

HELENA ESPÍRITO-SANTO
FERNANDA DANIEL
(COORDS.)

IMPrensa DA
UNIVERSIDADE
DE COIMBRA
COIMBRA
UNIVERSITY
PRESS

TRAJETOS DO ENVELHECIMENTO

PERSPETIVAS TEÓRICAS E EMPÍRICAS



10. REDES SOCIAIS PESSOAIS E TRAJETÓRIAS DE ENVELHECIMENTO: UMA PERSPETIVA ETÁRIA E DE GÉNERO

*Sónia Guadalupe, Henrique Testa Vicente,
Fernanda Daniel e Rosa Monteiro*

INTRODUÇÃO

A diversidade e a qualidade de interações que estabelecemos permitem-nos a construção de repertórios que se modificam nas trajetórias das nossas vidas. As redes sociais pessoais constituem o universo relacional de cada um de nós, sendo consideradas por Sluzki (1996, pp. 13, 42) como o «conjunto de seres com quem interatuamos de maneira regular, com quem conversamos, com quem intercambiamos sinais que nos corporizam, que nos fazem reais», reportando-se a «todas as relações que um indivíduo percebe como significativas ou define como diferenciadas da massa anónima da sociedade», correspondendo ao que o autor alude como o «nicho interpessoal do indivíduo». Estas redes sociais são também designadas na literatura como «micro-rede» (Sluzki, 1996), «rede egocêntrica» e «rede egocentrada» (Milardo, 1988).

A dinâmica das redes sociais pessoais, cruzada pelas dimensões do espaço e do tempo, tem uma influência determinante nas trajetórias individuais. Assim, as características da rede transformam-se

e (re)constroem-se por influência dos contextos, que podem ou não ser explorados, das escolhas efetuadas e das circunstâncias e constrangimentos pessoais e sociais que são vivenciados (Daniel, Ribeiro, & Guadalupe, 2011). Por isso, as redes são mutáveis, flexíveis e cambiantes, resultando a sua evolução de um processo contínuo de transações, dinâmicas e escolhas determinadas pelos atributos pessoais, pelos interesses e necessidades, pelas circunstâncias e constrangimentos, funcionando como eixos de pertença ou não a determinadas esferas da vida relacional (Meléndez-Moral, Tomás-Miguel, & Navarro-Pardo, 2007).

Nas últimas fases do ciclo de vida, as redes sociais pessoais e as (mudanças nas) suas características assumem particular interesse. Não obstante a tendência para categorizar o envelhecimento como processo neutro e homogêneo, há que reconhecer a diversidade nas experiências dos sujeitos, marcadas por condicionalismos da própria idade. Assim, as trajetórias heterogêneas no envelhecimento e na velhice são multideterminadas por marcadores sociais, processos e acontecimentos de vida.

As características das redes na velhice espelham esse *multiversus*, sendo destacadas comumente algumas variáveis que marcam estrutural e funcionalmente as relações interpessoais que serão abordadas brevemente. São elas a idade e o sexo, mas também a escolaridade, o estado civil, a composição familiar, as ruturas relacionais como o divórcio, os processos migratórios, a participação social, o (des)emprego, a aposentação, a saúde/doença e a autonomia, a institucionalização, entre outras. Apesar de analiticamente serem autonomizáveis, estas variáveis emergem intrincadas nos percursos de vida. Se a compreensão holística destas questões é uma assunção, a abordagem à sua complexidade afigura-se como um desafio inultrapassável, pelo que dedicaremos particular atenção neste capítulo aos marcadores associados à idade e ao sexo. A conexão entre tais marcadores sociais reporta-se tanto às mudanças ocorridas na

passagem do tempo, como a acontecimentos que sucedem ao longo da vida (Arber & Ginn, 1996), com correlatos nas redes sociais.

REDES SOCIAIS PESSOAIS, IDADE E CICLO DE VIDA

O agudizar do envelhecimento populacional nas sociedades ocidentais e os desafios de uma vida mais longa, ativa e saudável, trazem variantes e *nuances* que desafiam a normatividade. Sendo a idade cronológica uma categoria normativa que impõe constrangimentos aos sujeitos, determinando papéis sociais, identidades e, por isso, interações, refletimos aqui acerca da sua relação com as redundâncias nas configurações das redes sociais pessoais.

Se nos reportarmos às redes sociais pessoais a partir da variável idade, verificamos uma flutuação ao longo do ciclo de vida, marcada por períodos expansionistas e de retração. Estes são motivados, quer por acontecimentos tidos como normativos, quer por acontecimentos acidentais, para além das idiossincrasias de cada sujeito e do seu percurso de vida. Temos, assim, a possibilidade de traçar um mapa evolutivo, não linear, a partir de um conjunto de generalizações que usualmente são referidas como típicas do ciclo vital. Sluzki (1996) e Meléndez-Moral et al. (2007) propõem-nos olhar esse movimento diacrónico como um plano inclinado, ora ascendente, ora descendente, conforme o tempo e o espaço vividos. Olsen, Iversen e Sabroe (1991, p. 768) alertam para a imprescindibilidade de integrar sempre esta variável na investigação sobre redes, para evitar distorções metodológicas, pois «a estrutura da rede social muda ao longo da vida e as fontes de suporte social que promovem a saúde mudam igualmente».

Nas primeiras etapas da infância, as relações interpessoais são mediadas pelas opções dos adultos, mas o processo de expansão relacional inicia-se com interações temporárias ou de continuidade,

umentando a rede da criança e dando azo a relações significativas (Meléndez-Moral et al., 2007). Sluzki (1996) considera também a primeira época da vida como um polo de expansão relacional, nomeadamente quando explora o contexto escolar, onde a criança, dotada de maior autonomia, incorpora novos vínculos e vai concedendo maior importância às relações de amizade com os seus pares (Meléndez-Moral et al., 2007). Na adolescência a rede social pessoal tende a sofrer uma nova transformação, sendo ampliada e convertida numa fonte de autoestima e de aceitação por parte de outras relações exploradas para além do círculo familiar (idem).

A transição da juventude para a idade adulta implica todo um conjunto de modificações estruturais e funcionais, supondo a assunção de novos papéis (Meléndez-Moral et al., 2007). Nesta fase, Sluzki (1996) sublinha a relevância do papel das relações íntimas estáveis, que proporcionam o alargamento da rede às esferas relacionais do outro. A conjugalidade tem, aliás, sido referida como uma importante fonte de apoio (Berkman & Syme, 1979; Burholt & Dobbs, 2014; Wu & Pollard, 1998). As transformações próprias desta nova situação são ainda mais acentuadas quando há filhos, com novas exigências, novos papéis dos pais e dos que os rodeiam, e novas relações com pessoas e com sistemas formais e informais. Note-se que os autores que se dedicam a estudar o ciclo vital da família usam o nascimento e o crescimento dos filhos como marcadores das suas transições (Alarcão, 2000; Carter & McGoldrick, 1989; Relvas, 1996), apresentando cada uma das fases diferentes implicações tanto na manutenção como na ampliação das redes parentais, ditadas por movimentos ora centrípetos, ora centrífugos no funcionamento familiar.

Os movimentos de retração e de expansão nas redes associados à conjugalidade são também ditados pela possível interrupção de relações estáveis, por ruturas/separações e pelos cortes relacionais associados. Estes implicam geralmente uma redefinição e potencial renovação das redes com novas pessoas e diferentes arranjos

relacionais e familiares. Se por um lado, nesta fase da vida, o casamento e a presença de crianças em casa são tidos como potencialmente protetores (Berkman & Syme, 1979; Li & Zhang, 2015), são também referidos na literatura como constringendo a formação de novos laços, restringindo-os a relações familiares e de vizinhança (Moore, 1990), mas, por outro lado, podem igualmente potenciar relações com redes informais, no contacto com outros pais, ou formais, no contacto com creches e infantários ou outras instituições de apoio médico e social (Relvas, 1996).

Na fase da família com filhos adultos, verificamos geralmente múltiplas entradas e saídas no sistema: se os filhos vão saindo, entram genros, noras, «compadres» e «comadres», assim como netos, que concretizam vínculos entre diferentes famílias de origem (Relvas, 1996) e respetivas redes relacionais. Mas os idosos casados tendem a circunscrever a sociabilidade à família (Litwin, 1995), apresentando os não-casados redes menos circunscritas e mais ligadas a relações de amizade (Keith, 1986a, 1986b), o mesmo verificando-se entre os que não têm filhos (Côca, Vicente, & Sousa, 2015; Guadalupe, Gomes, Daniel, Cardoso, & Vicente, 2015).

Também na vida adulta, o mundo de trabalho converte-se numa potencial fonte de apoio (Meléndez-Moral et al., 2007), acrescentando um campo relacional importante, valorizado e tido como constitutivo da identidade e da inclusão social no mundo contemporâneo. É também o contacto quotidiano com este mundo do trabalho que se perde aquando da aposentação, constituindo-se esta como um fator potencial de quebra relacional (Fonseca, 2005, 2009; Paúl, 2005). Este acontecimento do curso de vida, porque decretado socialmente, associa-se a uma metamorfose identitária, com um processo tanto mais difícil de ultrapassar se a respetiva biografia profissional estiver associada ao exercício de poder.

No século passado, várias teorias foram sendo formuladas para explicar padrões-tipo de ajustamento à velhice, nomeadamente a

teoria do desligamento, também conceptualizada como teoria do desengajamento ou do afastamento e, noutro sentido, a teoria da atividade. De acordo com os postulados da primeira, o mecanismo básico que explicaria o padrão típico de ajustamento à velhice seria o «desligamento», isto é, o desencontro progressivo entre a pessoa idosa e os outros, na transição e adaptação à reforma e velhice, que se traduz num decréscimo de contactos (Fonseca, 2011). Num contexto determinado por imperativos sociais, a idade cronológica associada em cada sociedade à idade da reforma, ganha novamente força como marcador normativo. Contudo, importa assinalar que o desligamento e o afastamento do envolvimento social dos idosos não correspondem a um padrão típico de ajustamento à velhice nem se trata de um processo adaptativo universal e inevitável (Fonseca, 2005). Segundo Hoffman, Paris e Hall (1994) existem múltiplas formas de adaptação ao envelhecimento que reproduzem padrões de interação social adotados durante o decorrer da sua vida, ou seja, pessoas idosas desligadas eram também adultos jovens e de meia-idade desligados. Segundo a teoria da atividade, a adaptação ao envelhecimento seria facilitada pela manutenção de diferentes categorias de atividades (informais, formais e solitárias) que podem melhorar a qualidade de vida das pessoas idosas (Wienclaw, 2015) e facilitar a adaptação à reforma.

Na literatura é possível identificar duas tendências na evolução das redes com o envelhecimento: a contração e o progressivo familismo. Abordaremos agora cada uma em pormenor.

Contração da rede. Sluzki (1996) usa a metáfora da extinção progressiva da galáxia para assinalar o movimento de retração que geralmente se observa chegada a fase mais tardia da vida. As relações interpessoais vão-se desativando numa etapa fortemente marcada por perdas. Neste contexto podem ser referenciadas perdas relacionais, geracionais, perdas nas referências identitárias e perdas de autonomia.

Os laços extrafamiliares tendem a atingir o seu pico até aos 30 anos de idade e a declinar a partir dessa idade (Moore, 1990). Olsen et al. (1991) num estudo com 1.500 homens profissionalmente ativos, com idades entre os 16 e os 74 anos, sobre a relação entre a idade, o bem-estar e as fontes de suporte social, corrobora esta ideia de que as relações de amizade são referidas como mais importantes que as familiares no grupo etário até aos 30 anos, decrescendo a partir daqui. Neste estudo verificou-se que o suporte da família e dos amigos era mais prevalente nos mais jovens, mas tinha impacte na saúde, tanto nos mais novos, como nos mais velhos, sendo que o apoio da companheira aumentava com a idade, declinando a relevância dos amigos no grupo dos mais velhos e aumentando a relevância do suporte dos filhos (Olsen et al., 1991).

Cabral, Ferreira, Silva, Jerónimo e Marques (2013), num estudo em Portugal, com uma amostra de 916 indivíduos com mais de 50 anos, sobre o tamanho da rede interpessoal de confiança (entendido como o número de pessoas com que falaram no último ano sobre coisas importantes), obtiveram dimensões com uma variação entre 1 e 8 membros, não tendo encontrado diferenças significativas entre os grupos etários em análise (50-64; 65-74; 75 e mais anos de idade), sendo o grupo dos mais velhos a revelar uma dimensão menor da rede. As médias de cada grupo variam entre 2,23 e 2,47 elementos, o que releva redes muito restritas no tamanho, o que se deverá ao que foi perguntado e estava em avaliação (relações de confiança). Na mesma linha, nos Estados Unidos da América (EUA), McPherson, Smith-Lovin e Brashears (2006) replicaram a metodologia que Marsden usou no *General Social Survey* de 1985, apontando para que as redes de confidentes tenham reduzido em cerca de um terço, entre essa data e 2004, sendo neste estudo apontadas duas pessoas (2,08) com que cada participante discutiria assuntos importantes. A mudança detetada por este estudo nas redes de proximidade nos EUA é considerada, em parte, como um artificialismo metodológico

(Parigi & Henson, 2014), sendo central a clarificação do gerador de rede na avaliação das redes sociais. No entanto, independentemente das opções metodológicas, a literatura aponta para que exista uma associação negativa entre a idade e o tamanho da rede (Cornwell, Laumann, & Schumm, 2008).

A própria mortalidade tem como preditores os laços sociais. O *Alameda County Study* (EUA; Berkman & Syme, 1979), um estudo longitudinal que se tornou clássico, seguiu ao longo de nove anos uma amostra aleatória inicial de 6.928 adultos, tendo revelado que as pessoas com menos vínculos sociais e comunitários apresentavam maior risco ou maior probabilidade de morrer nesse período de seguimento, mesmo controlando variáveis como o estado físico da pessoa, o seu estatuto socioeconômico, práticas de saúde, entre outras, revelando a fulcral importância que as redes sociais podem ter na longevidade da pessoa. A associação entre redes sociais e risco de mortalidade em idosos é reafirmada por um estudo longitudinal de 20 anos com população holandesa, em que os resultados apontam para que o risco de mortalidade diminua sobretudo atendendo à amplitude e diversidade das redes, isto é, à sua estrutura, sendo indiretamente influenciado pela dimensão funcional (Ellwardt, van Tilburg, Aartsen, Wittek, & Steverink, 2015).

Sintetizando, nesta perspectiva evolutiva da rede social, podemos identificar três grandes fases sequenciais (Daniel et al., 2011; Sluzki, 1996): (1) uma curva de ascensão nos primeiros anos de vida, até a idade adulta, pela incorporação de novos vínculos adquiridos na escola, na adolescência, em atividades de lazer e no trabalho; (2) seguida por um período de estabilidade, associado geralmente à conjugalidade, ao nascimento dos filhos e ao trabalho; (3) a última etapa da vida, com uma retração da rede social, na qual as relações se vão desvanecendo ou mesmo extinguindo. A teoria da seletividade socioemocional enunciada por Carstensen, Isaacowitz e Charles (1999) sublinha a relevância do tempo como preditor da definição

de objetivos de vida e das relações interpessoais que escolhemos para preenchê-los, sendo que quando o tempo é perspectivado como limitado, na velhice, tendem a ter uma elevada prioridade o suporte social e a interação social com laços fortes e com retorno emocional.

Apesar de a ideia de restrição das redes sociais ser apontada como fazendo parte do processo dito natural do envelhecimento (Sluzki, 1996; Sousa, Figueiredo, & Cerqueira, 2004), associando a esta fase de vida uma sucessão de dificuldades que tornam mais difícil a manutenção de relações sociais, revela-se frequentemente uma tendência disruptiva nas redes sociais pessoais. A fragilização das redes na velhice resulta sobretudo de quatro fatores interligados entre si, com efeito cumulativo (Sluzki, 1996): contração da rede; diminuição das oportunidades de renovação dos vínculos; menor energia para ativar, manter ativos e mobilizar os vínculos da rede; perdas geracionais. Este processo de desativação gradual é descrito por Norbert Elias (2001) no livro «A solidão dos moribundos» como um enfraquecimento e arrefecimento dos laços sociais, refletindo-se em parte no que Kuypers e Bengtson (1973) designam por quebra social.

A estes fatores de contração da rede podem acrescentar-se: a vulnerabilidade pessoal; a existência de obstáculos e barreiras ambientais e contextuais desfavoráveis à manutenção da interação social; os conflitos relacionais ao longo da vida; a falta de motivação e comportamentos acomodativos; a aposentação e conseqüente abandono das relações quotidianas no mundo laboral; o declínio das capacidades físicas e cognitivas; a eventual institucionalização; entre outros determinantes (Arias, 2009; Daniel et al., 2011; Meléndez-Moral et al., 2007; Paúl, 2005; Rioseco, Quezada, Ducci, & Torres, 2008; Sluzki, 1996; Sousa et al., 2004). O que se acaba de referir evoca uma profunda paradoxalidade no envelhecimento populacional que vivenciamos. Se no plano individual, uma maior longevidade traz um potencial favorável de participação na vida social, mais liberto

de obrigações formais, viver mais também tem como corolário estar mais exposto a doenças crônicas, polipatologias e comorbilidades (Cabral et al., 2002) que restringem a disponibilidade para a vida ativa, assim como favorecem o isolamento e a redução da extensão das redes pessoais e sociais (Meléndez-Moral et al., 2007). Litwin e Shiovitz-Ezra (2011), num estudo com 1.462 americanos com mais de 65 anos de idade, concluem que os inquiridos com tipos de redes sociais caracterizados por um capital social mais elevado tendem a evidenciar melhor qualidade de vida reportando menos solidão, menos ansiedade e maior felicidade.

O progressivo desaparecimento de pessoas da mesma geração, que significa a perda de partes significativas da estória pessoal, impedindo a partilha de memórias comuns (Paúl, 2005; Sluzki, 1996), é fulcral nesta abordagem deficitária das redes sociais pessoais nas pessoas idosas. Esta dimensão temporal das perdas marca intemporalmente as obras literárias, podendo sintetizá-la na máxima «ao seguir a sombra, o tempo envelhece depressa» num fragmento pré-socrático atribuído a Crítias evocado no título do romance de Antonio Tabucchi (2010, p. 69) onde uma das personagens do conto «Os mortos à mesa» declara metaforicamente este sentir: «(...) já vivi muito, a partir de certa idade lembramo-nos dos que já nos deixaram, olha-se para trás, para a rede que nos ligava, para a rede esburacada dos que andavam à pesca, e vê-se que já foram todos pescados (...)».

Estudos longitudinais têm reportado áreas de estabilidade e de mudança nas redes, tais como o *The Berkeley Older Generation Study* de Field e Minkler (1988) que acompanhou uma geração durante 58 anos subdividida em três subamostras («young-old», «old-old» e «very-old» com < 74 anos, 74-84 e 85-93 anos, respetivamente) analisando mudança e continuidade na frequência de contactos associados ao suporte social. Os resultados apontaram uma estabilidade considerável dos contactos associados ao suporte social, a qual estava sobretudo

associada às relações familiares, tidas como mais perenes. Já no campo das relações extrafamiliares, foram identificadas mudanças, com um declínio dos contactos nos homens (mas não nas mulheres) e no grupo mais idoso.

Por outro lado, como referimos antes, também nas fases tardias da vida se podem abrir e explorar contextos de partilha, até então inexplorados, e se integram novos vínculos significativos (Arias, 2009), sendo as trajetórias de envelhecimento mais heterogéneas do que algumas análises neutralizadoras parecem fazer crer. As atividades ocupacionais são exemplo disso. Um estudo com 351 frequentadores de universidades para seniores em Portugal (com idades dos 53 aos 83 anos), utilizadores de meios informáticos, aponta para que utilizem a internet com o objetivo de passarem o tempo e de se manterem informados, mas também para contacto com familiares e amigos e para fazerem novos amigos (Silva, 2011). No entanto, estas relações nem sempre serão valorizadas como significativas para serem consideradas como parte integrante da sua rede social pessoal. O mesmo acontece com as relações institucionais, pois se o recurso a serviços de apoio, ou mesmo a institucionalização, pode significar redução da rede pessoal, pode também contribuir para ampliá-la, pelo contacto com pares, com pessoas que prestam esses serviços, entre outras com as quais a relação com este contexto coloca em contacto. A viuvez nas mulheres é também apontada como um possível fator para encetar novos relacionamentos sociais, sobretudo com outras viúvas, o que já não se verifica nos homens (Arber, Davidson, & Ginn, 2003).

Os aspetos que influenciam a perda de laços relacionais que verificamos geralmente na idade tardia estarão necessariamente intrincados ao longo de todo este processo, conjugando-se outras variáveis tão ou mais relevantes do que a idade (Arias, 2009). Neste sentido, Arber et al. (2003) entendem que as transformações nos papéis sociais e nas relações interpessoais poderão estar mais

relacionadas com mudanças sociais e económicas do que com o processo de envelhecimento em si mesmo.

Familismo. Ainda assim, é genericamente aceite que as pessoas idosas tendem a ver reduzidos os seus contactos sociais e o seu envolvimento com vínculos extrafamiliares, ficando cada vez mais centradas no campo das relações familiares (Antonucci & Akiyama, 1987; Cabral et al., 2013; Field & Minkler, 1988; Ham-Chande, Zepeda, & Martínez, 2003; Meléndez-Moral et al., 2007; Valle & García, 1994). Em Portugal, esta tendência familista nas redes sociais (Portugal, 2011) é sublinhada relativamente à população em geral, independentemente da idade. A centração nos laços de parentesco parece dever-se à perspectiva de perenidade destas relações quando comparadas com outro tipo de relações mais suscetíveis a flutuações e à erosão, sendo estes laços encarados como «âncoras instrumentais e afetivas», ou seja, «elementos estruturantes do desenho das redes sociais» (Portugal, 2014, p. 208). Sílvia Portugal (2011) refere ainda um familismo moral associado aos cuidados aos idosos no nosso país, como um exemplo de dádiva familiar, inserida numa norma de reciprocidade que se estende ao longo da história familiar. Esta significaria uma possibilidade de inversão da assimetria nos fluxos de suporte em vigor até essas idades avançadas (Portugal, 2011, 2014), dádiva marcada pelo papel das mulheres enquanto cuidadoras. Esta questão é tão mais relevante em Portugal, quanto mais a proteção social, o bem-estar e o cuidar dependem, em grande medida, de um modelo assente nas solidariedades familiares e nas transferências transgeracionais (Portugal, 2014), face à retração da proteção das políticas públicas.

No contexto nacional, um estudo sobre relações inter(intra)geracionais de indivíduos pertencentes a famílias com quatro gerações vivas facultou suporte empírico ao mapa evolutivo acima traçado, com um aumento gradual do número e diversidade dos laços durante as primeiras fases do ciclo vital e declínio nas fases finais

da vida (Vicente & Sousa, 2012). Este movimento era evidenciado pelas diferenças no tamanho da rede consoante as gerações e por características estruturais que indicavam uma organização dos laços significativamente distinta entre as gerações intermédias e as limítrofes (as duas gerações mais nova e mais idosa). Para os autores, a rede social primordial do indivíduo consistiria num núcleo denso e homogéneo de relações sociais, evoluiria com o desenvolvimento físico e psicológico do sujeito, mas acabaria no final do ciclo vital por recriar a homogeneidade dos primeiros anos, em torno da relação entre pais (muito idosos) e filhos (de meia idade ou idosos). Segundo Vicente (2010, p. 78) «tal como a hipótese da teoria da grande explosão e da grande contração, explicativa do nascimento e morte do universo que habitamos, também o universo relacional de um indivíduo parece emergir de um núcleo denso, na forma de um triângulo constituído por mãe, pai e filho, expandindo-se em alcance e diversidade ao longo dos anos, ao que se segue, no final da vida, um retorno à situação primordial da relação entre duas gerações contíguas. As relações intergeracionais entre pais e filhos parecem ser o alfa e ómega da rede social pessoal de um indivíduo».

AS REDES SOCIAIS PESSOAIS SEGUNDO O SEXO

O sexo é um outro marcador social que tem assumido uma relevância compreensiva nos estudos das redes sociais pessoais. Sendo nas idades mais avançadas que as relações de masculinidade desequilibradas se acentuam com vantagem numérica para as mulheres (Daniel, 2011), a feminização da velhice torna fulcral um investimento investigativo em torno destas questões. Seguidamente será abordada a relação entre as redes e as relações sociais de género numa dupla vertente de análise: a constituição das redes e as suas funções.

Estrutura reticular numa perspetiva de género. Têm sido detetadas diferenças na composição das redes pessoais de homens e mulheres (Ibarra, 1997; Keith, 1986b; Marsden, 1987; Moore, 1990; Scott & Wenger, 1996). Ao longo da vida, as redes das mulheres são mais constituídas por familiares, enquanto as dos homens são mais diversificadas, incluindo mais colegas de trabalho e relacionamentos na esfera pública, por exemplo (Marsden, 1987; Moore, 1990). Com efeito, enquanto as redes dos homens tendem a ser constituídas por mais pessoas de fora da família, amigos, colegas de trabalho; as redes das mulheres são mais amplas do que as dos homens (embora constituídas essencialmente de familiares e vizinhos). As mulheres apresentam uma tendência para serem quem «mantém as relações com a família», fazendo sobreviver os contactos e as redes familiares para os vários membros da família alargada (Arber et al., 2003; Moore, 1990). São elas que tecem e mantêm os laços, sendo tal evidenciado num estudo sobre funções desempenhadas no seio de famílias multigeracionais, em que foram analisados três papéis distintos — «guardião das memórias familiares», «elo de ligação familiar» e «pronto-socorro familiar» — tendo-se verificado que todos eram maioritariamente exercidos por mulheres, embora os homens apresentassem valores percentuais próximos no exercício da função de «pronto-socorro familiar» (Vicente & Sousa, 2010).

As diferenças detetadas segundo o sexo, além de terem consequências na capacidade de mobilização de recursos sociais e profissionais por mulheres e homens, têm impacte na sua condição social e profissional (Ibarra, 1997; Kanter, 1993). Kanter (1993), por exemplo, conceptualizou a desigualdade sexual no trabalho e nas organizações como uma questão de diferença nos recursos sociais de homens e mulheres no trabalho. Como as mulheres estão em menor número nas organizações, estão em posições de menor poder e têm menos estruturas de oportunidades (e.g., quanto à formação e progressão), a sua capacidade é menor do que a dos homens, que

mobilizam recursos organizacionais e redes das quais as mulheres estão excluídas (Kanter, 1993). Por isso, as redes sociais das mulheres são menos fortes em capital social. O mesmo acontece na política, explicando, de certa forma, a reduzida presença de mulheres nos cargos de decisão, não obstante os avanços legislativos nesta matéria (Monteiro, 2011).

Dois abordagens têm procurado explicar as diferenças na composição e retorno das redes sociais pessoais de mulheres e homens: a que avança com fatores estruturais (Moore, 1990) e a que focaliza as preferências de cada sexo (Ibarra, 1997). Defensora desta última perspectiva, Ibarra (1997) entende que as mulheres preferem relações mais intensas e de maior partilha/suporte emocional, enquanto os homens procuram relações mais instrumentais.

Estudos adotando uma perspectiva estrutural e não individual ou de preferências pessoais, têm postulado o peso dos fatores estruturais na determinação das diferenças das redes sociais pessoais segundo o sexo (Moore, 1990). Seguem o axioma de Blau (1977, p. 281) de que «as associações sociais dependem das oportunidades de contacto social». Tomando como pressuposto a força da ideologia patriarcal, que circunscreve as mulheres à esfera privada, domesticidade e família e os homens ao domínio público, do trabalho e da política, percebe-se que a quantidade e funcionalidade das redes de umas e outras tendam a ser diferentes. Fischer e Oliner (1983), a partir de uma pesquisa com estudantes nos EUA, concluíram que o que determina as diferenças de género nas redes são as oportunidades e os constrangimentos estruturais que, por sua vez, decorrem das posições diferentes no mercado de trabalho e na família, da escolaridade e dos rendimentos, entre outros fatores. Moore (1990) concluiu, por exemplo, que o impacto das variáveis estruturais conjugadas com o género é imenso, uma vez que homens e mulheres com as mesmas características profissionais apresentavam redes de não familiares semelhantes.

Enviesadamente explicada por características estereotipadas de homens e mulheres, designadamente, a suposta maior aptidão das mulheres para se relacionarem com pessoas próximas e íntimas, a desigualdade de composição e «força» das redes segundo o sexo encontra explicação mais sustentada nas diferenças de papéis de género que impendem sobre uns e outras. Para Amâncio (1994, p. 70), «os papéis não constituem uma realidade independente dos estereótipos, antes constituem uma dimensão da estruturação da ideologização dos seres masculino e feminino». De acordo com estes papéis sexuais e com os estereótipos, o grupo masculino, considerado grupo dominante, não se restringe a um só papel ou função como acontece com as mulheres. Estas são vistas como seres dependentes e submissos, cujas características as remetem para o campo familiar e doméstico (Amâncio, 1994). Estas representações irão refletir-se nos papéis desempenhados por homens e por mulheres nas várias esferas, assim como nas expectativas dos seus comportamentos, das instituições e das organizações.

As conceções de género determinam «quem faz o quê» com base no «como são as mulheres» e «como são os homens», são normativas e impõem-se na definição de capacidades, papéis, funções e interações diferentes para mulheres e homens (Monteiro, 2005). Se a ideologia das esferas separadas determina papéis e lugares diferenciados segundo o sexo (Monteiro, 2012), também determinará interações sociais, configurações e dinâmicas nas redes sociais pessoais. Moore (1990) confirma que as diferenças nas redes de ambos os sexos se devem ao género, ou seja, às diferenças socialmente construídas que determinam papéis e funções diferenciadas para homens e mulheres; estes, por sua vez, criam oportunidades diferenciadas para a formação de laços. No caso da presente geração masculina idosa em Portugal, os níveis de participação no domínio do trabalho acrescentaram campos relacionais, mas o abandono desta, e de outras esferas de participação social associadas ao processo de

aposentação, determina potenciais movimentos de contração e de rutura na rede. À medida que as mulheres participam no mercado de trabalho pago, ampliam a sua rede de relacionamentos com colegas e pessoas não familiares, assim como os níveis de participação comunitária, o que realça um efeito estrutural na determinação das características das redes. Um estudo brasileiro sobre envelhecimento ativo numa perspectiva de género (Campos, Ferreira, & Vargas, 2015), com uma amostra de 2.052 sujeitos com 60 e mais anos, evidenciou que, entre os homens, os fatores comportamentais e a participação comunitária foram os preditores positivos para o envelhecimento ativo; já a maioria das mulheres tinha pouca probabilidade de integrar o grupo do envelhecimento ativo, à exceção daquelas com maior nível de rendimento, autónomas e com participação comunitária.

Noutro sublinhado, um estudo longitudinal na Suécia (Dahlberg, Andersson, McKee, & Lennartsson, 2015) concluiu que as pessoas mais velhas apresentam maior solidão com o avançar do tempo, mas os preditores dessa solidão apresentam-se diferenciados segundo o sexo, sendo que nas mulheres se destacam como preditores a viuvez, a depressão, problemas e redução de mobilidade; enquanto nos homens surge exclusivamente como preditor de solidão o baixo nível e a redução de contactos sociais, evidência reforçada pelo estudo alemão com população de idade igual e superior a 75 anos de Hajek e colaboradores (2016) que reporta um efeito significativo do suporte social na qualidade de vida associada à saúde apenas na população masculina, evidenciando padrões decorrentes das relações sociais de género.

Como referimos antes, o familismo das redes é um traço comum entre homens e mulheres de idade avançada. Porém, como persiste o papel de cuidadora familiar como uma responsabilidade essencialmente feminina, a maior parte da literatura corrobora a contração familiar das redes das mulheres idosas quando comparadas com as dos homens. No entanto, Scott e Wenger (1996) fazem notar que

também se constata que as mulheres idosas tendem a apresentar mais relações extrafamiliares nas suas redes do que os homens, havendo maior probabilidade destas terem relações de confiança em maior número, mais duradouras e recíprocas com amigas, registando também maior capacidade de estabelecer novos vínculos de amizade, mesmo nas fases finais do ciclo de vida. Numa primeira fase de um estudo longitudinal num contexto rural em Gales do Norte, foi evidenciado que os homens viúvos e solteiros apresentavam maior probabilidade de deterem redes pequenas; contudo, a definição subsequente de tipologias de rede («family dependent», «locally integrated», «local self-contained», «wider community focused» e «private restricted») revelou múltiplas associações significativas com variáveis demográficas, como a idade ou o estado civil, mas não com o sexo (Wenger, 1991).

O jogo entre identidades, papéis e estruturas marca indubitavelmente as dinâmicas e configurações das redes e do suporte, mas a emergência de leituras que pontuam a heterogeneidade de trajetórias tem ganho espaço. A par, tem-se chamado a atenção para uma tendente *desgenderização* ou uma diluição das diferenças na representação social do género, sobretudo a partir das idades mais tardias (Silver, 2003). No entanto, este esbatimento progressivo parece centrar-se nos determinantes psicossociais e de personalidade, nomeadamente no microcosmo de interação social na vida privada, segundo Silver (2003), sublinhando-se a persistência de diferenças marcadas em termos socioeconómicos. No mesmo sentido, Wilson (1996) afirma que nas idades mais avançadas os estereótipos de género não se aplicam nas áreas relacionadas com a vida quotidiana, atendendo ao desvanecimento dos papéis sociais anteriormente desempenhados. Relativamente às relações interpessoais, um estudo longitudinal em Baltimore (EUA) com 1.816 indivíduos adultos, na sua maioria homens, decorrido entre 1958 e 1992 (Verbrugge, Gruber-Baldini, & Fozard, 1996), mostra que o tempo despendido

em socialização com amigos e familiares se torna muito semelhante entre homens e mulheres nas idades mais avançadas, sendo que nas faixas etárias até aos 80 anos de idade se diferenciavam de forma mais notória, com oscilações também associadas à década do estudo.

Não sendo notório um processo de *desgenderização*, atendendo às atividades distintas que ocupam as pessoas idosas, a discussão sobre a tendência para um eventual esbatimento na diferenciação de papéis de género nas idades mais avançadas encontra-se em aberto, nomeadamente quando há perdas de autonomia e dos papéis até então desempenhados.

A dimensão funcional da rede segundo o sexo. Como foi antes afirmado, enquanto os homens procuram nas suas redes sociais estabelecer relações essencialmente instrumentais, relativas à esfera profissional ou a passatempos, as mulheres procuram nas redes maior suporte emocional e relações de apoio (Ibarra, 1997). Um conjunto de estudos tem procurado relacionar analiticamente redes sociais, apoio ou suporte social e género (Gianordoli-Nascimento & Trindade, 2002; Neri, 2001; Nogueira, 2001).

É sabido que a manutenção de relações sociais com cônjuges, familiares e com amigos da mesma geração, favorece o bem-estar psicológico e social, e a qualidade de vida, em especial dos idosos (Erbo lato, 2004; Neri, 2001) e até aumenta a sobrevivência (Berkman & Syme, 1979), sendo fatores protetores relevantes. As redes proporcionam possibilidades de comunicação, de confiança (autorrevelação), sentimentos de segurança e de apoio em situações críticas. Sabe-se também que as relações sociais entre as mulheres apresentam maiores níveis de intimidade e de intensidade relacional do que os homens, embora vários estudos demonstrem que o apoio emocional recebido pelas mulheres vai diminuindo com o avanço da idade (em parte devido à viuvez), enquanto no caso dos homens ele se mantém em todas as faixas etárias (Cabral et al., 2013; Nogueira, 2001), ainda que as mulheres viúvas tendam a apresentar redes

maiores que os homens viúvos (Scott & Wenger, 1996). Devido aos papéis de gênero, as mulheres estão mais presentes em relações de convívio e entajuda informal, sendo essencialmente cuidadoras e prestadoras de apoio (Cabral et al., 2013; Gianordoli-Nascimento & Trindade, 2002; Portugal, 2014). As mulheres são também, geralmente, as mais assinaladas como fonte de apoio emocional e instrumental (Ahmad, 2011; Gianordoli-Nascimento & Trindade, 2002; Nogueira, 2001).

No caso de pessoas idosas que vivem em conjugalidade, os estudos salientam a tendência para os homens esperarem e receberem apoio (instrumental e emocional) dos seus cônjuges, ao passo que as mulheres não o procuram ou não encontram esta reciprocidade, recebendo apoio essencialmente de filhos (Ahmad, 2011; Cabral et al., 2013; Gianordoli-Nascimento & Trindade, 2002; Nogueira, 2001; Scott & Wenger, 1996). Scott e Wenger (1996) assinalam mesmo que os homens casados tendem a estabelecer relações interpessoais através das suas esposas ou dependem delas para a sua ativação. A conjugalidade, a maternidade e parentalidade, são fatores importantes nas redes. Pardo, Moral e Miguel (2008), num estudo com uma amostra de 101 idosos a viver em contexto urbano (49,5% homens e 50,5% mulheres, com uma média de idade de 73,48 anos), indicam que as principais fontes de apoio identificadas foram os cônjuges e os filhos, sendo os primeiros preferencialmente indicados pelos homens e os segundos pelas mulheres, declinando a relevância dos primeiros com as idades mais tardias. A relevância do suporte dos filhos tende a aumentar com a viuvez, nomeadamente entre os homens (Scott & Wenger, 1996). Vários autores explicam esta diferença através dos papéis de gênero (Cabral et al., 2013; Gianordoli-Nascimento & Trindade, 2002).

O estudo longitudinal na Holanda, anteriormente referenciado (Ellwardt et al., 2015), apontou para ligeiras diferenças de gênero na associação entre as dimensões estrutural e funcional das re-

des sociais pessoais na diminuição do risco de mortalidade, tendo verificado consistentes diferenças nos níveis de risco mais elevados dos homens quando vivem sós e maior probabilidade de sobrevivência nas mulheres quando estas estão rodeadas de laços que fornecem suporte emocional, diferenças estas esbatidas e não confirmadas no modelo final ajustado do estudo. Já um estudo longitudinal sobre envelhecimento em Taiwan (Liao et al., 2015) revelou que quase a totalidade dos participantes recebia suporte instrumental e dava suporte emocional a outros, tendo revelado a fulcral importância destas funções, particularmente quando o idoso se constitui como fornecedor de suporte instrumental a outros, tendo apontado uma taxa de 17% na redução do risco de mortalidade entre os idosos com baixa escolaridade.

Discutir estes e outros entrecruzamentos entre variáveis numa perspectiva de género assume forte relevância científica e social, independentemente da heterogeneidade ou homogeneidade que marque diferenças ou semelhanças nos arranjos de interação social no processo de envelhecimento.

NOTAS FINAIS A PARTIR DE RESULTADOS PRELIMINARES DO PROJETO «REDES SOCIAIS PESSOAIS DE IDOSOS PORTUGUESES»

A literatura apresenta cenários em que o sexo e a idade entrecruzam distinções marcantes nas redes sociais pessoais das pessoas idosas, parecendo esbaterem-se nas de idades mais avançadas. Os resultados do estudo sobre redes sociais pessoais de idosos portugueses, que os autores do presente capítulo se encontram a desenvolver no âmbito do Departamento de Investigação & Desenvolvimento do Instituto Superior Miguel Torga e do Centro de Estudos da População, Economia e Sociedade, apontam para a

inexistência de uma interação estatisticamente significativa entre o sexo e os grupos etários estudados quando analisamos as diferentes características estruturais, funcionais e relacionais-contextuais das redes, avaliadas pelo Instrumento de Análise da Rede Social Pessoal (Guadalupe, 2009; Guadalupe & Vicente, 2012).

A amostra não probabilística de 612 idosos portugueses evidencia uma relação amostral de quase dois terços de mulheres para cerca de um terço de homens ($n = 386$; 63,1% *versus* $n = 226$; 36,9%), sendo a maioria do/as inquirido/as casados/as (52,5%) com filho(a)s (88,2%), com escolaridade (70%) e sem apoio de respostas sociais (72%). A média de idades situa-se nos 75,6 anos de idade ($\pm 7,60$), variando entre os 65 e os 98 anos, tendo sido, para a presente análise, agrupados em três faixas etárias: «jovens velhos» (65 aos 74 anos; $n = 299$; 48,9%), «médios velhos» (75 aos 85 anos; $n = 238$; 38,9%), e «velhos velhos» (mais de 85 anos; $n = 75$; 12,3%).

A rede social pessoal dos inquiridos apresenta ao nível estrutural um tamanho médio de 7,90 indivíduos ($DP = 5,23$) (variando entre 1 e 40), uma densidade que se aproxima do nível máximo de coesão, i.e., dos 100% ($M = 95,87$; $DP = 12,02$) e uma composição familista ($M = 75,94$; $Mo = 100$). No que concerne às características funcionais da rede os dados apontam para níveis de apoio percebido e de reciprocidade elevados. Todos os tipos de suporte avaliados (emocional, material/instrumental, informativo, companhia social e acesso a novos contactos) apresentam médias que os colocam entre «algum e muito apoio», destacando-se o suporte emocional. Os respondentes dão apoio à maior parte dos membros da sua rede apresentando uma elevada reciprocidade de apoio nas redes. No que diz respeito às características relacionais-contextuais a durabilidade média das relações com os membros da rede reflete redes temporalmente longas (as três medidas de tendência central situam-se nos quarenta anos), a frequência de contactos é elevada apesar da dispersão geográfica dos membros da rede.

Foram explorados os efeitos principais do sexo e da idade nas diferentes características das redes segundo as suas dimensões estrutural, funcional e relacional-contextual (Guadalupe, 2009), através de ANOVAs de duas vias e comparações *post-hoc* com o teste Tukey HSD.

A interação entre os grupos de idade e o sexo não foi estatisticamente significativa quando analisamos as diferentes características estruturais da rede: o tamanho da rede, o número de campos relacionais, a composição da rede (tamanho dos campos relacionais e proporção ocupada por cada campo relacional na rede), e o nível de densidade da rede ($p > 0,05$). Existem contudo alguns efeitos principais a reportar relativamente aos grupos etários, tendo sido encontrados efeitos significativos na proporção das relações institucionais da rede [$F(2, 606) = 3,785$; $p = 0,023$], sendo muito maior a relevância destas no grupo dos «velhos velhos», no nível de densidade da rede [$F(2, 561) = 5,870$; $p = 0,003$], sendo menor nos «jovens velhos», e nos campos relacionais [$F(2, 606) = 3,121$; $p = 0,045$], havendo tendência para ser mais elevada a média nos «jovens velhos». Note-se que, apesar de a idade não interferir no tamanho da rede, quando era questionado se haviam percebido mudanças neste com a aposentação, 48,7% dos 594 respondentes a esta questão referiram que a rede se contraiu, sendo agora menor ou muito menor do que antes, seguindo-se os que reportaram a manutenção do seu tamanho (43,6%), sendo que apenas 7,8% referiram o seu alargamento; verificou-se ainda uma tendência (sem significado estatístico) para as mulheres apresentarem uma maior proporção na manutenção e os homens, uma maior proporção na perceção da contração da rede.

Também quando analisadas as diferentes características funcionais da rede, a interação entre os grupos etários e o sexo não foi estatisticamente significativa, nomeadamente a nível do apoio emocional, apoio material e instrumental, apoio informativo, com-

panhia social, acesso a novos contactos, e reciprocidade de apoio ($p > 0,05$). Existem contudo alguns efeitos principais a reportar relativamente aos grupos etários, tendo sido encontrados efeitos significativos no acesso a novos contactos [$F(2, 606) = 3,308$; $p = 0,037$], com tendência a ser uma função percebida como mais disponível nas redes dos «jovens velhos», e na reciprocidade de apoio [$F(2, 606) = 3,781$; $p = 0,023$], registando os «médios velhos» o nível mais elevado e não se verificando diferenças nos valores obtidos para as outras duas subamostras.

Relativamente às características relacionais-contextuais da rede, as análises revelaram igualmente que a interação entre os grupos de idade e o sexo também não foi estatisticamente significativa, tanto no que concerne à durabilidade média das relações com os membros da rede, como à frequência dos contactos ou à dispersão da residência ($p > 0,05$). No entanto, nos grupos etários verificaram-se efeitos significativos na durabilidade [$F(2, 600) = 5,071$; $p = 0,007$], sendo que os «médios velhos» apresentam redes mais estáveis temporalmente que os «jovens velhos», atendendo ao efeito idade; e menor entre os «velhos velhos» na dispersão geográfica [$F(2, 606) = 3,060$; $p = 0,048$].

Apesar destes resultados preliminares, análises detalhadas com as variáveis desagregadas proporcionam evidências adicionais a explorar em estudos futuros. Estas e outras análises serão exploradas e os resultados discutidos em artigos de divulgação dos resultados do estudo, que promete avanços na consolidação da evidência sobre as redes relacionais das pessoas de idade avançada no contexto cultural português, assim como interessantes pistas para futuras investigações na área das ciências sociais e comportamentais, colocando em relevo estes marcadores sociais e outras variáveis importantes na compreensão da dinâmica das redes e nas intervenções sociais e psicológicas que focalizam as relações interpessoais.

CONCLUSÃO

Os marcadores sociais (idade e o sexo) revelam-se importantes na compreensão da dinâmica das redes e nas intervenções que enfocam as relações interpessoais. Destaca-se, contudo, que os resultados do estudo realizado pelos autores questionam algumas hipóteses previamente estabelecidas na literatura, como a ideia da contração do tamanho da rede ou diferenciação estrutural com o avanço da idade. Destaca-se, assim, a necessidade de realizar estudos adicionais para esclarecer a dinâmica evolutiva das redes nas fases finais do ciclo de vida, nomeadamente o impacto das mudanças recentes nos papéis de género na configuração relacional dos indivíduos, impacto esse que, embora já identificável na actualidade, apenas no futuro próximo se fará sentir com maior acuidade na população idosa.

Referências bibliográficas

- Ahmad, K. (2011). Older adults' social support and its effect on their everyday self-maintenance activities: Findings from the Household Survey of Urban Lahore-Pakistan. *A Research Journal of South Asian Studies*, 26(1), 37-52.
- Alarcão, M. (2000). *(des)Equilíbrios familiares* (1.ª ed.). Coimbra: Quarteto Editores.
- Amâncio, L. B. (1994). *Masculino e feminino - A construção social da diferença*. Porto: Edições Afrontamento.
- Antonucci, T. C., & Akiyama, H. (1987). An examination of sex differences in social support among older men and women. *Sex Roles*, 17(11-12), 737-749. doi:10.1007/bf00287685
- Arber, S., & Ginn, J. (1996). «Mera conexión»: Relaciones de género y envejecimiento. In S. Arber & J. Ginn (Coords.), *Relación entre género y envejecimiento: Enfoque sociológico* (pp. 17-34). Madrid, Spain: Ediciones Narcea.
- Arber, S., Davidson, K., & Ginn, J. (2003). Changing approaches to gender and later life. In S. Arber, K. Davidson, & J. Ginn (Eds.), *Gender and ageing: Changing roles and relationships* (pp. 1-14). Berkshire, UK: Open University Press.
- Arias, C. J. (2009). La red de apoyo social en la vejez. Aportes para su evaluación. *Revista de Psicología da IMED*, 1(1), 147-158. doi:10.18256/2175-5027/psico-imed.v1n1p147-158
- Berkman, L. F., & Syme, S. L. (1979). Social networks, host resistance, and mortality: A nine-year follow-up study of Alameda County residents. *American Journal of Epidemiology*, 109(2), 186-204. doi:10.1017/cbo9780511759048.005

- Blau, P. M. (1977). *Inequality and heterogeneity: A primitive theory of social structure*. New York, NY: Free Press.
- Burholt, V., & Dobbs, C. (2014). A support network typology for application in older populations with a preponderance of multigenerational households. *Ageing & Society*, 34(7), 1142-1169. doi:10.1017/S0144686X12001511
- Cabral, M. V., Ferreira, P. M., Silva, P. A., Jerónimo, P., & Marques, T. (2013). *Processos de envelhecimento em Portugal: Usos do tempo, redes sociais e condições de vida*. Lisboa: Fundação Francisco Manuel dos Santos. Acedido em 23 de novembro de 2016, em <http://hdl.handle.net/10451/24456>
- Cabral, M. V., Silva, P. A., & Mendes, H. (2002). *Saúde e doença em Portugal – Inquérito aos comportamentos e atitudes da população portuguesa perante o Sistema Nacional de Saúde* (2.ª ed.). Lisboa: Imprensa de Ciências Sociais.
- Campos, A. C. V., Ferreira, E. F., & Vargas, A. M. D. (2015). Determinantes do envelhecimento ativo segundo a qualidade de vida e género. *Ciência & Saúde Coletiva*, 20(7), 2221-2237. doi:10.1590/1413-81232015207.14072014
- Carstensen, L. L., Isaacowitz, D. M., & Charles, S. T. (1999). Taking time seriously: a theory of socioemotional selectivity. *American Psychologist*, 54(3), 165-181. doi:10.1037/0003-066X.54.3.165
- Carter, B., & McGoldrick, M. (Eds.). (1989). *The changing family life cycle: A framework for family therapy* (2.ª ed.). Boston, MA: Allyn and Bacon.
- Côca, N., Vicente, H. T., & Sousa, L. (2015). Pessoas idosas sem filhos: Redes sociais pessoais e qualidade de vida. In C. M. Cervený (Org.), *Manual de longevidade — Guia para a melhoria da qualidade de vida dos idosos*. Curitiba, Brasil: Juruá Editora.
- Cornwell, B., Laumann, E. O., & Schumm, L. P. (2008). The social connectedness of older adults: A national profile. *American Sociological Review*, 73(2), 185-203. doi:10.1177/000312240807300201
- Dahlberg, L., Andersson, L., McKee, K. J., & Lennartsson, C. (2015). Predictors of loneliness among older women and men in Sweden: A national longitudinal study. *Ageing & Mental Health*, 19(5), 409-417. doi:10.1080/13607863.2014.944091
- Daniel, F. (2011). Sete mulheres para cada homem? Uma análise sobre relações de masculinidade. *População e Sociedade*, 19, 157-167. Porto: Edições Afrontamento.
- Daniel, F., Ribeiro, A. M., & Guadalupe, S. (2011). Recursos sociais na velhice: Um estudo sobre as redes sociais de idosos beneficiários de apoio domiciliário. In A. D. Carvalho (Coord.), *Solidão e solidariedade: Entre os laços e as fracturas sociais* (pp. 73-85). Porto: Edições Afrontamento.
- Elias, N. (2001). *A solidão dos moribundos*. Rio de Janeiro, Brasil: Jorge Zahar.
- Ellwardt, L., van Tilburg, T., Aartsen, M., Wittek, R., & Steverink, N. (2015). Personal networks and mortality risk in older adults: A twenty-year longitudinal study. *PLOS ONE*, 10(3), 1-13. doi:10.1371/journal.pone.0116731
- Erbolato, R. M. P. L. (2004, junho). Suportes sociais na velhice: Uma investigação preliminar. In *Anais do XIV Congresso Brasileiro de Geriatria e Gerontologia e III Encontro Nacional das Ligas de Geriatria e Gerontologia*. Salvador, Brasil: GERON.
- Field, D., & Minkler, M. (1988). Continuity and change in social support between young-old and old-old or very-old age. *Journal of Gerontology: Psychological Sciences*, 43(4), 100-106. doi:10.1093/geronj/43.4.P100

- Fischer, C. S., & Oliker, S. J. (1983). A research note on friendship, gender, and the life cycle. *Social Forces*, 62(1), 124-133. doi:10.1093/sf/62.1.124
- Fonseca, A. M. (2005). *Desenvolvimento humano e envelhecimento* (1.ª ed.). Lisboa: Climepsi Editores.
- Fonseca, A. M. (2009). Que vida depois da reforma? In Fundação Calouste Gulbenkian (Org.), *O tempo da vida: Fórum Gulbenkian de saúde sobre o envelhecimento 2008/2009* (pp. 151-159). Cascais: Príncipeia.
- Fonseca, A. M. (2011). *Reforma e reformados*. Coimbra: Edições Almedina.
- Gianordoli-Nascimento, I. F., & Trindade, Z. A. (2002). O que fazer quando o coração aperta? A dinâmica conjugal pós-infarto. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 18(1), 107-115. doi:10.1590/S0102-37722002000100012
- Guadalupe, S. (2009). *Intervenção em rede: Serviço social, sistémica e redes de suporte social* (1.ª ed.). Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra.
- Guadalupe, S., & Vicente, H. T. (2012). *Instrumento de Análise de Rede Social Pessoal, versão para idosos* [Instrumento não publicado]. Coimbra: Instituto Superior Miguel Torga.
- Guadalupe, S., Gomes, P., Daniel, F., Cardoso, J., & Vicente, H. T. (2015, abril). *Personal social networks of Portuguese childless elder people and older parents*. Comunicação livre apresentada na 5th European Conference for Social Work Research, Ljubljana, Slovenia. Abstract disponível em http://eswra.org/documents/ECSWR2015_book.pdf
- Hajek, A., Brettschneider, C., Lange, C., Posselt, T., Wiese, B., Steinmann, S., ... König, H.-H. (2016). Gender differences in the effect of social support on health-related quality of life: Results of a population-based prospective cohort study in old age in Germany. *Quality of Life Research*, 25(5), 1159-1168. doi:10.1007/s11136-015-1166-5
- Ham-Chande, R., Zepeda, E. Y., & Martínez, A. L. T. (2003). Redes de apoyo y arreglos de domicilio de las personas de edades avanzadas en la ciudad de México. *Notas de Población*, 77, 71-102.
- Hoffman, L. W., Paris, S. G., & Hall, E. (1994). *Developmental psychology today* (6.ª ed.). New York, NY: McGraw-Hill.
- Ibarra, H. (1997). Paving an alternative route: Gender differences in managerial networks. *Social Psychology Quarterly*, 60(1), 91-102. doi:10.2307/2787014
- Kanter, R. M. (1993). *Men and women of the corporation* (2.ª ed.). New York, NY: Basic Books.
- Keith, P. M. (1986a). The social context and resources of the unmarried in old age. *The International Journal of Aging and Human Development*, 23(2), 81-96. doi:10.2190/GJVN-PNN9-4JBQ-19DH
- Keith, P. M. (1986b). Isolation of the unmarried in later life. *Family Relations*, 35(3), 389-395. doi:10.2307/584366
- Kuypers, J. A., & Bengtson, V. L. (1973). Social breakdown and competence: A model of normal aging. *Human Development*, 16(3), 181-201. doi:10.1159/000271275
- Li, T., & Zhang, Y. (2015). Social network types and the health of older adults: Exploring reciprocal associations. *Social Science & Medicine*, 30(130), 59-68. doi:10.1016/j.socscimed.2015.02.007

- Liao, C.-C., Yeh, C.-J., Lee, S.-H., Liao, W.-C., Liao, M.-Y., & Lee, M.-C. (2015). Providing instrumental social support is more beneficial to reduce mortality risk among the elderly with low educational level in Taiwan: A 12-year follow-up national longitudinal study. *The Journal of Nutrition, Health & Aging*, 19(4), 447-453. doi:10.1007/s12603-014-0545-x
- Litwin, H. (1995). *Uprooted in old age: Soviet jews and their social networks in Israel* (1.^a ed.). Westport, CT: Greenwood Press.
- Litwin, H., & Shiovitz-Ezra, S. (2011). Social network type and subjective well-being in a national sample of older Americans. *The Gerontologist*, 51(3), 379-388. doi:10.1093/geront/gnq094
- Marsden, P. V. (1987). Core discussion networks of Americans. *American Sociological Review*, 52(1), 122-131. doi:10.2307/2095397
- McPherson, M., Smith-Lovin, L., & Brashears, M. E. (2006). Social isolation in America: Changes in core discussion networks over two decades. *American Sociological Review*, 71(3), 353-375. doi:10.1177/000312240607100301
- Meléndez-Moral, J. C., Tomás-Miguel, J. M., & Navarro-Pardo, E. (2007). Análisis de las redes sociales en la vejez a través de la entrevista Manheim. *Salud Pública de México*, 49(6), 408-414. doi:10.1590/S0036-36342007000600007
- Milardo, R. M. (Ed.). (1988). *Families and social networks* (1.^a ed.). Newbury Park, CA: Sage Publications.
- Monteiro, R. (2005). *O que dizem as mães: Mulheres trabalhadoras e suas experiências* (1.^a ed.). Coimbra: Quarteto Editora.
- Monteiro, R. (2011). A política de quotas em Portugal: O papel dos partidos políticos e do feminismo de Estado. *Revista Crítica de Ciências Sociais*, 92, 31-50. doi:10.4000/rccs.3953
- Monteiro, R. (2012). Feminismo. In B. S. Santos (Org.), *Dicionário das crises e das alternativas*. Coimbra: Edições Almedina.
- Moore, G. (1990). Structural determinants of men's and women's personal networks. *American Sociological Review*, 55(5), 726-735. doi:10.2307/2095868
- Neri, A. L. (2001). *Palavras-chave em gerontologia* (2.^a ed.). Campinas, São Paulo: Alínea.
- Nogueira, E. J. (2001). *Rede de relações sociais: Um estudo transversal com homens e mulheres pertencentes a três grupos etários*. Tese de Doutorado, Faculdade de Educação - Universidade Estadual de Campinas, Brasil. Acedido a 21 de novembro de 2016, em <http://www.bibliotecadigital.unicamp.br/document/?code=vtls000235568>
- Olsen, O., Iversen, L., & Sabroe, S. (1991). Age and the operationalization of social support. *Social Science & Medicine*, 32(7), 767-771. doi:10.1016/0277-9536(91)90302-s
- Pardo, E. N., Moral, J. C. M., & Miguel, J. M. T. (2008). Análisis de las redes sociales en la vejez en función de la edad y el género. *Revista Multidisciplinar de Gerontología*, 18(1), 19-25.
- Parigi, P., & Henson, W. (2014). Social isolation in America. *Annual Review of Sociology*, 40(1), 153-171. doi:10.1146/annurev-soc-071312-145646
- Paúl, C. (2005). A construção de um modelo de envelhecimento humano. In C. Paúl & A. M. Fonseca (Coords.), *Envelhecer em Portugal: Psicologia, saúde e prestação de cuidados* (1.^a ed., pp. 21-41). Lisboa: Climepsi Editores.

- Portugal, S. (2011). Dádiva, família e redes sociais. In S. Portugal & P. H. Martins (Orgs.), *Cidadania, políticas públicas e redes sociais* (pp. 39-53). Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra.
- Portugal, S. (2014). *Famílias e redes sociais - Ligações fortes na produção de bem-estar*. Coimbra: Edições Almedina.
- Relvas, A. P. (1996). *O ciclo vital da família: Perspectiva sistémica*. Porto: Edições Afrontamento.
- Rioseco, H. R., Quezada, V. M., Ducci, V. M. E., & Torres, H. M. (2008) Cambio en las redes sociales de adultos mayores beneficiarios de programas de vivienda social en Chile. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 23(3), 147-153.
- Scott, A., & Wenger, G. C. (1996). Género y redes de apoyo social en la vejez. In S. Arber & J. Ginn (Coords.), *Relación entre género y envejecimiento: Enfoque sociológico* (pp. 221-240). Madrid, Spain: Ediciones Narcea.
- Silva, M. B. F. (2011). *@vós.TIC: O aumento do capital sociocultural nos seniores mediante a alfabetização e uso das TIC*. Tese de Doutoramento, Facultad de Educación, Departamento de Teoría e Historia de la Educación - Universidad de Salamanca, Spain. Acedido a 21 de novembro de 2016, em <http://hdl.handle.net/10366/115588>
- Silver, C. B. (2003). Gendered identities in old age: Toward (de)gendering? *Journal of Aging Studies*, 17(4), 379-397. doi:10.1016/s0890-4065(03)00059-8
- Sluzki, C. E. (1996). *La red social: Fronteras de la practica sistémica*. Barcelona, Spain: Gedisa Editorial.
- Sousa, L., Figueiredo, D., & Cerqueira, M. (2004). *Envelhecer em família: Os cuidados familiares na velhice* (1.ª ed.). Porto: Âmbar.
- Tabucchi, A. (2010). *O tempo envelhece depressa* (N. Moulin, Trad.). São Paulo, Brasil: Cosac Naify.
- Valle, J. F., & García, A. G. (1994). Redes de apoyo social en usuarios del servicio de ayuda a domicilio de la tercera edad. *Psicothema*, 6(1), 39-47. Acedido a 22 de novembro de 2016, em <http://www.psicothema.com/pdf/901.pdf>
- Verbrugge, L. M., Gruber-Baldini, A. L., & Fozard, J. L. (1996). Age differences and age changes in activities: Baltimore longitudinal study of aging. *Journals of Gerontology, Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 51B(1), S30-S41. doi:10.1093/geronb/51b.1.s30
- Vicente, H. M. T. (2010). *Família multigeracional e relações intergeracionais: Perspectiva sistémica*. Tese de Doutoramento, Secção Autónoma de Ciências da Saúde - Universidade de Aveiro. Acedido a 22 de novembro de 2016, em <http://hdl.handle.net/10773/3318>
- Vicente, H. T., & Sousa, L. (2010). Funções na família multigeracional: Contributo para a caracterização funcional do sistema familiar multigeracional. *Psychologica*, 53, 157-181. doi:10.14195/1647-8606_53_8
- Vicente, H. T., & Sousa, L. (2012). Relações intergeracionais e intrageracionais: A matriz relacional da família multigeracional. *Revista Temática Kairós Gerontologia*, 15(1), 99-117.
- Wenger, G. C. (1991). A network typology: From theory to practice. *Journal of Aging Studies*, 5(2), 147-162. doi:10.1016/0890-4065(91)90003-b

- Wienclaw, R. A. (2015). *Symbolic-Interaction analysis: Activity theory*. Research Starters: Sociology (Online edition). Acedido a 19 de noviembre de 2016, em <http://www.enotes.com/research-starters/symbolic-interaction-analysis-activity-theory>
- Wilson, G. (1996). Yo soy los ojos y ella los brazos: Cambios en los roles de género en la edad avanzada. In S. Arber & J. Ginn (Coords.), *Relación entre género y envejecimiento: Enfoque sociológico* (pp. 141-162). Madrid, Spain: Ediciones Narcea.
- Wu, Z., & Pollard, M. S. (1998). Social support among unmarried childless elderly persons. *Journal of Gerontology: Social Sciences*, *53B*(6), S324-S335.