobre o envelhecimento. Jung oferece insights valiosos sobre a experiência do envelhecimento e seu olhar pelo desenvolvimento da psique se torna necessário na melhor compreensão desse fenômeno social contemporâneo.

METODOLOGIA

Como forma de manter a pesquisa atualizada foram utilizados artigos entre 1995 e 2023, pesquisados nas bases de dados eletrônicas PePsic, PubMed, Google Scholar e SciELO. Como estratégia de busca, utilizou-se os seguintes termos: “envelhecimento”, “dismorfia”, “procedimentos estéticos”, “idoso”, “juventude eterna”, “velhice” e “psicogerontologia”. Termos estes rastreados também em inglês. Foram selecionadas e analisadas obras de Carl Jung que abordassem o tema do envelhecimento como modo de trazer a psicologia analítica como base teórica desse artigo

DESENVOLVIMENTO

Um mercado em constante ascensão

De acordo com o levantamento mais recente da Sociedade Internacional de Cirurgia Plástica Estética (ISAPS), publicado em 2023, o Brasil se posiciona como o segundo país com maior número de procedimentos estéticos e reparadores realizados globalmente, representando 8,9% do total mundial. Este volume coloca o Brasil atrás apenas dos Estados Unidos, que lideram com 24,1% do total de procedimentos (ISAPS, 2023).

Este panorama é corroborado por dados anteriores da Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica (SBPC), que, em um levantamento de 2018, já indicava uma mudança significativa nas preferências dos brasileiros em relação aos procedimentos estéticos. Entre 2016 e 2020, houve um aumento de 24,1% na realização de procedimentos não cirúrgicos injetáveis no Brasil, com mais de 600 mil desses procedimentos registrados apenas em 2020 (SBPC, 2023). A preferência dos brasileiros por procedimentos não cirúrgicos, liderados pela aplicação de toxina botulínica (botox), seguida por

preenchedores de ácido hialurônico e bioestimuladores da produção de colágeno, reflete uma tendência crescente de buscar alternativas menos invasivas para a manutenção da aparência (ISAPS, 2023).

A análise dos dados também revela que a popularidade dos procedimentos não cirúrgicos no Brasil saltou de 17,4% do total em 2014 para 49,9% em 2018, conforme relatado pela SBPC. Este crescimento é evidenciado pelo aumento significativo no número de procedimentos de harmonização facial, que passaram de 72 mil para 256 mil ao ano durante o período (SBPC, 2018). Por outro lado, as cirurgias plásticas tradicionais apresentaram uma redução proporcional, caindo de 82,6% para 50,1% do total de procedimentos estéticos no mesmo intervalo.

Entre as cirurgias plásticas ainda populares no Brasil, destacam-se a lipoaspiração e o aumento de seios, que continuam a ser as mais procuradas pelos pacientes. Outras intervenções cirúrgicas notáveis incluem a blefaroplastia (procedimento para correção das pálpebras), rinoplastia (modelagem do nariz) e abdominoplastia (remoção do excesso de pele do abdome) (SBPC, 2018; ISAPS, 2023).

Os principais procedimentos estéticos realizados no Brasil refletem um desejo predominante de resistir aos sinais de envelhecimento e melhorar áreas específicas do corpo que evidenciam a passagem do tempo. A harmonização facial, rinoplastia, blefaroplastia, abdominoplastia e aumento dos seios são intervenções que abordam diretamente as regiões que mais mudam com a idade, oferecendo aos indivíduos a possibilidade de manter uma aparência jovem e revitalizada.

A busca pela juventude eterna

A fixação da sociedade contemporânea com a juventude não é apenas um fenômeno recente, mas uma intensificação de valores que, embora sempre tenham existido, hoje se apresentam de forma mais exacerbada. A juventude, que antes era vista como uma fase transitória da vida, tornou-se um ideal de beleza, saúde e sucesso. Esse fenômeno pode ser observado em diversos aspectos da cultura popular, especialmente nas mídias, que desempenham um papel central na perpetuação desse comportamento.

Na sociedade contemporânea, a busca pela aparência ideal e o culto à juventude se tornaram aspectos centrais, refletindo o conceito de “modernidade líquida¹” de Zygmunt Bauman, no qual os valores e as identidades se tornam fluidos e mutáveis (Bauman, 2001). Bauman (2008) discute como a sociedade atual se estrutura em torno de uma lógica de consumo rápido, onde até a estética corporal se torna um produto temporário, que precisa ser constantemente atualizado. Esse contexto impulsiona a proliferação de procedimentos estéticos que prometem rejuvenescimento e beleza, mas de forma rápida e acessível, o que reflete o modelo “fast” da contemporaneidade, caracterizado pela rapidez e pela superficialidade nas relações e nos modos de ser.

Os procedimentos estéticos, nesse cenário, tornam-se ferramentas de adaptação às demandas de uma sociedade voltada para o consumo da imagem e da aparência. Assim como os produtos de consumo, os corpos passam por “atualizações”, mas sem se sustentarem em um ideal de permanência; pelo contrário, eles são projetados para serem descartáveis e renovados, conforme novas tendências surgem. Bauman enfatiza que a modernidade líquida esvazia as relações de profundidade e durabilidade, levando o indivíduo a uma busca constante por novas identidades e aparências, o que reforça a noção de que o corpo, assim como outros produtos, deve ser adaptado e consumido de acordo com padrões temporários e mutáveis.

Nas últimas décadas, as mídias têm influenciado significativamente a maneira como a juventude é percebida e valorizada. A televisão, o cinema, e, mais recentemente, as redes sociais, promovem constantemente imagens de corpos jovens e vigorosos como o padrão ideal de beleza. Essa representação midiática cria uma pressão constante sobre os indivíduos, incentivando-os a buscar incessantemente a aparência jovem, muitas vezes por meio de intervenções estéticas, dietas rigorosas e rotinas de exercícios intensas. De acordo com Featherstone (2010), a cultura contemporânea está profundamente enraizada na "glorificação da juventude", onde a juventude é sinônimo de vitalidade, inovação e relevância.

A influência das mídias não se limita apenas à aparência física, mas também à forma como a juventude é associada ao sucesso e à felicidade. As redes sociais, em particular, amplificam essa fixação, ao promoverem narrativas de vidas perfeitas e bem-

¹ O conceito de modernidade líquida foi desenvolvido pelo Zygmunt Bauman e diz respeito a uma nova época em que as relações sociais, econômicas e de produção são frágeis, fugazes e maleáveis, como os líquidos.

sucedidas, geralmente centradas em jovens que alcançam sucesso financeiro, reconhecimento público e uma vida repleta de experiências positivas. Essas narrativas criam uma pressão adicional sobre outras faixas etárias, levando à uma busca incessante pela manutenção da juventude, como se o envelhecimento fosse uma falha ou algo a ser evitado a todo custo (Lira et al, 2017).

Essa pressão por manter-se jovem não é sem consequências. A obsessão com a juventude contribui para a disseminação de comportamentos prejudiciais, como a insatisfação corporal, a ansiedade e até a depressão. Segundo estudos recentes, o aumento das cirurgias plásticas e dos tratamentos estéticos entre pessoas jovens e de meia-idade reflete uma tentativa de aderir a esse ideal irrealista de juventude perpetuado pelas mídias (Jones, 2018).

Han argumenta que a psicopolítica² contemporânea impõe um controle sutil sobre o indivíduo, que se submete às exigências de mercado acreditando agir de forma autêntica. Ao buscar a perfeição estética promovida por procedimentos rápidos e descartáveis, o sujeito não expressa uma individualidade genuína, mas sim uma conformidade com padrões impostos de fora. O autor observa que o indivíduo passa a ser controlado por uma lógica de conformidade, onde as escolhas pessoais refletem a influência do mercado e das pressões coletivas, mais do que uma expressão autêntica do eu (HAN, 2014). Além disso, Han analisa como essa lógica da comercialização despersonaliza o corpo e dilui a identidade. Procedimentos estéticos tornam-se uma forma de moldar a aparência para consumo visual, onde o corpo passa a existir apenas para ser exibido, ajustável aos padrões de um ideal estético artificial e passageiro (HAN, 2022).

A sociedade brasileira se mostra relativamente vulnerável a esse tipo de influência mediática e psicopolítica. Meira Penna, em sua análise no livro *Em Berço Esplêndido*, observa que a sociedade brasileira é caracterizada por um "*puer*" predominante, uma ênfase na juventude e na dependência do Estado, enquanto o "*senex*", que representa a sabedoria e a maturidade, é frequentemente negligenciado. Esse fenômeno é evidente em comportamentos sociais que priorizam o conforto, o imediatismo e a aversão a mudanças, perpetuando a irresponsabilidade individual e uma resistência ao desenvolvimento autônomo e consciente. A dependência excessiva do Estado é um reflexo desse

² Para Byung-Chul Han, a psicopolítica configura uma técnica de dominação que, em vez dos antigos métodos opressores, recorre a um poder sedutor e inteligente, que consegue que as mulheres e os homens se submetam por si próprios às forças de dominação

infantilismo social, onde os cidadãos, muitas vezes, não se responsabilizam por suas próprias ações e decisões. Como resultado, a sociedade brasileira enfrenta desafios para alcançar um desenvolvimento mais sustentável e independente, exigindo um maior equilíbrio entre as virtudes da juventude e a sabedoria da maturidade. Essa vulnerabilidade decorre da falta de uma postura crítica e autônoma diante das informações, uma consequência do "infantilismo social" que impede o desenvolvimento de uma consciência madura. A mídia, ao explorar esse cenário, molda comportamentos e opiniões, promovendo padrões de consumo e visão de mundo que reforçam essa dependência e superficialidade.

Envelhecimento na perspectiva junguiana

Para Jung, envelhecer não era apenas um declínio físico inevitável, mas um processo significativo de desenvolvimento psicológico, onde a busca pelo autoconhecimento e a integração dos opostos dentro de si mesmo se tornam essenciais.

O homem que envelhece deveria saber que sua vida não está em ascensão nem em expansão, mas um processo interior inexorável produz uma contração da vida. Para o jovem constitui quase um pecado ou, pelo menos, um perigo ocupar-se demasiado consigo próprio, mas para o homem que envelhece é um dever e uma necessidade dedicar atenção séria ao seu próprio Si-mesmo (Jung, 2000, p. 167)

Segundo Jung, a primeira metade da vida é geralmente dedicada ao fortalecimento do ego, à construção de uma identidade social e à realização das ambições externas. No entanto, na segunda metade da vida, marcada pelo processo de envelhecimento, o foco deve mudar. Jung acreditava que esse período oferece uma oportunidade crucial para o indivíduo se voltar para dentro e buscar uma maior integração do inconsciente com o consciente.

Jung propõe que, na segunda metade da vida, ocorre uma transformação significativa, que ele chamou de *metanoia*. Nesse estágio, há uma mudança de foco, onde o ego começa a se voltar para o self, que o autor descreve como o arquétipo regulador da

totalidade psíquica (Jung, 2016). De acordo com Arcuri (2012) o conceito de *Metanoia* representa um momento de renovação da consciência, onde o indivíduo passa a perceber o Ser como algo maior, que vai além do ego e das relações parentais. É nessa fase que se torna possível contribuir de maneira mais ampla para a vida e para os outros. O termo *Metanoia*, de origem grega, refere-se a uma transformação profunda na vida pessoal, onde novos valores podem ser adotados.

Esse período é de grande relevância dentro da psicologia junguiana, pois marca uma fase de reflexão e revisão dos caminhos percorridos durante a primeira metade da vida. Nesse processo, o foco se desloca para o mundo interno, e as exigências do ego, que antes eram predominantes, perdem parte de sua importância.

Jung acreditava que para atingir esse equilíbrio de caráter libertador na *metanoia* era necessário o confronto entre pares opostos, onde as polaridades precisam ter energias equivalentes em cada extremidade, evitando qualquer inclinação. De acordo com Pandini (2014), os arquétipos do *puer* e do *senex* representam uma das principais oposições que o indivíduo pode enfrentar durante a *metanoia*. Considerados um par arquetípico, simbolizam o jovem e o velho, carregando uma série de potenciais e qualidades que, quando integrados, podem promover o equilíbrio da personalidade

Segundo Hillman (1999), o *puer* é marcado pela rapidez, urgência e transitoriedade. Embora tenha fascínio pelo novo, resiste ao tempo necessário para seu amadurecimento, podendo vagar sem propósito. Apresenta-se como frio e distante, mas ao mesmo tempo atraente e encantador.

Em relação ao *senex*, Hillman (1999) o descreve como um símbolo de velhice, sabedoria, solidão, prudência, honestidade, ordem e certeza. Contudo, também traz aspectos de repressão, voracidade, frieza, distanciamento e rigidez nas suas repetições, estando associado à morte.

Segundo Pandini (2014), a *metanoia* permite o encontro com as polaridades arquetípicas, ativando a capacidade de observar novos aspectos da personalidade que surgem espontaneamente na consciência, bem como reconhecer as partes negadas ou reprimidas ao longo da vida. Podemos afirmar que uma condição essencial para que a *metanoia* ocorra de forma genuína na psique, promovendo o crescimento da personalidade, é a integração entre *puer* e *senex*, e não a cisão entre eles.

Um dos riscos associados à metanoia é a tendência de fixar-se ou, mais ainda, de identificar-se exclusivamente com um dos polos arquetípicos. Diante do envelhecimento e da concretização da finitude, o arquétipo do *senex* se manifesta; dependendo das respostas emocionais, ele pode acabar cristalizando o desenvolvimento ao invés de integrá-lo com o *puer*, cuja energia impulsiona transformações na autopercepção e na visão de mundo. A vivência acumulada ao longo da vida é uma aliada valiosa para indivíduos na meia-idade. Caso consigam lidar com o desconforto inerente a esse período de transição, marcado por mudanças internas e externas, e estabelecer um diálogo contínuo entre os potenciais dos arquétipos do *senex* e do *puer*, poderão evitar o distanciamento de si mesmas e de seu processo de crescimento pessoal (Pandini, 2014)

Na *metanoia*, a principal ênfase passa a ser o "ser", em contraste com a fase anterior da vida, que era mais centrada no "fazer". O inconsciente, que até então ocupava um papel secundário, torna-se o centro das atenções, ofuscando a personalidade consciente que dominava os anos anteriores.

Depois de haver esbanjado luz e calor sobre o mundo, o Sol recolhe os seus raios para iluminar-se a si mesmo. Em vez de fazer o mesmo, muitos indivíduos idosos preferem ser hipocondríacos, avarentos, dogmatistas e laudatores temporis acti (louvadores do passado) e até mesmo eternos adolescentes, lastimosos sucedâneos da iluminação do Si-mesmo, consequência inevitável da ilusão de que a segunda metade da vida deve ser regida pelos princípios da primeira (Jung, 2000, p. 169)

Essa transição, no entanto, não é um processo fácil ou simples. Trata-se de uma travessia desafiadora que poucos se atrevem a enfrentar, pois envolve a reavaliação de valores, a confrontação de crises e o surgimento de conteúdos novos ou sombrios. Se esses aspectos emergentes não forem reconhecidos e integrados, podem se transformar em ameaças internas que dificultam o desenvolvimento pessoal durante essa fase de transformação.

Por isso, Hollis (1995), julgava a dinâmica de integração da sombra como um processo essencial para o envelhecimento saudável, especialmente na segunda metade da

vida. Essa fase da vida é muito caracterizada pela crise de identidade onde a *sombra* emerge com força, exigindo reconhecimento. Esse fenômeno, que Hollis denomina de "revolta da sombra", representa um esforço do Si-mesmo para reequilibrar a psique e corrigir anos de repressão e adaptação excessiva às expectativas externas. A integração da sombra envolve a aceitação de partes de si que foram negligenciadas ou reprimidas, permitindo que se manifestem com autenticidade.

Segundo Hollis (1995), a integração da sombra requer que o indivíduo desfaça a identificação com a *persona*, a máscara social usada para atender às expectativas alheias, e acolha aspectos internos até então ignorados, muitas vezes considerados impróprios ou incompatíveis com o papel social assumido. Nesse sentido, integrar a sombra não implica abandonar as responsabilidades, mas sim viver de forma mais verdadeira consigo mesmo e com a sociedade. Conforme o autor, é essencial aceitar as "verdades interiores", sejam elas confortáveis ou perturbadoras, para que se abra espaço para uma nova fase de vida mais alinhada com a essência pessoal.

Essa reconciliação com a sombra favorece o desenvolvimento de uma maturidade emocional e psicológica que sustenta o envelhecimento saudável, desobrigando o indivíduo das limitações de uma "vida provisória" e das imposições da *persona*. Assim, o caminho da autodescoberta e da aceitação plena permite ao indivíduo recuperar o sentido e a integridade pessoal, promovendo uma base sólida para a saúde emocional na segunda metade da vida.

Envelhecer, para Jung, é inevitavelmente acompanhado por uma confrontação com a finitude. No entanto, ele via isso não como algo a ser temido, mas como uma fase natural de transição, onde o indivíduo é chamado a refletir sobre o propósito da vida e a sua própria espiritualidade. Como ele colocou em sua obra *Modern Man in Search of a Soul*, "uma vida que não se enfrenta com a morte no seu tempo apropriado é uma vida que não alcança a sua plenitude" (JUNG, 1933).

Mas aqui minha consciência de médico desperta, lembrando-me que tem algo de importante a dizer-nos a respeito desta questão. Com efeito, tenho observado que uma vida orientada para um objetivo em geral é melhor, mais rica e mais saudável do que uma vida sem objetivo, e que é melhor seguir em frente acompanhando o curso do tempo, do que marchar para trás e contra o tempo (Jung, 2000, p. 172)

Hillman (2001), ao concordar com Jung, descreve o processo de aceitação da finitude como um processo essencial no envelhecimento, onde a consciência da mortalidade se torna um recurso valioso para o desenvolvimento pessoal. Para ele o envelhecimento, ao revelar a inevitabilidade da morte, promove uma reflexão profunda sobre o sentido da vida e possibilita um amadurecimento que não se limitava apenas em preservar o corpo, mais a fortalecer o caráter

A aceitação da morte, em vez de ser vista como um evento negativo, representa uma oportunidade para refletir sobre o legado, a autenticidade e o valor da vida vivida. Nesse contexto, Hillman afirma que a consciência da morte pode ser transformadora, permitindo que o indivíduo valorize o presente e faça escolhas mais alinhadas aos seus valores mais profundos. Em última análise, ele enxergava a aceitação da finitude como uma parte necessária da vida que traz sabedoria e serenidade, contribuindo para o desenvolvimento de um caráter mais forte e íntegro (Hillman, 2001).

Além disso, Jung destacou a importância de aceitar o envelhecimento como parte do ciclo natural da vida. A resistência ao envelhecimento e a tentativa de prolongar indefinidamente a juventude, segundo ele, podem levar a uma estagnação psicológica e a uma vida superficial. O idoso que não consegue se desvincular da vida é tão vulnerável e fragilizado quanto o jovem que ainda não conseguiu construir a sua. Em muitos casos, ambos demonstram uma imaturidade semelhante, marcada pela mesma ganância, medo, teimosia e obstinação. Ele sugeriu que o envelhecimento deve ser abraçado como uma oportunidade para explorar a sabedoria interior e encontrar um novo propósito. Essa visão é um convite para que, na velhice, as pessoas possam se reconectar com aspectos de si mesmas que talvez tenham negligenciado ao longo da vida.

A vida natural é o solo em que se nutre a alma. Quem não consegue acompanhar essa vida, permanece enrijecido e parado em pleno ar. É por isto que muitas pessoas se petrificam na idade madura, olham para trás e se agarram ao passado, com um medo secreto da morte no coração (Jung, 2000, p. 179)

No entendimento de James Hillman, a responsabilidade pessoal e a autonomia ganham uma relevância crucial nessa fase avançada da vida, pois são elementos essenciais

para uma existência autêntica e realizada. Ao envelhecer, o indivíduo é convidado a reavaliar seu papel na sociedade e a repensar as projeções que antes fazia sobre terceiros, entendendo que o controle da própria vida depende, em grande medida, de uma postura de autoconsciência e autorresponsabilidade. Essa fase, marcada pelo afastamento de padrões e expectativas externas, permite que o sujeito assuma maior liberdade para alinhar suas ações aos seus valores pessoais mais profundos, promovendo uma integração entre suas aspirações e a realidade de sua existência (Hillman, 2001).

Hillman (2001) enfatiza que o exercício da autonomia implica o reconhecimento de que o indivíduo é responsável por suas escolhas e por seu bem-estar emocional, físico e espiritual, um processo que demanda tanto autoconhecimento quanto disciplina. Para ele, a responsabilidade pessoal não é apenas uma questão de dever social, mas um movimento em direção ao fortalecimento do caráter e à construção de uma identidade que reflete as verdades e valores individuais. A partir desse ponto de vista, o envelhecimento se torna um período de autodescoberta e renovação, onde a pessoa pode alcançar uma liberdade interior sustentada por escolhas autênticas, trazendo um senso de realização e dignidade ao amadurecimento final da vida.

A psicologia analítica oferece uma perspectiva rica e humanizadora sobre o envelhecimento. Ela nos lembra que, embora a velhice possa trazer desafios, ela também traz a possibilidade de uma realização mais profunda do ser. Como observa Hollis (1995), um dos principais seguidores de Jung, "envelhecer conscientemente é um chamado para a alma, uma jornada para encontrar significados que transcendam as limitações físicas".

Jung nos ensina que, em vez de ver o envelhecimento como um fim, devemos encará-lo como uma etapa importante na jornada de autodescoberta e realização pessoal. É um período em que se pode alcançar uma integração mais plena de todos os aspectos da personalidade, um verdadeiro encontro com o self.

CONCLUSÃO

A busca constante pela juventude e pela estética ideal, típica da sociedade contemporânea, reflete um fenômeno de “estética fast”, intensifica a fragmentação da identidade e gera uma alienação do verdadeiro self. Esse cenário evidencia uma dependência das validações externas e da conformidade com padrões socialmente impostos, reforçando uma percepção de identidade e autenticidade que se molda aos interesses do mercado.

Esse desequilíbrio é evidente na sociedade brasileira, onde a ausência de uma postura crítica e autônoma, resultado do "infantilismo social", acentua essa dependência de validação externa e a superficialidade das relações com o corpo e com o tempo. Essa cultura de superficialidade promove uma vulnerabilidade psicológica em relação ao envelhecimento, na qual o medo da perda de valor social e da irrelevância encoraja o consumo de procedimentos estéticos e a adesão a padrões efêmeros de beleza. A falta de equilíbrio entre juventude e maturidade, *puer* e *senex*, compromete a individuação e impede o desenvolvimento de uma personalidade equilibrada e integrada.

No contexto da psicologia junguiana, a valorização excessiva da aparência jovem e o desprezo pela maturidade e pela sabedoria dos mais velhos resultam em uma desarmonia arquetípica entre as forças do *puer* e do *senex*. Como Jung observa, a metanoia, processo fundamental na segunda metade da vida, deve integrar esses dois polos, promovendo um amadurecimento emocional e a aceitação do próprio envelhecimento. No entanto, em uma cultura que exalta a juventude e nega a velhice, a sociedade empurra o indivíduo para um comportamento regressivo, exacerbando o *puer* e reprimindo o *senex* impedindo o desenvolvimento de uma consciência madura e autônoma, dificultando a busca por autoconhecimento e aceitação do ciclo natural da vida.

A *metanoia* é um processo de transformação psicológica que se torna especialmente relevante no envelhecimento. Durante essa fase da vida, o indivíduo é convidado a redirecionar seu foco do mundo externo para o mundo interno, promovendo uma profunda integração entre o consciente e o inconsciente. A *metanoia* permite que o idoso enfrente e integre aspectos sombrios e reprimidos de sua psique, levando a uma maior realização do self. Esse processo não só confere significado à segunda metade da

vida, mas também promove um envelhecimento mais consciente e enriquecedor, onde a aceitação da finitude é vista como parte natural e necessária do desenvolvimento humano.

Portanto, o confronto com a própria finitude, em vez de ser temido, deveria ser incorporado ao processo de autoconhecimento e transformação pessoal. O arquétipo do *senex*, quando equilibrado com a energia do *puer*, permite uma transição mais consciente para a maturidade, fortalecendo a autenticidade e promovendo uma aceitação saudável do envelhecimento.

Embora a literatura enfatize amplamente o diálogo entre o ego e o Self na *metanoia*, a relação entre o ego e outros eixos, como o ego-persona e o ego-*puer-senex*, também se mostra fundamental para as transformações da personalidade. Ainda que, o foco muitas vezes esteja na relação ego-Self, especialmente na segunda metade da vida, estudos de autores junguianos indicam que a *metanoia* só pode ser verdadeiramente transformadora em indivíduos com uma autonomia egóica capaz de interagir com diversas expressões psíquicas sem se identificar totalmente com nenhuma delas, ou com um dos polos.

O contato com o Self traz ao ego uma sensação de unidade, mesmo em períodos de instabilidade ou caos, além de evidenciar a necessidade de integrar novos conteúdos e formas de ser. Esse contato com o Self é profundamente energizante, pois abre caminhos originais e altamente significativos para o desenvolvimento da vida.

Entretanto, para que os direcionamentos apontados pelo Self se concretizem, é necessário que, na meia-idade, o indivíduo também reconheça e responda às exigências de sua sociedade, mediadas pela relação entre o ego e a persona. Esse diálogo com a persona permite que as expressões do self sejam realizadas através dos diferentes papéis que o indivíduo pode desempenhar e promove uma flexibilidade que impede o endurecimento em uma única forma de exercer esses papéis

A pressão social contemporânea para manter uma aparência jovem pode ser vista como uma forma de resistência a esse processo natural de individuação. A busca incessante por juventude e beleza pode refletir um medo profundo da própria mortalidade e uma dificuldade em enfrentar as questões existenciais que surgem com o envelhecimento. Ao tentar manter uma aparência jovem através de procedimentos estéticos, os indivíduos podem estar, inconscientemente, evitando a confrontação com a própria impermanência e a necessidade de um crescimento psicológico mais profundo.

Jung argumentava que a rejeição dos sinais naturais de envelhecimento pode simbolizar uma rejeição da própria sabedoria que vem com a idade. Em vez de abraçar a maturidade e o desenvolvimento interior que o envelhecimento oferece, muitos recorrem a intervenções estéticas como uma maneira de manter uma fachada de juventude e vitalidade, ignorando o potencial de crescimento que essa fase da vida pode proporcionar. Essa busca por uma aparência jovem pode ser, portanto, um reflexo de uma falta de aceitação dos aspectos mais profundos e significativos do próprio ser.

A segunda metade da vida adulta é enfatizada como um período de profundo aprendizado e desenvolvimento na psicologia analítica, comparável em significância à adolescência e juventude. Jung vê essa fase como um momento privilegiado de autoconhecimento e transformação interior, em que o indivíduo, através do processo de metanoia, é convidado a redirecionar seu foco para o próprio desenvolvimento psíquico. Essa fase da vida, embora frequentemente negligenciada como período de aprendizado, oferece oportunidades fundamentais para a ampliação da sabedoria e da compreensão de si mesmo.

Nesse sentido, a psicologia junguiana oferece uma alternativa valiosa ao entendimento moderno da velhice e dos procedimentos estéticos: ao invés de alimentar uma luta contra o tempo e uma conformidade com padrões externos, promove-se a aceitação da idade como parte do processo de individuação, possibilitando ao indivíduo viver uma vida mais autêntica, longe das pressões alienantes do consumo e das imposições da cultura estética fast.

O pensamento crítico de Jung sugere que o desejo por procedimentos estéticos pode ser interpretado como uma tentativa de compensar uma sensação de inadequação interna e um medo existencial que não está sendo devidamente abordado. Em vez de aceitar e integrar a própria experiência de vida, muitos podem estar tentando negar ou fugir da realidade inevitável do envelhecimento. A psicologia analítica de Jung nos convida a considerar o envelhecimento não apenas como uma questão estética, mas como uma oportunidade para um aprofundamento e uma transformação psicológica significativa.

Portanto, ao refletirmos sobre o aumento de procedimentos estéticos na terceira idade, é essencial reconhecer que essas escolhas podem ser indicativas de uma resistência mais profunda às mudanças inevitáveis da vida. Compreender essas motivações à luz da

psicologia analítica oferece uma perspectiva mais rica e compreensiva sobre como a sociedade pode apoiar os indivíduos a encontrar um equilíbrio saudável entre a aceitação de si mesmos e o desejo de permanecer relevante e valorizado.

REFERÊNCIAS

ARCURI, I. G. (2012). **Velhice e Espiritualidade – Metanoia**, “A segunda metade da vida”, segundo Carl Gustav Jung. São Paulo, SP: Revista Kairós – Gerontologia, 15(2), 87-104. Acessado em 12 julho, 2024, de: <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/13797/10185>.

BAUMAN, Zygmunt. **Modernidade Líquida**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2001.

_____. **Vida para Consumo: a transformação das pessoas em mercadoria**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2008.

BRASIL. Secretaria Especial de Comunicação Social. Censo 2022: número de idosos na população do país cresceu 57,4% em 12 anos. Disponível em: <https://www.gov.br/secom/pt-br/assuntos/noticias/2023/10/censo-2022-numero-de-idosos-na-populacao-do-pais-cresceu-57-4-em-12-anos>. Acesso em: 12 jul. 2024.

CHINA, D. L.; FRANK, I. M.; SILVA, J. B. da; ALMEIDA, E. B. de; SILVA, T. B. L. da. Envelhecimento Ativo e Fatores Associados. **Revista Kairós-Gerontologia**, [S. l.], v. 24, p. 141–156, 2021. DOI: 10.23925/2176-901X.2021v24i0p141-156. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/53768>. Acesso em: 21 out. 2024.

COSTA, Vânia Herédia da; DA SILVA, Jussara Miranda Silveira. **Velhice em tempo de incertezas**. E-PSICO, Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Disponível em: <https://www.ufrgs.br/e-psico/index.php/velhice/>. Acesso em: 21 out. 2024.

FEATHERSTONE, M. (2010). **Body, Image and Affect in Consumer Culture**. *Body & Society*, 16(1), 193-221.

FEIJÓ, M. C. C.; MEDEIROS, S. A. R. **A sociedade histórica dos velhos e a conquista de direitos de cidadania**. *Revista Kairós Gerontologia*, 14(1), ISSN 2176- 901X, São Paulo, 2011.

HAN, Byung-Chul. **Psicopolítica: O Neoliberalismo e as Novas Técnicas de Poder**. Belo Horizonte: Autêntica, 2014

_____. **Não-Coisas: Queda no Mundo das Coisas e Ascensão dos Não-Objetos**. Petrópolis: Vozes, 2022.

HILLMAN, James. **O livro do puer: ensaios sobre o arquétipo do puer aeternus**. São Paulo: Paulus, 1999.

_____. **A Força do Caráter e poética de uma vida longa**. Rio de Janeiro: Objetiva, 2001.

HOLLIS, James. **A Passagem do Meio**: da miséria ao significado na meia-idade. São Paulo: Paulus, 1995.

JONES, M. (2018). **The Impact of Media Representation on the Perception of Aging**. *Journal of Aging Studies*, 42, 56-63.

JUNG, C. G. **Modern Man in Search of a Soul**. New York: Harcourt Brace, 1933.

_____ **Tipos psicológicos** - Obras completas de C.G. Jung, Volume VI. Petrópolis, RJ: Editora Vozes, 1991.

_____ **A natureza da psique**. 5.ed. Petrópolis: Vozes, 2000.

_____ **O eu e o inconsciente**. 21.ed. Petrópolis: Vozes, 2008.

_____ **Memórias, sonhos, reflexões**. 31. e.d. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2016

LIRA, A. G. et al.. Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 66, n. 3, p. 164–171, jul. 2017.

MARQUES, Â; MATOS, H. **Comunicação e Política: capital social, reconhecimento e deliberação pública**. São Paulo: Summus, 2011.

MARTINS, Carla. Como o aumento dos procedimentos estéticos no Brasil impacta os planos de saúde. JOTA, 21 maio 2024. Disponível em: <https://www.jota.info/tributos-e-empresas/saude/como-o-aumento-dos-procedimentos-esteticos-no-brasil-impacta-os-planos-de-saude-21052024>. Acesso em: 10 ago. 2024.

PANDINI, A.L.R. **Metanoia: caminho para o desenvolvimento do meio da vida**. São Paulo, 2014. 175f. Dissertação (Mestrado em Ciências) pelo Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo.

PENNA, J. O. de Meira. **Em Berço Esplêndido: Ensaios de Psicologia Social e Política Brasileira**. Rio de Janeiro: Instituto Liberal, 1994.

SAMPAIO, A. C. Pelo resgate de envelhecer sem estigmas. *Colloquium Socialis, Presidente Prudente*, v. 01, n. Especial 2, 2017.

SILVA, J. A., Costa, M. R., & Oliveira, L. M. (2022). A Percepção da Autoimagem e o Impacto das Cirurgias Plásticas em Idosos. *Revista Brasileira de Psicologia e Saúde*, 15(3), 112-127.

SILVA, Júlia Mantovani da. A busca excessiva pela juventude eterna é prejudicial para toda a sociedade. *Jornal da USP*, 9 fev. 2022. Disponível em: <https://jornal.usp.br/atualidades/a-busca-excessiva-pela-juventude-eterna-e-prejudicial-para-toda-sociedade/>. Acesso em: 01 ago. 2024

Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica (SBPC). (2018). **Levantamento Nacional de Procedimentos Estéticos**. Disponível em: www.sbc.org.br.

Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica. (2023). Relatório Anual de Procedimentos Estéticos 2023. Disponível em: www.sbc.org.br/relatorio2023.

Sociedade Internacional de Cirurgia Plástica Estética (ISAPS). (2023). **Relatório Global de Procedimentos Estéticos 2023**. Disponível em: www.isaps.org.