

Relação avós-netos, ansiedade face ao envelhecimento e idadismo: Um estudo com jovens adultos

Noélia Pereira da Silva | 42749

Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde

Dissertação

Ano letivo: 2024/ 2025

Supervisão: Prof. Doutora Isabel Miguel

Noélia Pereira da Silva | Relações avós-netos, ansiedade face ao envelhecimento e idadismo: Um estudo com jovens adultos



UNIVERSIDADE PORTUCALENSE

Do conhecimento à prática.

Noélia Pereira da Silva nº 42749

**Relação avós-netos, ansiedade face ao
envelhecimento e idadismo: Um estudo com jovens
adultos**

Dissertação de Mestrado apresentada na Universidade Portucalense Infante D.
Henrique para obtenção do grau de Mestre em Psicologia Clínica e da Saúde, sob
orientação científica da Prof. Doutora Isabel Miguel.

Departamento de Psicologia e Educação

Julho, 2025



UNIVERSIDADE PORTUCALENSE

DECLARAÇÃO DE AUTORIA

Noélia Pereira da Silva nº 42749 do curso de Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde declaro que a Dissertação apresentada para avaliação na Unidade Curricular de Dissertação, é da minha autoria e cumpre as normas de integridade académica.

Assim assume-se:

-Esclarecer explicitamente se partes do trabalho foram já apresentadas para avaliação de outras unidades curriculares ou provas de grau na Universidade Portucalense ou noutras instituições;

-Identificar corretamente as fontes utilizadas, de forma a que possam ser consultadas e atestada a autenticidade do trabalho que apresento;

-Assumir, sob compromisso de honra, a responsabilidade da autoria integral do trabalho, não tendo contratado serviços de terceiros para a sua realização;

-Indicar a supervisão recebida para elaboração do trabalho;

-Reconhecer como fraudulentas práticas que correspondem a formas de plágio, cópia servil, omissão ou citação deficiente de fontes, percebendo que tais práticas infringem direitos de autoria e são contrárias à integridade académica;

- Submeter, quando solicitado, à consideração do(s) docente(s), relatórios que tenham sido emitidos por equipamento especializado na deteção de plágio.

Data: 25/06/2025

Assinatura: *Noélia Pereira da Silva*



UNIVERSIDADE
PORTUCALENSE

Do conhecimento à prática.

Declaração sobre o uso de IA Generativa para a realização de trabalhos académicos

Curso: Psicologia Clínica e da Saúde

Ano letivo: 2024/2025

Trabalho: Dissertação de Mestrado

IDENTIFICAÇÃO DOS ESTUDANTES

Noélia Pereira da Silva (nº42749)

DECLARAÇÃO DE USO DE INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL

Neste trabalho usei sistemas de Inteligência Artificial (IA) Generativa para auxiliar a sintetizar informação e esclarecer dúvidas relacionadas com as normas de formatação APA (7.ª edição).

O sistema de IA Generativa utilizado neste trabalho foi o seguinte: ChatGPT

ÂMBITO DE UTILIZAÇÃO

A Inteligência Artificial (IA) Generativa foi utilizada como ferramenta de apoio na elaboração do trabalho, com as seguintes finalidades: sintetizar informação de forma mais clara, esclarecer dúvidas relativas às normas de formatação APA (7.ª edição).

PROMPTS UTILIZADOS

"Como faço a referência de um artigo que não encontro o DOI? Tendo em conta as normas APA 7.ª edição?"

"Podes fazer uma síntese desta informação que te vou mandar?"

25/06/2025

Noélia Pereira da Silva

Agradecimentos

Uma dissertação de mestrado é muito mais do que um documento acadêmico. É um caminho longo, feito de noites silenciosas e dias cheios, de dúvidas persistentes e pequenas vitórias, de cansaço e paixão.

Agradeço, em primeiro lugar, à minha orientadora, Professora Doutora Isabel Miguel, por ter acreditado em mim desde o início. Obrigada por uma orientação firme, exigente e, ao mesmo tempo, profundamente humana.

Aos colegas e amigos que me acompanharam nesta jornada: obrigada por cada palavra de apoio, por cada distração no momento certo, por cada gesto que me lembrou que não estava sozinha.

Ao Bernardo, companheiro incansável, obrigada pelas palavras firmes nos momentos em que tudo vacilava, por nunca me deixares cair. Obrigada por me fazeres acreditar — no amor, na força da parceria e nas amizades que se tornam casa. Que continue sempre assim.

À minha irmã, obrigada por estares presente nos momentos mais silenciosos e mais barulhentos. Pelo carinho, pelas leituras infinitas dos meus textos. Obrigada por seres porto de abrigo e espelho de coragem.

À minha família, especialmente aos meus pais e à minha avó, por tudo o que fizeram por mim, mesmo quando eu não via. Obrigada por me terem dado a possibilidade de sonhar — e de alcançar este sonho. Tudo o que sou deve-se, em grande parte, ao amor que recebi de vocês.

E, com todo o coração, dedico esta dissertação aos meus avós. Foram eles a semente por detrás do tema que me moveu durante esta investigação. Ter tido avós presentes na minha vida foi um privilégio raro. Com eles aprendi a escutar o tempo, a olhar com ternura, a viver à minha maneira, ao meu ritmo. Gostava que todos tivessem tido a sorte de viver esse amor que é ter avós assim. Esta dissertação é, também, para vocês.

A todos os que, de uma forma ou de outra, fizeram parte deste caminho: o meu mais sincero e emocionado obrigada.

Resumo

Com o aumento da esperança média de vida e a conseqüente convivência prolongada entre avós e netos, as relações intergeracionais e, em particular, as relações avós-netos têm assumido um papel de crescente importância no desenvolvimento emocional e social dos jovens adultos. Este estudo teve como objetivo identificar uma diferença significativa entre géneros, e explorar o impacto da qualidade da relação avós-netos na ansiedade face ao envelhecimento e no idadismo em jovens adultos portugueses, analisando ainda o papel mediador da ansiedade face ao envelhecimento nesta relação. A amostra foi composta por 270 jovens adultos, entre os 18 e os 30 anos, que responderam a um questionário online. Os instrumentos aplicados avaliaram a qualidade da relação com os avós, os níveis de ansiedade face ao envelhecimento e as atitudes idadistas.

Os resultados indicaram que relações avós-netos mais positivas, caracterizadas por amor, afeto, humor e partilha de memórias, estão associadas a menores níveis de ansiedade face ao envelhecimento. Verificou-se, ainda, que níveis mais elevados de ansiedade face ao envelhecimento predizem atitudes mais idadistas, confirmando o papel da ansiedade como fator facilitador do preconceito etário. Embora não tenha sido encontrada uma associação direta entre a relação avós-netos e o idadismo, os dados evidenciaram um efeito mediador da ansiedade face ao envelhecimento nessa relação. Adicionalmente, foi identificada uma diferença significativa entre géneros, com os participantes do sexo masculino a apresentarem níveis superiores de idadismo.

Estes resultados reforçam a importância das relações intergeracionais na promoção de atitudes mais positivas face à velhice, sugerindo que experiências próximas com os avós podem funcionar como fator protetor contra a ansiedade associada ao envelhecimento e contra o desenvolvimento de preconceitos etários. O estudo destaca, ainda, a necessidade de promover o contacto intergeracional avós-netos e a literacia sobre o envelhecimento junto dos jovens adultos, contribuindo assim para uma sociedade mais inclusiva e sensível às questões da idade.

Palavras Chaves: Relação avós-netos; Ansiedade face ao envelhecimento; Idadismo; Jovens adultos; Relações intergeracionais

Abstract

With the increase in life expectancy and the resulting prolonged coexistence between grandparents and grandchildren, intergenerational relationships have become increasingly relevant to the emotional and social development of young adults. This study aimed to identify a significant difference between genders and to explore the impact of the quality of grandparent–grandchild relationships on aging anxiety and ageism in Portuguese young adults, also examining the mediating role of aging anxiety in this relationship. The sample consisted of 270 young adults, aged between 18 and 30 years, who completed an online questionnaire. The instruments assessed the quality of the relationship with grandparents, levels of anxiety about aging, and ageist attitudes.

The results showed that more positive grandparent–grandchild relationships, characterized by affection, love, humor, and shared memories, were associated with lower levels of aging anxiety. Higher levels of anxiety about aging were found to predict stronger ageist attitudes, confirming the role of aging anxiety as a facilitator of age-related prejudice. Although no direct association was found between the quality of the grandparent–grandchild relationship and ageism, the data revealed a significant mediating effect of aging anxiety. Additionally, significant gender differences were identified, with male participants showing higher levels of ageism.

These findings highlight the importance of intergenerational relationships in promoting more positive attitudes toward aging, suggesting that close relationships with grandparents may act as a protective factor against aging anxiety and the development of ageist beliefs. The study also reinforces the need to promote intergenerational contact and aging literacy among young adults, contributing to a more inclusive and age-sensitive society.

Keywords: Grandparent–grandchild relationship; Aging anxiety; Ageism; Young adults; Intergenerational relationships

Índice

<i>Agradecimentos</i>	<i>III</i>
<i>Resumo</i>	<i>IV</i>
<i>Abstract</i>	<i>V</i>
1. Introdução	1
2. Enquadramento Teórico	2
2.1 Relação Avós-Netos em Jovens Adultos	2
2.2 Relação Avós-Netos em Jovens Adultos e Ansiedade Face ao Envelhecimento ..	5
2.3 Ansiedade Face ao Envelhecimento e Idadismo	8
2.4 Relações Avós-Netos em Jovens Adultos, Ansiedade Face ao Envelhecimento e Idadismo	10
2.5 O Presente Estudo	12
3. Método	14
3.1 Participantes	14
3.2 Instrumentos	15
3.3 Procedimentos	16
3.3.1 Procedimentos de Recolha de Dados.....	16
3.3.2 Procedimentos de Análise de Dados	16
4. Resultados	17
4.1. Análises preliminares: Análises descritivas e correlacionais	17
4.2. Relações avós-netos, ansiedade face ao envelhecimento e idadismo: Diferenças de género	18
4.3 Relações avós-netos e idadismo: Efeito mediador da ansiedade face ao envelhecimento	19
5. Discussão	24
6. Conclusão	32
7. Referências	33

Índice de Tabelas

Tabela 1. Características sociodemográficas da amostra	14
Tabela 2. Estatísticas descritivas e correlações entre as dimensões da relação avós-netos, ansiedade face ao envelhecimento e idadismo.....	18
Tabela 3. Relação avós-netos, ansiedade face ao envelhecimento e idadismo: Descritivas e teste de diferenças de género.....	19
Tabela 4. Análise de mediação: Efeitos direto, indireto e total da variável “Amor e Estima” sobre o idadismo, mediada pela ansiedade face ao envelhecimento	20
Tabela 5. Análise de mediação: Efeitos direto, indireto e total da variável "Afeto" sobre o idadismo, mediada pela ansiedade face ao envelhecimento.....	21
Tabela 6. Análise de mediação: Efeitos direto, indireto e total da variável "Memória e Humor" sobre o idadismo, mediada pela ansiedade face ao envelhecimento.....	22
Tabela 7. Análise de mediação: Efeitos direto, indireto e total da variável "Comemoração" sobre o idadismo, mediada pela ansiedade face ao envelhecimento.....	23

Índice de Figuras

Figura 1 Modelo teórico a testar	13
---	-----------

1. Introdução

Na atualidade, vive-se um aumento significativo da esperança média de vida e do envelhecimento demográfico, o que acarreta desafios, mas também gera diversas oportunidades. De entre estas, destaca-se a oportunidade de promover o encontro e a interação entre diferentes gerações e a possibilidade dos avós e netos partilharem diversas experiências que se perduram ao longo de um maior período de tempo, permitindo um reforço dos laços intergeracionais e uma troca de conhecimentos e experiências enriquecedoras. De facto, diversos autores enfatizam a importância do contato intergeracional para o bem-estar de ambas as gerações, destacando os benefícios emocionais, sociais e cognitivos que podem advir. Além disso, tem-se enfatizado a pertinência da promoção de iniciativas que estimulam os mais jovens a trabalhar e a partilhar experiências com os mais velhos. A relação avós-netos, em particular, tem-se mostrado um fator determinante para a mudança de comportamentos e atitudes face aos idosos e ao processo de envelhecimento, promovendo uma visão mais positiva em relação ao processo de envelhecimento (Burnes et al., 2019; Chonody, 2014; Harwood et al., 2005; Marques et al., 2019; Smith & Charlton, 2020).

O presente estudo explora a relação entre avós e netos em jovens adultos, analisando de que forma essa relação influencia a ansiedade face ao envelhecimento e a construção do idadismo em relação às pessoas idosas. A literatura nesta área apresenta algumas limitações, uma vez que são poucos os estudos que abordam simultaneamente estas variáveis, particularmente em contexto nacional, e raramente focam este tema para os jovens adultos (Massa, 2019).

Este estudo encontra-se estruturado em duas grandes partes. A primeira consiste no enquadramento teórico, que aborda as principais variáveis em análise: (i) a relação avós-netos em jovens adultos, (ii) a ansiedade face ao envelhecimento e (iii) o idadismo. Na segunda parte consta a descrição do estudo empírico a realizar, nomeadamente descrevendo os participantes, instrumentos e procedimentos a adotar. Por fim, a terceira parte apresenta os resultados obtidos e respetiva discussão, à luz da literatura científica existente.

2. Enquadramento Teórico

2.1 Relação Avós-Netos em Jovens Adultos

Devido ao aumento da esperança média de vida, o papel dos avós na vida dos netos aumentou significativamente, tornando-se muitas vezes "cuidadores-avô". Os avós têm, cada vez mais, a oportunidade de verem os netos atingirem a maioridade, podendo a relação avós-netos alcançar quatro ou mais décadas (Brown, 2003; Smorti et al., 2012). Os estudos têm vindo a destacar os benefícios de uma relação avós-netos próxima em domínios cognitivos, socioemocionais e psicológicos (Agate et al., 2018; Jessel et al., 2011; Tanskanen & Danielsbacka, 2018). O papel dos avós na educação dos netos tem uma relevância distinta daquele que é o papel dos pais, sendo cada vez mais reconhecida a importância do relacionamento netos-avós para o desenvolvimento dos netos (Attar-Schwartz et al., 2009). Uma vez que os avós não têm as mesmas responsabilidades educacionais perante os netos, o relacionamento entre avós-netos pauta-se, essencialmente, por um caráter mais afetivo e emocional e, por vezes, de apoio financeiro (Smorti et al., 2012). Neste contexto, adquire especial pertinência o estudo das interações intergeracionais positivas (Rocha, 2022; Tang & Martins, 2021).

A fase de adulto emergente marca-se por um período de desenvolvimento e de transição da adolescência para a fase adulta (Arnett, 2000). Os adultos emergentes encontram-se num momento de transição no qual os relacionamentos familiares podem influenciar positivamente o bem-estar. Os avós podem ser figuras de especial relevância na vida dos jovens adultos, sendo uma fonte de apoio emocional, tempo de qualidade e incentivo aos netos (Oliveira et al., 2020). Assim, os avós podem ajudar a desenvolver conexões fortes, transmitir o seu legado e facultar contribuições valiosas na vida dos netos. As relações avós-netos adultos emergentes são complementares e recíprocas e fornecem possibilidades para estabelecer relacionamentos proveitosos e mutuamente influentes (Stephan et al., 2023)

Os avós expressam afeto aos netos de diversas formas, podendo estas ser através de elogios e valorização do relacionamento através do amor e estima; manifestando interesse pela vida dos netos e escuta ativa transmitindo carinho; partilhando experiências de vida e momentos hilariantes através de memórias e do humor; participando em momentos especiais na vida dos netos, nomeadamente em comemorações especiais (Mansson, 2013). Para além destes, surge ainda o fator cuidado que está mais intimamente relacionado às características relacionais dos netos, revelando-se através da preocupação e do interesse expressos pelos

avós ao fazerem perguntas relacionadas com a vida dos netos. A presença dos avós na vida dos jovens adultos pode contribuir de forma positiva para o seu nível de satisfação familiar e bem-estar geral (Miguel et al., 2021). O afeto que os netos recebem dos avós está relacionado com melhores níveis de saúde social, relacional e psicológica, além de estar associado a menores níveis de stress e depressão (Mansson, 2013; Mansson & Booth-Butterfield, 2011).

O que os avós percebem como sendo a melhor parte de ser avós é a maturação no comportamento comunicativo, na transmissão de amor e valor ao relacionamento, nas declarações verbais, comportamentos não verbais e de apoio social. Valorizam, ainda, as atividades partilhadas – ou seja, eventos conjuntos nos quais os avós e netos estão envolvidos em simultâneo –, o orgulho – sentimentos de realização dos avós associados às conquistas dos netos–, a maturação que recai sobre observar os netos na sua evolução física e psicológica. Por fim, surge ainda o ensino e a aprendizagem nas experiências educacionais partilhadas entre avós e netos. Netos que mantenham relacionamentos positivos com os avós, contribuem positivamente para o bem-estar dos mesmos (Mansson, 2016).

Em famílias não tradicionais, a proximidade nas relações entre avós e netos revelou-se eficaz na redução da sintomatologia depressiva nos avós sendo as famílias monoparentais as que mais são beneficiárias desta relação. A relação avós-netos também se mostra eficaz na redução de sintomatologia depressiva em jovens que mantêm uma relação próxima com os pais. Ou seja, netos que usufruem de carinho por parte dos avós beneficiam de vantagens relacionais e psicológicas, pois sentem-se apoiados e emocionalmente próximos. Esta relação intergeracional revela-se fundamental, oferecendo vantagens mútuas para ambas as partes (Ruiz & Silverstein, 2007). Lai et al. (2021) concluíram que indivíduos que são avós são mais prováveis de demonstrar maior nível de felicidade do que aqueles que não são avós. Para além do mais, são também mais prováveis de relatar melhor saúde física e resiliência. Ademais, pessoas que são avós relatam maior qualidade de vida e satisfação com a vida.

Os avós exercem um impacto positivo no desenvolvimento, atitudes, comportamentos, valores, e sucesso educacional dos netos. Contribuem também positivamente para o seu bem-estar emocional, psicológico, fisiológico, social e espiritual. A relação avós-netos também se revela importante para os avós, pois os netos contribuem significativamente para o desenvolvimento fisiológico, psicológico, social e para a satisfação geral dos avós. Por este motivo, não é surpreendente que a generalidade dos avós percecionem a tarefa de ser avô como uma parte importante e gratificante da sua vida (Mansson, 2016). Toda esta dimensão

encontra-se relacionada com o afeto mutuamente dado e recebido por avós e netos, e das suas perceções sobre as qualidades e comportamentos idealizados (Mansson et al., 2021).

Em relação ao género, a maioria das pesquisas indicam que as avós têm uma maior necessidade de apoio afetivo e proximidade emocional, enquanto os avôs são emocionalmente mais distantes e mais focados na componente instrumental do relacionamento (Triadó et al., 2005). Em complemento, Di Gessa, Zaninotto e Glaser (2020), com base no *English Longitudinal Study of Ageing*, concluíram que as avós assumem tarefas mais diretamente ligadas ao cuidado, como o apoio escolar ou os cuidados em situações de doença, enquanto os avôs tendem a ter um papel menos ativo nesse tipo de envolvimento.

A literatura tem vindo a destacar diferenças significativas nas relações estabelecidas entre netos e avós, influenciadas pelo género dos netos. Hakoyama e MaloneBeach (2020) verificaram que, na perspetiva das netas jovens adultas, os avós paternos exercem menor influência na transmissão de valores, quando comparados com os avós maternos. Ainda assim, os autores observam uma crescente valorização das avós paternas, por parte das netas, revelando uma transformação gradual no papel intergeracional destas figuras. No caso dos netos jovens adultos, os avós maternos tendem a ser identificados como os principais transmissores de valores sociais, culturais e políticos, sendo os avós paternos percecionados como menos presentes nesse domínio. Block (2000), por sua vez, observou que os netos do sexo masculino referem maior proximidade emocional com os avôs, especialmente durante a adolescência, enquanto as netas mantêm vínculos mais intensos com as avós. Estes dados sugerem que o género dos/as netos/as constitui um fator relevante na qualidade e natureza das relações intergeracionais, mesmo durante a fase da adultez jovem.

Para além do género, o fator idade também influencia a relação avós-netos, bem como a relação dos avós com os seus filhos. À medida que os netos crescem, as atividades partilhadas com os avós tendem a mudar, o que pode afetar o tipo ou qualidade do relacionamento. À medida que os jovens adquirem independência e novos papéis, a relação com os avós torna-se mais vulnerável e a frequência de contacto tende a diminuir (MaloneBeach et al., 2018; Roberto & Stroes, 1992; Tyszkowa, 1993; Triadó et al., 2005). Por outro lado, Silverstein e Long (1997), com base num estudo longitudinal, afirmam que, embora a frequência de contacto entre avós e netos diminua durante a adolescência, tende a aumentar após a transição da adolescência para a idade adulta. Hakoyama e MaloneBeach (2013) concluíram que o contacto frequente e a proximidade na relação avós-netos tende a diminuir na transição dos netos para a fase de adultos emergentes.

2.2 Relação Avós-Netos em Jovens Adultos e Ansiedade Face ao Envelhecimento

Apesar de o envelhecimento ser um processo universal com início no nascimento, pode resultar em preocupações e ansiedade nos mais jovens. Este processo representa, para muitos, um destino de solidão, perda, decadência de beleza e saúde, e que termina em morte, causando pensamentos negativos face ao envelhecimento (Greenberg et al., 2002). Segundo o estudo de Bousfield e Hutchison (2010), a ansiedade face ao envelhecimento não se correlaciona com a qualidade ou quantidade de contacto com pessoas idosas. Esta ausência de relação pode dever-se ao facto de a ansiedade face ao envelhecimento estar associada a traços de personalidade que tendem a ser constantes ao longo da vida do indivíduo. Contrariamente, um outro estudo efetuado por Barnett e Adams (2018) relata que a ansiedade face ao envelhecimento se associa a maior medo da morte e a menos otimismo, e também a menor contacto com idosos, revelando que indivíduos com maior medo de morrer também experienciam mais receios face ao seu próprio envelhecimento.

A ansiedade face ao envelhecimento refere-se aos sentimentos negativos associados ao processo de envelhecer, bem como aos medos relativos a este. Envolve todas as mudanças físicas, mentais, e perdas transpessoais que podem causar stress e ansiedade até nos mais jovens (Chonody, 2019; Teater & Chonody, 2020; Yawar et al., 2024). De modo geral, muitos indivíduos são ansiosos quando contemplam o seu próprio envelhecimento. A ansiedade face ao envelhecimento e o sofrimento que as pessoas experienciam ao pensar no seu envelhecimento assenta nos seguintes pontos, a nível psicológico: preocupações relativamente a ser feliz, ativo, autossuficiente, ter uma boa autoestima; a nível físico: temem mudanças físicas como as rugas e os cabelos brancos; a nível social: o medo de perder entes queridos e ser maltratado pela sociedade devido à idade (Rittenour & Cohen, 2016; Wise & Onol, 2020).

Assim, constata-se que muitos indivíduos percecionam este processo com angústia, medo e ansiedade, especialmente os jovens adultos para quem a ansiedade face ao próprio envelhecimento se reflete no receio do desconhecido. Este receio é frequentemente exacerbado pela falta de conhecimento sobre o tema e pela escassez de contacto com idosos (Lynch, 2000).

A literatura já evidenciou que até crianças de nove anos podem apresentar medos moderados do envelhecimento, sugerindo que as dimensões da ansiedade face ao

envelhecimento aparecem muito cedo no ciclo da vida (McGuinn & Mosher-Ashley, 2002; Wise & Onol, 2020).

O contacto frequente com idosos pode diminuir os níveis de ansiedade em relação ao envelhecimento. Este efeito é ilustrado pelo estudo de Allan e Johnson (2009), que mostrou que indivíduos que interagiam diariamente com pessoas idosas no seu ambiente de trabalho exibiam níveis significativamente mais baixos de ansiedade face ao envelhecimento. Estes resultados sugerem que tais interações podem, indiretamente, fomentar atitudes mais positivas em relação às pessoas idosas.

A convivência que os jovens adultos têm com os avós possibilita um aumento do conhecimento relativo ao processo de envelhecimento (Lisboa et al., 2018). Neste sentido, um contacto de elevada qualidade com os avós proporciona não só o acréscimo de atitudes positivas em relação aos idosos no geral, como também pode levar à diminuição da ansiedade face ao próprio envelhecimento (Brunton & Scott, 2015; Harwood et al., 2005).

A interação entre avós e netos pode modificar as atitudes dos jovens adultos em relação aos idosos em geral (Harwood et al., 2005). O relacionamento próximo entre avós e netos influencia não apenas as experiências de cada pessoa envolvida, mas também a percepção dos outros e de si mesma ao longo da vida. Jovens adultos que têm pouco contacto ou uma relação de menor qualidade com os avós tendem a adotar uma visão deficitária sobre os idosos, considerando-os inferiores e com um papel reduzido ou negativo na sociedade. Em contrapartida, aqueles que mantêm um contato frequente e/ou de qualidade com os idosos tendem a perceber o potencial e o valor dos idosos (Lin & Harwood, 2003). Desta forma, o contato próximo e íntimo com os avós parece moldar as percepções dos indivíduos sobre o comportamento e as capacidades dos idosos (Pecchioni & Croghan, 2002), promovendo a capacidade de adotar a perspectiva dos avós, bem como sentimentos de empatia, compreensão e afeto na relação com idosos em geral (Harwood et al., 2005). Uma relação positiva entre avós e netos associa-se, assim, a atitudes mais positivas em relação ao envelhecimento (Lin & Harwood, 2003; Wise & Onol, 2020).

Vários estudos têm vindo a demonstrar que as mulheres experienciam mais ansiedade face ao envelhecimento do que os homens, visto que, as expectativas sociais fazem pressão para que as mulheres aparentem ser jovens, enquanto a mesma pressão não existe para os homens. Constatou-se que o autoconceito das mulheres está intimamente ligado à sua aparência e, por isso, as mulheres são mais ansiosas relativamente às mudanças físicas do envelhecimento, levando a uma diminuição da sua autoestima (Chonody & Teater, 2016;

Saxena & Shukla, 2016; Yawar et al., 2024). Por isso, a ansiedade face ao envelhecimento e a autoestima estão negativamente correlacionados entre si (Barrett & Robbins, 2008; Barrett & Toothman, 2018; Yawar et al., 2024).

A literatura revela que as mulheres jovens e de meia-idade reportam consistentemente níveis mais elevados de ansiedade face ao envelhecimento comparativamente aos homens. Cummings, Kropf e DeWeaver (2000), num estudo com adultos entre os 18 e os 55 anos, observaram que as mulheres apresentavam uma maior preocupação acerca do próprio envelhecimento, refletida em pontuações significativamente superiores em medidas de ansiedade, especialmente em domínios relacionados com deterioração física, perda de autonomia e aparência. Esta tendência foi corroborada por Saxena e Shukla (2016), num estudo realizado com uma amostra de adultos indianos distribuídos por três faixas etárias (jovem, meia-idade e idosa), onde se verificou que as mulheres reportavam níveis significativamente mais elevados de ansiedade face ao envelhecimento do que os homens em todas as faixas etárias analisadas. Os autores destacam que estas diferenças são mais acentuadas entre os participantes mais jovens e de meia-idade, sugerindo que as mulheres experienciam de forma mais intensa as preocupações associadas à perda física e social associada ao envelhecimento. Investigadores como Barrett e Robbins (2008) interpretam estes resultados à luz do “padrão duplo do envelhecimento” (*double standard of aging*), segundo o qual as mulheres são alvo de expectativas sociais mais elevadas relativamente à juventude e à aparência, o que contribui para uma maior ansiedade face ao envelhecimento no sexo feminino.

Alguns investigadores têm explorado o impacto da relação entre avós e netos nas atitudes em relação às pessoas idosas, assim como as atitudes face ao próprio envelhecimento (Massa 2019; Soliz & Harwood, 2006). A frequência do contacto mostra-se um elemento-chave, pois quanto maior a quantidade de tempo passado com os avós, maior a probabilidade de se estabelecerem relações positivas e atitudes implícitas em relação às pessoas idosas, o que indiretamente pode conduzir a menor ansiedade face ao próprio envelhecimento (Massa, 2019; Tam et al., 2006).

O contacto positivo com um membro de outro grupo pode conduzir a múltiplos resultados benéficos, como melhores relações intergrupais. Associa-se também a melhorias implícitas e explícitas nas atitudes face aos idosos (Turner & Crisp, 2010; Turner et al., 2007).

Alguns estudos mostram que indivíduos com contacto frequente com idosos têm mais atitudes positivas face ao envelhecimento. O contacto intergeracional tem um efeito favorável nas atitudes face ao envelhecimento e nas intenções pro-sociais para com os mais velhos (Wise & Uzel, 2021).

O contacto intergeracional de elevada qualidade (com respeito mútuo, proximidade e carinho) tem sido associado a atitudes mais positivas face ao envelhecimento, bem como a uma menor tendência para estereotipar idosos (Cadieux et al., 2019; Chase, 2010; Liu et al., 2020; McGuinn & Mosher-Ashley, 2002; Okur et al., 2023).

2.3 Ansiedade Face ao Envelhecimento e Idadismo

O envelhecimento apresenta múltiplos desafios para a sociedade, podendo levar a experienciar ansiedade em relação ao próprio processo de envelhecer. Essa ansiedade, por sua vez, manifesta-se através de comentários negativos direcionados à população idosa, uma vez que o envelhecimento é frequentemente percebido como um período negativo da vida (Berger, 2017).

Outros estudos apuraram que jovens adultos (com menos de 35 anos) exibiam altos níveis de ansiedade face ao próprio envelhecimento (Abramson & Silverstein, 2006). Para estes indivíduos, os idosos recordam-lhes a própria mortalidade, a deterioração do seu estado de saúde o envelhecimento do corpo, que traz mudanças físicas que levam à diminuição nos padrões de beleza, produtividade e força (Grefe, 2011), o que pode justificar as reações negativas em relação às pessoas idosas (Kite et al., 2005).

Indivíduos que apresentem elevado stress emocional ou mental que limite na execução das atividades diárias evidenciam níveis mais elevados de ansiedade face ao envelhecimento (Hart et al., 2005; Yawar et al., 2024). Verificou-se ainda que níveis mais altos de ansiedade face ao envelhecimento estão associados a uma baixa saúde percebida (Jung & Oh, 2016; Yawar et al., 2024).

A ansiedade face ao envelhecimento é um antecedente de estereótipos que, em conjunto com outras variáveis, influencia o idadismo. Com efeito, estudos realizados demonstraram uma relação positiva entre estas duas variáveis, evidenciando que quanto maior a ansiedade face ao próprio envelhecimento, maior a tendência de o indivíduo experienciar idadismo (Allan & Johnson, 2009). Por outro lado, envelhecer diminui a ansiedade face ao envelhecimento, mas aumenta os preconceitos relacionados com a idade (Donizzetti, 2019). A discriminação com base na idade, idadismo, é uma das formas mais

comuns de preconceito, estando extremamente enraizada nas sociedades. Essa prática influencia a forma como os indivíduos interagem e se comportam no dia a dia, uma vez que a idade é frequentemente uma das primeiras particularidades que observamos no outro, levando-nos a fazer deduções sobre essa pessoa (Marques et al., 2012; Vicente & Afonso, 2012).

Nesse contexto, o idadismo é considerado bastante grave em diversos países europeus (Abrams et al., 2011; Kahrel, 2016), sendo Portugal um exemplo claro dessa realidade. Tendo em consideração a ampla dimensão deste fenómeno a nível global, emergiram novas conceptualizações sobre o idadismo (Bojanić & Nedić, 2015), posteriormente definido, de forma mais abrangente, como “um conjunto de atitudes e práticas negativas generalizadas em relação aos indivíduos, baseadas exclusivamente numa particularidade: a sua idade” (Marques, 2011, p. 18). Diferente de outras formas de preconceito, como o sexismo e o racismo, o idadismo destaca-se por atingir todas as pessoas, dado que todos experienciam o processo natural de envelhecimento, tornando-o uma problemática universal (Sánchez, 2007). Deste modo, este conceito aplica-se a indivíduos de todas as idades (Swift et al., 2016).

Segundo Marques (2011), as atitudes idadistas são compostas por três elementos fundamentais. O primeiro é a componente cognitiva, referente ao conjunto de crenças ou estereótipos relacionados a uma pessoa ou grupo com base na idade. O segundo elemento é a componente afetiva, que recai sobre os preconceitos ou sentimentos negativos direcionados a uma pessoa ou grupo etário. Por fim, a componente comportamental envolve a discriminação, que se manifesta através de atitudes discriminatórias dirigidas a esses indivíduos. O idadismo já foi identificado como um stressor crónico para os idosos (Burnes et al., 2019).

O idadismo parece usufruir de um elevado nível de aceitação por parte da sociedade (Marques et al., 2015). Tendo em conta um estudo realizado em Portugal sobre idadismo, englobado no European Social Survey de 2008/2009, Portugal situou-se no 4.º lugar entre os países europeus que reconhecem a discriminação etária como uma problemática social muito grave. Este tipo de discriminação é a mais vivenciada pelos Portugueses (17%), chegando a superar o racismo e o sexismo (Marques, 2011), e direcionando-se, sobretudo, às pessoas idosas (Abrams et al., 2011; Coelho, 2013).

A literatura tem evidenciado diferenças significativas entre homens e mulheres no que diz respeito ao idadismo, sugerindo que o género influencia tanto as atitudes em relação

às pessoas mais velhas como as percepções sobre o próprio envelhecimento. Cummings, Kropf e DeWeaver (2000), ao utilizarem a Fraboni Scale of Ageism, verificaram que, em todas as faixas etárias (jovens adultos, pessoas de meia-idade e idosos), os homens apresentam níveis significativamente mais elevados de evitamento e estereótipos face aos mais velhos do que as mulheres. De acordo com Krekula e colaboradores (2018), as mulheres tendem a experienciar mais frequentemente idadismo associado à aparência do que os homens, sendo mais propensas a interiorizar crenças idadistas ligadas à valorização da juventude e da beleza, resultado de uma socialização ao longo da vida que recompensa atributos estéticos femininos. Por outro lado, os homens parecem ser mais afetados pelo idadismo quando a sua capacidade de desempenhar papéis sociais e culturais centrais é posta em causa ou limitada, uma vez que o cumprimento desses papéis é frequentemente um elemento estruturante da identidade masculina (Griffith, Gunter & Allen, 2011). Itzin e Phillipson (1995) referem-se a este fenómeno como “dupla marginalização” no caso das mulheres, uma vez que estas enfrentam simultaneamente discriminação com base na idade e no género, sobretudo em contextos organizacionais. Através de uma perspetiva multigeracional, Bodner e colaboradores (2012) identificaram que as mulheres tendem a apresentar atitudes menos idadistas do que os homens, demonstrando maior empatia e valorização da população idosa.

2.4 Relações Avós-Netos em Jovens Adultos, Ansiedade Face ao Envelhecimento e Idadismo

O contacto frequente com idosos de referência mostra-se uma estratégia fulcral para diminuir tanto o idadismo, como a ansiedade face ao envelhecimento (Allan & Johnson, 2009). O aumento da educação em relação ao processo de envelhecimento pode diminuir a ansiedade e os estereótipos relativos ao mesmo (Donizzetti, 2019). Podhorecka et al., (2021), revelaram que o conhecimento e o contacto com idosos afeta significativamente os comportamentos idadistas e que o contacto de qualidade (mas não o de frequência) se associa a atitudes positivas face aos mais velhos.

No mesmo sentido, Drury et al., (2016) analisaram a ansiedade de contacto e a ansiedade face ao envelhecimento como potencial mediador da redução do idadismo em jovens, antes e após uma intervenção que promovia o contacto intergeracional. O estudo revelou que o contacto de qualidade e o contacto prolongado estavam associados com mais atitudes positivas para com os idosos, enquanto o mesmo não acontecia com o contacto de

frequência. Mostrou, também, que os efeitos positivos tanto do contacto de qualidade como do contacto prolongado dos jovens nas atitudes relacionadas com a idade, são mediadas pela redução da ansiedade intergrupar e ansiedade face ao envelhecimento. Isto sugere que, quando os jovens passam tempo de qualidade com idosos, sentem-se menos ansiosos relativamente a contactos intergeracionais futuros, bem como ao seu próprio envelhecimento sendo, assim, menos idadistas.

Indivíduos que cresceram com idosos têm opiniões significativamente mais negativas relativamente aos idosos, embora apresentem menos ansiedade face ao envelhecimento (Falmion et al., 2019). O impacto negativo é maior quando os idosos envolvidos na relação estão doentes (Smith & Charlton, 2020).

Allport (1954) assinala que, em condições ideais, o contacto entre os grupos pode reduzir significativamente o preconceito. Contudo, para que se obtenham resultados positivos, o contacto deve obedecer a certas condições específicas: igualdade de estatuto (ou seja, a percepção de que os grupos possuem o mesmo estatuto no contexto de contacto), partilha de objetivos comuns (ou seja, ambos os grupos trabalham em conjunto em prol de uma meta partilhada), cooperação intergrupar (permite que os indivíduos trabalhem em conjunto para alcançar um resultado significativo para todos) e suporte institucional (assegurado por normas, leis e figuras de autoridade) (Christian et al., 2014). A relação avós-netos enquadra-se perfeitamente nestas condições, pois exhibe elementos essenciais para fomentar mudanças de atitudes positivas com os elementos da diáde. A dinâmica da diáde caracteriza-se por um estatuto igualitário, interações predominantemente positivas e suporte institucional fornecido pelos pais. Ademais, essa relação permite o desenvolvimento e a manutenção de relações/laços próximos e duradouros (Harwood et al., 2005; Lin & Harwood, 2003; Soliz, 2007; Soliz & Harwood, 2003), conduzindo a que as gerações mais jovens contemplem o exogrupo como menos ameaçador.

Apesar da maioria dos jovens apresentarem um baixo nível de contacto intergeracional, a interação com os avós é frequentemente o principal contacto que possuem com as gerações mais velhas (Harwood, 2000; Lin & Harwood, 2003). Este tipo de interação tende a ser percebido como mais satisfatório do que os restantes contactos intergeracionais, uma vez que os laços familiares produzem efeitos mais fortes e benéficos sobre as atitudes idadistas (Harwood et al., 2005).

Estudos conduzidos por Lin e Harwood (2003) ou Soliz e Harwood (2003) demonstraram que o contacto positivo com os avós está associado ao desenvolvimento de

atitudes mais positivas em relação ao envelhecimento. Estes resultados corroboram a opinião de que, embora se observe a predominância de atitudes negativas para com as pessoas idosas na sociedade, o mesmo não se percebe quando se trata de pessoas idosas específicas como os avós, quando se tem amizade com uma pessoa idosa, ou até mesmo com colegas de trabalho mais velhos.

Relativamente ao idadismo, a literatura sugere que aspetos específicos da relação avós-netos estão associados a atitudes mais positivas em relação aos idosos (Harwood et al., 2005; Soliz & Harwood, 2006).

2.5 O Presente Estudo

Com a presença cada vez mais constante dos avós na vida dos netos, a relação avós-netos torna-se uma das relações mais importantes na família (Mansson et al., 2016; Sciplino & Kinshott, 2019). Esta relação tem sido estudada internacionalmente a vários níveis: proximidade, contacto e impacto (Flamion et al., 2017; Mansson & Butterfield, 2011; Smith & Charlton, 2020; Smorti et al., 2012; Triadó et al., 2005). Em Portugal, foram realizados vários estudos com foco nesta relação e nos seus benefícios para o bem-estar de avós (Caldeira, 2010; Nunes, 2009), de crianças e adolescentes (Fernandes, 2010; Santana, 2015) e de jovens adultos (Miguel et al., 2021).

A literatura tem demonstrado que a proximidade e a qualidade das relações intergeracionais podem desempenhar um papel fundamental na construção de uma visão mais positiva do envelhecimento. O contacto próximo e afetivo com os avós pode permitir aos jovens observar exemplos concretos de envelhecimento saudável e ativo, contrariando estereótipos negativos frequentemente associados à velhice (Burnes et al., 2019; Chonody, 2019; Marques et al., 2019; Smith & Charlton, 2020). Contudo, o impacto dessas relações no desenvolvimento do idadismo não é direto e pode ser mediado por fatores psicológicos, como a ansiedade face ao envelhecimento. A literatura tem vindo a evidenciar que ansiedade face ao envelhecimento e o idadismo estão correlacionados (Allan & Johnson, 2009), e que a relação avós-netos impacta positivamente estes fatores (Flamion et al., 2019; Wise & Uzel, 2021). A crescente longevidade da população portuguesa torna as relações intergeracionais cada vez mais frequentes e potencialmente significativas no desenvolvimento das atitudes dos jovens adultos em relação ao envelhecimento. No entanto, a forma como estas relações influenciam a perceção da velhice e os preconceitos associados à idade ainda não está completamente compreendida.

Adicionalmente, permanece por aprofundar o estudo do papel mediador da ansiedade face ao envelhecimento na relação avós netos e o idadismo (Drury et al., 2016). Muitos jovens adultos experienciam receios sobre o processo de envelhecer, influenciados por discursos sociais que frequentemente associam a velhice à perda de autonomia, à doença e ao declínio físico e cognitivo. Esclarecer se as relações positivas entre avós e netos podem reduzir esses receios e, conseqüentemente, diminuir atitudes idadistas nos jovens adultos é uma tarefa ainda a aprofundar.

Neste sentido, em conformidade com este quadro teórico-empírico anteriormente apresentado, o presente estudo tem como objetivos específicos:

Objetivo 1 – Analisar as diferenças nas relações avós-netos, ansiedade face ao envelhecimento e idadismo em função do sexo biológico dos jovens adultos

Objetivo 2 – Analisar um modelo teórico de relações entre relação avós-netos, ansiedade face ao envelhecimento e idadismo de jovens adultos. Mais concretamente, serão testadas as seguintes hipóteses (Figura 1):

H1: Relações positivas entre avós-netos estão associadas a menores níveis de ansiedade face ao envelhecimento em jovens adultos.

H2 : A ansiedade face ao envelhecimento relaciona-se positivamente com o idadismo.

H3: Relações positivas avós-netos estão associadas a menor idadismo por parte dos jovens adultos.

H4: A ansiedade face ao envelhecimento medeia a relação avós-netos e o idadismo em jovens adultos.

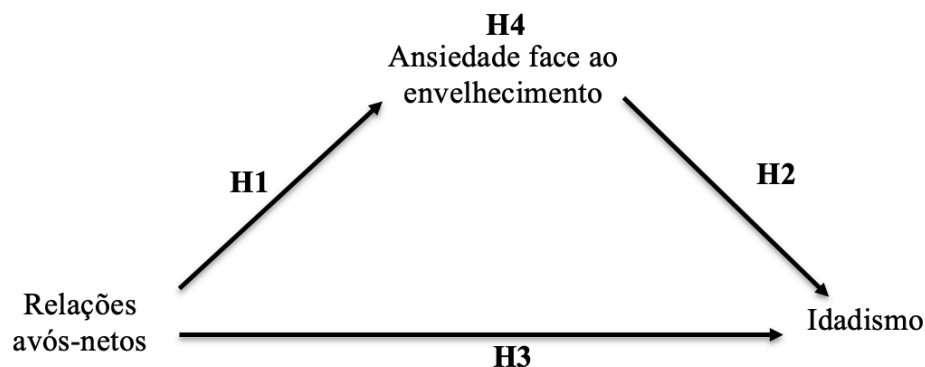


Figura 1. Modelo teórico a testar

3. Método

3.1 Participantes

A amostra inicial foi submetida aos critérios de inclusão definidos: idade entre 18 e 30 anos, nacionalidade portuguesa e contacto frequente (Pelo menos uma vez por semana) com pelo menos um dos avós. Cumprindo estes critérios, a amostra do presente estudo é constituída por 270 jovens adultos, dos quais 169 (62.6%) do sexo feminino e 101 (37.4%) do sexo masculino. As idades variaram entre 18 e 30 anos ($M = 23.08$; $DP = 3.43$). As características sociodemográficas dos participantes constam da Tabela 1.

Tabela 1. Características sociodemográficas da amostra

Grau de Ensino	N	%
Ensino secundário	136	50.4
Licenciatura	92	34.1%
Mestrado	26	9.6%
Ensino básico	6	2.2%
Noutras formações	5	1.3%
Pós-graduação	4	1.5%
Doutoramento	2	0.7%
Situação Profissional	N	%
Trabalhadores	119	44.1%
Estudantes	108	40.0%
Trabalhadores-estudantes	30	11.1%
Desempregados	11	4.1%
Em outras ocupações	2	0.7%
Estado Civil	N	%
Solteiro	235	87.0%
Casados/ União de facto	27	10.0%
Outro estado civil	5	1.9%
Separados/Divorciados	3	1.1%
Área de residência	N	%
Aveiro	86	31.9%
Porto	80	29.6%
Bragança	46	17.0%
Viseu	39	14.4%
Braga	6	2.2%
Santarém	3	1.1%
Castelo Branco	2	0.7%
Coimbra	2	0.7%
Lisboa	2	0.7%
Vila Real	2	0.7%
Açores	1	0.4%

3.2 Instrumentos

Afetos Entre Avós e Netos. Para avaliar o afeto recebido pelos netos por parte dos avós, foi utilizada a Grandchildren’s Received Affection Scale (GRAS; Mansson, 2013); adaptações portuguesas de Arsénio (2018) e Fraga (2022). Esta escala apresenta quatro subescalas: afeto (e.g., “O/a meu/minha avô/avó pergunta-me como tenho andado”), amor e estima (e.g., “O/a meu/minha avô/avó diz-me que gosta de mim”), memórias e humor (e.g., “O/a meu/minha avô/avó conta-me piadas”) e comemoração (e.g., “O/a meu/minha avô/avó dá-me prendas em ocasiões especiais”). Os participantes respondem aos 17 itens numa escala tipo *Likert* de sete pontos variando de 1 (*Discordo fortemente*) a 7 (*Concordo fortemente*). A escala exibe uma boa consistência interna apresentando um alfa de *Cronbach* de .95 no que concerne à subescala de afeto apresenta um alfa de *Cronbach* de .95 (.90 na escala original); a subescala de amor e estima apresenta um alfa de *Cronbach* de .95 (.89 na escala original); a subescala de memórias e humor apresenta um alfa de .95 (.89 na escala original); por último, a subescala comemoração apresenta um alfa de *Cronbach* de .77 (.75 na escala original) (Arsénio, 2018; Mansson, 2013).

Ansiedade Face ao Envelhecimento. Para avaliar a ansiedade face ao envelhecimento em jovens adultos, foi utilizada a *Escala de Ansiedade Face ao Envelhecimento* (Anxiety about Aging Scale - AAS), um instrumento composto por 20 itens que se dividem em 4 fatores: medo de idosos (e.g., “Gosto de estar com pessoas idosas”); preocupações psicológicas (e.g., “Quanto mais velho/a fico, mais me preocupo com a minha saúde”); aparência física (e.g., “Nunca temi o dia em que me olharia ao espelho e veria cabelos brancos”) e medo de perda (“tenho receio de quando for idoso/a, os meus amigos já não estejam presentes”). Os itens foram medidos numa escala de *Likert* de 5 pontos de 1 (*Discordo em absoluto*) a 5 (*Concordo em absoluto*). No que respeita a adequação da escala total, esta apresenta um alfa de *Cronbach* de .82. Relativamente à subescala medo de idosos apresenta um alfa de *Cronbach* de .78, a subescala preocupações psicológicas apresenta um alfa de *Cronbach* de .74, a subescala aparência física apresenta um alfa de *Cronbach* de .71, e a subescala medo de perda apresenta um alfa de *Cronbach* de .69 (Lasher & Faulkender, 1993).

Idadismo. Para avaliar o idadismo, foi utilizada a Escala de Idadismo de Fraboni – Versão Reduzida Portuguesa (EIF-VRP; Neto & Neto, 2024). Esta escala é composta por 9

itens medidos através de uma escala de *Likert* de 7 pontos (1 = *Discordo totalmente* a 7 = *Concordo totalmente*). Estes itens encontram-se divididos em 3 subescalas: evitamento (e.g., “Preferia não ir a um convívio numa associação de pessoas idosas, no caso de ser convidado”); estereótipos (e.g., “A maior parte das pessoas idosas deveria ser consideradas como tendo pouca higiene pessoal”) e discriminação (e.g., “É melhor que as pessoas idosas vivam onde não aborreçam ninguém”). Relativamente à adequação da escala, esta apresenta boas qualidades psicométricas, nomeadamente uma consistência interna elevada com um alfa de *Cronbach* de .85 para a escala total. A subescala de evitamento apresenta um alfa de *Cronbach* de .71, a subescala estereótipos um alfa de *Cronbach* de .68, e a subescala de discriminação um alfa de *Cronbach* .85 (Neto & Neto, 2024).

3.3 Procedimentos

3.3.1 Procedimentos de Recolha de Dados

A recolha de dados foi efetuada através da disponibilização online de um link de acesso direto ao protocolo de investigação, e propagado também online recorrendo a redes sociais pessoais como o Instagram, Facebook e WhatsApp. A amostra do presente estudo é de conveniência, e foi recolhida através de um processo de amostragem *snowball*. Os critérios de inclusão no estudo foram: (i) ter entre 18 e 30 anos; (ii) ter nacionalidade portuguesa; (iii) ser falante nativo de língua portuguesa, (iv) ter contacto com pelo menos um/a avô/avó. Os participantes foram instruídos sobre os objetivos do estudo, o carácter voluntário da participação, a hipótese de desistência a qualquer momento e o tempo aproximado de resposta ao questionário. Foi garantido o anonimato e a confidencialidade. Foi também recolhido o consentimento informado de todos os participantes. Ademais, foi fornecido um contacto para qualquer esclarecimento necessário. Todos os procedimentos deste estudo respeitaram o Código de Ética dos Psicólogos Portugueses (Ordem dos Psicólogos Portugueses, 2021) e a Declaração de Helsínquia.

3.3.2 Procedimentos de Análise de Dados

Os dados foram analisados recorrendo ao software *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS) na versão 29 para o MacBook. Para atingir os objetivos de estudo propostos, foram efetuadas análises descritivas para caracterização da amostra e descrição das variáveis em estudo. Foram realizadas análises de fiabilidade dos instrumentos, para

avaliar a sua consistência interna com base no alfa de *Cronbach*. Foram, também, feitas análises de correlação e de diferenças entre grupos (*t Student*) de modo a compreender as relações das variáveis entre si. As hipóteses foram averiguadas recorrendo à macro PROCESS do SPSS desenvolvida por Hayes (2013). O modelo 4 do PROCESS permite, através do *bootstapping*, a construção de um intervalo de confiança de 95% para avaliar uma mediação simples. O efeito indireto da mediação simples foi calculado através dos resultados dos coeficientes da variável independente no mediador e da variável independente na variável dependente através do efeito mediador. O efeito será estatisticamente significativo se o zero não estiver incluído entre os limites máximo e mínimo do intervalo de confiança de 95% criado pelo PROCESS.

4. Resultados

4.1. Análises preliminares: Análises descritivas e correlacionais

A Tabela 2 apresenta as estatísticas descritivas e as correlações de Pearson entre as variáveis analisadas: dimensões da relação avós-netos, ansiedade face ao envelhecimento e idadismo. O idadismo ($M = 2.32$; $DP = 1.38$) e a ansiedade face ao envelhecimento ($M = 2.51$; $DP = 0.44$) apresentam valores relativamente baixos. Em contraste, as dimensões das relações avós-netos apresentaram médias superiores, destacando-se o afeto nas relações avós-netos ($M = 5.83$; $DP = 1.55$) como a dimensão mais pontuada, seguida por comemoração ($M = 5.72$; $DP = 1.64$), memória e humor ($M = 5.52$; $DP = 1.67$) e amor e estima ($M = 5.22$; $DP = 1.83$). Observou-se uma correlação positiva e significativa entre o idadismo e ansiedade face ao envelhecimento ($r = 0.233$, $p < .01$), indicando que maiores níveis de ansiedade face ao envelhecimento estão associados a maiores níveis de atitudes idadistas. Por outro lado, a ansiedade face ao envelhecimento correlacionou-se negativamente com todas as dimensões da relação avós-netos, revelando que quanto mais os netos percebem carinho, afeto e interação positiva com os avós, menor tende a ser sua ansiedade em relação ao processo de envelhecimento. Essas correlações foram todas estatisticamente significativas: amor e estima ($r = -.212$), afeto ($r = -.261$), memória e humor ($r = -.288$) e comemoração ($r = -.292$), todas com $p < .01$. As dimensões da relação avós-netos apresentaram correlações positivas e fortes entre si, sugerindo uma estrutura coesa entre os diferentes aspetos da relação entre avós e netos. Por exemplo, a dimensão “afeto”

apresentou correlações fortes com “amor e estima” ($r = .731$), “memória e humor” ($r = .778$) e “comemoração” ($r = .747$), todas significativas ao nível de $p < 0.0$

Tabela 2. Estatísticas descritivas e correlações entre as dimensões da relação avós-netos, ansiedade face ao envelhecimento e idadismo

	M	DP	1.	2.	3.	4.	5.	6.
1. Amor e estima	5.22	1.83	(.97)					
2. Afeto	5.83	1.55	.73*	(.97)				
3. Memória e humor	5.52	1.67	.68**	.78**	(.96)			
4. Comemoração	5.72	1.64	.67**	.75**	.64**	(.89)		
5. Ansiedade face ao envelhecimento	2.51	.44	-.21**	-.26**	-.29**	-.29**	(.60)	
6. Idadismo	2.32	1.38	-.07	-.12	-.08	-.08	.23**	(.95)

Nota: ** $p < .01$. M = média; DP = desvio padrão; Alfa de Cronbach na diagonal

4.2. Relações avós-netos, ansiedade face ao envelhecimento e idadismo: Diferenças de género

Na Tabela 3 apresentam-se os resultados da análise das diferenças entre participantes do sexo masculino e feminino. Os resultados evidenciam apenas uma diferença estatisticamente significativa entre os sexos na variável idadismo ($t = 4.393$; $p < .001$), indicando que os homens apresentam maior níveis de idadismo ($M = 2.81$; $DP = 1.57$) do que as mulheres ($M = 2.01$; $DP = 1.13$).

Tabela 3. Relação avós-netos, ansiedade face ao envelhecimento e idadeismo: Descritivas e teste de diferenças de gênero

	Masculino		Feminino		t	p
	(M)	(DP)	(M)	(DP)		
Amor e estima	5.35	1.69	5.15	1.92	.851	.369
Afeto	5.75	1.51	5.87	1.58	-.585	.559
Memórias e humor	5.51	1.52	5.52	1.75	-.051	.959
Comemoração	5.56	1.64	5.81	1.63	-1.239	.216
Ansiedade face ao envelhecimento	2.55	0.44	2.48	0.43	1.325	.186
Idadismo	2.81	1.57	2.01	1.13	4.393	<.001

Nota: *M* = média; *DP* = desvio padrão; *t* = valor do teste t de Student; *p* = nível de significância.

4.3 Relações avós-netos e idadeismo: Efeito mediador da ansiedade face ao envelhecimento

Para analisar se a ansiedade face ao envelhecimento medeia a relação entre relação avós-netos e idadeismo, foram conduzidas quatro análises de mediação, tomando como variável independente cada um dos quatro fatores da relação avós-netos (amor e estima, afeto, memória e humor, comemoração), como variável mediadora a ansiedade face ao envelhecimento, e como variável dependente o idadeismo.

No primeiro modelo (Tabela 4), referente à dimensão Amor e Estima, os resultados indicam que esta variável prediz negativamente a ansiedade face ao envelhecimento ($\beta = -.24$, $SE = 0.01$, $p < .001$). Por sua vez, a ansiedade face ao envelhecimento prediz positivamente o idadeismo ($\beta = .23$, $SE = 0.21$, $p < .001$), explicando parcialmente a relação. O efeito direto de Amor e Estima no idadeismo não foi significativo ($\beta = .00$, $SE = 0.05$, $p = 1.00$), bem como o efeito total ($\beta = -.06$, $SE = 0.05$, $p = .38$). O efeito indireto, no entanto, foi estatisticamente significativo ($\beta = -.06$, $SE = 0.01$, IC 95% [-0.07, -0.02]), indicando um efeito de mediação total do Amor e Estima no idadeismo via ansiedade face ao envelhecimento.

Tabela 4. Análise de mediação: Efeitos direto, indireto e total da variável “Amor e Estima” sobre o idadismo, mediada pela ansiedade face ao envelhecimento

Relação Variável	β	SE	t	p	LLCI	ULCI
Amor e estima (X) → Ansiedade face ao envelhecimento (M)	-.24	0.01	-3.89	< .001	-0.09	-0.03
Ansiedade face ao envelhecimento (M) → Idadismo(Y)	.23	0.21	3.60	< .001	0.34	1.16
Amor e estima (X) → Idadismo (Y) – Efeito direto	.00	0.05	-0.01	1.00	-0.10	0.10
Amor e estima (X) → Idadismo (Y) - Efeito total	-.06	0.05	-0.88	.38	-0.14	0.05
Efeito indireto	-.06	0.01	—	—	-0.07	-0.02

Nota: b=coeficiente de regressão. DP=desvio padrão. LLCI=lower CI limit. ULCI=upper CI limit. A tabela apresenta a análise de mediação da variável dependente (Idadismo), variável independente (GRAS- Amor e estima) e o mediador (Ansiedade face ao envelhecimento).

Relativamente ao segundo modelo (Tabela 5), envolvendo a dimensão Afeto, os resultados demonstram também um efeito negativo do Afeto sobre a ansiedade face ao envelhecimento ($\beta = -.27$, SE = 0.02, $p < .001$). A ansiedade, por sua vez, tem um efeito positivo e significativo sobre o idadismo ($\beta = .22$, SE = 0.21, $p < .001$). O efeito direto do afeto sobre o idadismo não foi significativo ($\beta = -.06$, SE = 0.06, $p = .37$), sendo o efeito total também não significativo ($\beta = -.12$, SE = 0.06, $p = .070$). O efeito indireto revela-se significativo ($\beta = .06$, SE = 0.02, IC 95% [-0.09, -0.02]), sugerindo também uma mediação total da ansiedade face ao envelhecimento, ou seja, a relação entre a dimensão afeto e o idadismo é explicada via ansiedade face ao envelhecimento.

Tabela 5. Análise de mediação: Efeitos direto, indireto e total da variável "Afeto" sobre o idadismo, mediada pela ansiedade face ao envelhecimento

Relação Variável	β	SE	t	p	LLCI	ULCI
Afeto (X) → Ansiedade face ao envelhecimento (M)	-.27	0.02	-4.28	< .001	-0.11	-0.04
Ansiedade face ao envelhecimento (M) → Idadismo(Y)	.22	0.21	3.28	< .001	0.28	1.11
Afeto (X)→ Idadismo (Y)- Efeito Total	-.06	0.06	-0.89	.37	-0.17	0.06
Afeto (X) → Idadismo (Y) – Efeito Total	-.12	0.06	-1.80	.07	-0.22	0.01
Efeito indireto	.06	0.02	—	—	-0.09	-0.02

Nota: b=coeficiente de regressão. DP=desvio padrão. LLCI=lower CI limit. ULCI=upper CI limit. A tabela apresenta a análise de mediação da variável dependente (Idadismo), variável independente (GRAS- Afeto) e o mediador (Ansiedade face ao envelhecimento).

Na dimensão Memórias e Humor (Tabela 6), observa-se um padrão semelhante: esta variável apresenta um efeito negativo e significativo na ansiedade face ao envelhecimento ($\beta = -.27$, $SE = 0.02$, $p < .001$). A ansiedade continua a ser um preditor positivo do idadismo ($\beta = .23$, $SE = 0.21$, $p < .001$). O efeito direto de Memórias e Humor no idadismo não é significativo ($\beta = -.01$, $SE = 0.06$, $p = .92$), bem como o efeito total ($\beta = -.07$, $SE = 0.05$, $p = .28$). O efeito indireto é significativo ($\beta = -.06$, $SE = 0.02$, IC 95% [-0.09, -0.02]), confirmando novamente um efeito mediador total.

Tabela 6. Análise de mediação: Efeitos direto, indireto e total da variável "Memória e Humor" sobre o idadismo, mediada pela ansiedade face ao envelhecimento

Relação Variável	β	SE	t	p	LLCI	ULCI
Memória e humor (X) → Ansiedade face ao envelhecimento (M)	-.27	0.02	-4.41	< .001	-0.10	-0.04
Ansiedade face ao envelhecimento (M) → Idadismo (Y)	.23	0.21	3.53	< .001	0.33	1.15
Memória e humor (X) → Idadismo (Y)- Efeito direto	-.01	0.06	-0.11	.92	-0.12	0.10
Memória e humor (X) → Idadismo (Y)- Efeito Total	-.07	0.05	-1.09	.28	-0.17	0.05
Efeito indireto	-.06	0.02	—	—	-0.09	-0.02

Nota: b=coeficiente de regressão. DP=desvio padrão. LLCI=lower CI limit. ULCI=upper CI limit. A tabela apresenta a análise de mediação da variável dependente (Idadismo), variável independente (GRAS- Memória e Humor) e o mediador (Ansiedade face ao envelhecimento).

Por fim, no modelo com a dimensão Comemoração (Tabela 7), verifica-se também um efeito negativo significativo na ansiedade face ao envelhecimento ($\beta = -.30$, SE = 0.02, $p < .001$). A ansiedade influencia positivamente o idadismo ($\beta = .24$, SE = 0.21, $p < .001$). O efeito direto de Comemoração sobre o idadismo não é estatisticamente significativo ($\beta = -.01$, SE = 0.05, $p = .91$), e o efeito total também não é significativo ($\beta = -.08$, SE = 0.05, $p = .22$). No entanto, o efeito indireto via ansiedade é significativo ($\beta = -.07$, SE = 0.02, IC 95% [-0.09, -0.03]), sugerindo, tal como nas outras dimensões, uma mediação total.

Tabela 7. Análise de mediação: Efeitos direto, indireto e total da variável "Comemoração" sobre o idadismo, mediada pela ansiedade face ao envelhecimento

Relação Variável	β	SE	t	p	LLCI	ULCI
Comemoração (X)→ Ansiedade face ao envelhecimento (M)	-.30	0.02	-4.93	< .001	-0.11	-0.05
Ansiedade face ao envelhecimento (M)→ Idadismo (Y)	-.24	0.21	3.63	< .001	0.35	1.17
Comemoração (X)→ Idadismo (Y)- Efeito direto	-.01	0.05	-0.11	.91	-0.11	0.10
Comemoração (X)→ Idadismo (Y) - Efeito total	-.08	0.05	-1.24	.22	-0.17	0.04
Efeito indireto	-.07	0.02	—	—	-0.09	-0.03

Nota: b=coeficiente de regressão. DP=desvio padrão. LLCI=lower CI limit. ULCI=upper CI limit. A tabela apresenta a análise de mediação da variável dependente (Idadismo), variável independente (GRAS-Comemoração) e o mediador (Ansiedade face ao envelhecimento).

Assim, de forma global, os resultados obtidos oferecem suporte empírico à H1, demonstrando que relações positivas entre avós e netos, nomeadamente nas dimensões de amor e estima, afeto, memórias e humor, e comemoração, estão associadas a níveis mais baixos de ansiedade face ao envelhecimento em jovens adultos. Estes resultados sugerem que laços intergeracionais de qualidade podem funcionar como fator protetor face às apreensões relacionadas com o processo de envelhecimento.

Adicionalmente, os dados sustentam H2, uma vez que a ansiedade face ao envelhecimento se revelou um preditor positivo e significativo do idadismo. Ou seja, jovens com maiores níveis de ansiedade face ao envelhecimento tenderam a apresentar atitudes mais negativas em relação às pessoas idosas.

No entanto, os resultados não confirmam H3, dado que não foram encontradas associações diretas e estatisticamente significativas entre as dimensões da relação avós-netos e o idadismo. Esta ausência de efeito direto indica que, apesar da importância da relação intergeracional, a sua influência no idadismo pode operar por vias indiretas.

Neste sentido, H4 é suportada, uma vez que se verificou a presença de efeitos indiretos significativos em todos os modelos testados, através da mediação da ansiedade face ao envelhecimento. As diferentes dimensões da relação avós-netos influenciam negativamente a ansiedade face ao envelhecimento, que por sua vez aumenta o idadismo, confirmando um

modelo de mediação total. Estes resultados sugerem que a qualidade das relações intergeracionais pode reduzir o idadismo, ainda que de forma indireta, atuando sobre crenças e emoções relacionadas com o próprio envelhecimento.

5. Discussão

Com o aumento da esperança média de vida e a presença cada vez mais frequente dos avós na vida dos netos, a relação avós-netos tem-se assumido como uma das mais significativas no seio familiar (Mansson et al., 2016; Sciplino & Kinshott, 2019). Embora investigações anteriores tenham identificado alguns benefícios associados à relação avós-netos, a maioria dos estudos tem-se focado nos efeitos da intergeracionalidade para com os avós (Caldeiras, 2010; Nunes, 2009) ou para com as crianças e adolescente (Fernandes, 2017; Santana, 2015). Assim, o presente estudo teve como objetivo explorar como relações próximas no seio familiar, nomeadamente a relação avós-netos, poderão contribuir para construções positivas acerca do seu próprio envelhecimento e para a desconstrução de atitudes idadistas, procurando compreender de que forma esta relação impacta a ansiedade face ao envelhecimento e os estereótipos face ao envelhecimento.

Antes de discutir diretamente as hipóteses propostas, importa refletir sobre os resultados obtidos de forma geral, de modo a enquadrar os principais padrões emergentes. De um modo geral, os dados evidenciaram a presença de associações relevantes entre as dimensões das relações avós-netos e a ansiedade face ao envelhecimento. Em particular, destacaram-se dimensões específicas da relação avós-netos, como o amor e estima, o afeto, as memórias, o humor e a comemoração, que se revelaram associadas a níveis mais baixos de ansiedade face ao envelhecimento em jovens adultos. Estes resultados sugerem que as relações familiares próximas e emocionalmente significativas podem constituir um fator protetor face às inquietações associadas ao processo de envelhecimento. Por outro lado, observou-se que níveis mais elevados de ansiedade face ao envelhecimento tendem a corresponder a atitudes mais idadistas, apontando para uma ligação entre o desconforto pessoal em relação ao envelhecer e a forma como se percebem os idosos. Embora não tenha sido encontrada uma associação direta entre a qualidade da relação avós-netos e o idadismo, os dados revelaram a existência de efeitos indiretos, indicando a importância da ansiedade face ao envelhecimento como variável mediadora.

Os resultados revelam que, de um modo geral, não se verificam diferenças estatisticamente significativas entre géneros nas dimensões que avaliam a qualidade da

relação intergeracional, nomeadamente, amor e estima, afeto, memórias e humor, e comemoração, bem como na ansiedade face ao envelhecimento. Contudo, isto não se verifica na literatura, onde se destaca uma diferença estatisticamente significativa na variável idadeísmo, sendo os homens aqueles que apresentam níveis mais elevados de atitudes idadeístas, em comparação com as mulheres (Bodner, Bergman e Cohen-Fridel, 2012; Krekula, Nikander e Wilińska, 2018; Cummings, Kropf e DeWeaver, 2000). Estes estudos indicam que os participantes do sexo masculino demonstram uma maior tendência para expressar crenças ou atitudes negativas face às pessoas idosas, o que pode refletir fatores socioculturais e de socialização distintos entre géneros. Diversas investigações têm evidenciado que as mulheres tendem a manifestar atitudes mais positivas e empáticas em relação ao envelhecimento, o que poderá justificar os níveis mais baixos de idadeísmo observados neste grupo (Allan & Johnson, 2009; Löckenhoff et al., 2009). Esta diferença é particularmente relevante, uma vez que pode ter implicações diretas na forma como homens e mulheres se posicionam em contextos de cuidado, políticas públicas ou interações sociais com a população idosa. Reconhecer as disparidades de género no idadeísmo é fundamental para o desenvolvimento de intervenções mais sensíveis ao género, promovendo atitudes mais inclusivas face à velhice em diferentes contextos sociais.

Deste modo, o presente estudo investigou a hipótese de que as relações positivas entre avós-netos estão associadas a menores níveis de ansiedade face ao envelhecimento em jovens adultos (H1). Os resultados obtidos corroboram esta hipótese, revelando que dimensões especificamente da relação avós-netos, nomeadamente, amor e estima, afeto, memórias e humor e comemoração estão significativamente associados a níveis inferiores de ansiedade face ao envelhecimento em jovens adultos. Assim, o contacto intergeracional de qualidade emerge como uma forma de reduzir a ansiedade face ao envelhecimento. A literatura também suporta estes resultados uma vez que estudos de Mansson (2013) e Mansson & Booth-Butterfield (2011), revelam que existem melhorias a nível da saúde social, relacional e psicológica e também menores níveis de stress e depressão nos netos que têm relações positivas com os seus avós. Adicionalmente, o estudo de Massa (2019) evidencia que o contacto de qualidade e quantidade entre avós e netos traduz-se em netos menos ansiosos relativamente ao envelhecimento, nomeadamente no medo de pessoas idosas, preocupações psicológicas e aparência física. No entanto este estudo também conclui que o medo da perda pode estar relacionado com maior ansiedade face ao envelhecimento.

Também Arsénio (2018) identificou que uma associação positiva entre o afeto percebido na relação avós-netos e níveis superiores de bem-estar psicológico nos netos.

A hipótese de que a ansiedade face ao envelhecimento se relaciona positivamente com o idadismo (H2) foi confirmada ou seja, a ansiedade face ao envelhecimento revelou ser um preditor positivo e significativo do idadismo o que significa que jovens com maiores níveis de ansiedade face ao envelhecimento normalmente apresentam mais atitudes idadistas, foi também possível verificar que indivíduos do sexo masculino apresentam maiores níveis de idadismo comparativamente aos indivíduos do sexo feminino. O estudo de Brunton e Scott (2015), realizado com participantes com idades compreendidas entre os 18 e os 88 anos, apoia estes resultados, concluindo que quanto maior for a ansiedade face ao envelhecimento, maior será a presença de preconceitos associados ao envelhecimento. O estudo de Chonody e colaboradores (2014), que estudou diferentes preditores do idadismo em três grupos diferentes (estudantes, docentes e profissionais gerontológicos) verificou que a ansiedade face ao próprio envelhecimento surge como um fator preditor de atitudes mais negativas em relação aos idosos. Também Allan e Johnson (2009), através do seu estudo revelaram que maiores níveis de idadismo estão associados a maior ansiedade face ao próprio envelhecimento. Um outro estudo de Abdelkader et al., (2025), realizado numa amostra de 359 participantes egípcios com uma média de idades de aproximadamente 28 anos, oferece suporte adicional a esta associação. Os autores verificaram que a ansiedade face ao envelhecimento foi um preditor significativo de idadismo, mesmo após o controlo por variáveis como género, contacto prévio com pessoas idosas e rendimento. Kwon et al., (2023), realizou um estudo com estudantes e profissionais da área de higiene dentária na Coreia do Sul, cuja média de idades foi de 24 anos. Através de uma análise de regressão múltipla, os autores verificaram que níveis mais elevados de ansiedade relativamente ao envelhecimento previam atitudes mais idadistas. Este estudo confirma, assim, que a ansiedade face ao envelhecimento funciona como um preditor significativo de idadismo em populações jovens adultas. Tal como no presente trabalho, os autores destacam a importância de medidas de educação gerontológica e de contacto intergeracional como estratégias para mitigar tanto a ansiedade como os preconceitos face à velhice. Assim, os resultados obtidos contribuem para reforçar a compreensão do papel da ansiedade face ao envelhecimento como mecanismo facilitador de atitudes idadistas, transversal a diferentes contextos culturais.

Estes dados são consistentes com o estudo de Poon e Li (2024), que identificaram uma relação semelhante em adultos mais velhos, onde verificaram que a ansiedade face ao envelhecimento está associada a mais atitudes idadistas e a microagressões dirigidas a pessoas idosas. Embora a amostra dos autores não tenha sido composta por jovens adultos, os resultados apontam para um padrão semelhante: quanto maior o medo de envelhecer, mais provável é o desenvolvimento de atitudes negativas face aos idosos. Assim, os dados do presente estudo alargam este padrão a uma população mais jovem, sugerindo que a ansiedade face ao envelhecimento é um fator de risco relevante para o desenvolvimento de idadismo desde a juventude.

A hipótese de que a forma como a relação avós-netos conduz a menor idadismo por parte dos jovens adultos (H3) não foi suportada pelos resultados, uma vez que não se encontraram associações diretas e estaticamente significativas entre a relação avós-netos e o idadismo. Estes resultados não são corroborados pela literatura já existente. Um estudo de Lisboa e colaboradores (2018) e outro de Chonody e colaboradores (2014), constataram que a relação avós-netos leva a menos atitudes idadistas por meio do aumento do conhecimento sobre o processo de envelhecimento. Também os estudos de Brunton e Scoot (2015) e Harwood e colaboradores (2005), referem este mesmo impacto da relação avós netos no idadismo. Ademais, estudos mostram que a qualidade do contacto tem um impacto positivo importante nas atitudes e estereótipos face aos idosos (Allan & Johnson, 2009; Bousfield & Hutchison, 2010; Schwartz e Simmons, 2001). Um estudo recente de Liao e colaboradores (2023), conduzido com 146 universitários chineses, demonstrou que tanto a frequência quanto a qualidade do contacto com os avós estão significativamente associadas a atitudes menos idadistas em adultos jovens. Os autores analisaram não apenas as atitudes explícitas, mas também as implícitas, encontrando uma correlação clara entre relações próximas com os avós e visões mais positivas sobre os idosos. Este estudo apoia diretamente a hipótese H3 ao evidenciar que as relações intergeracionais, particularmente com os avós, podem contribuir para a redução de estereótipos negativos em relação ao envelhecimento. Embora realizado com crianças e adolescentes na Bélgica, um estudo de Flamion e colaboradores (2019), identificou que aqueles com contacto positivo com os avós apresentaram menores níveis de idadismo, sugerindo que a qualidade dessa relação pode influenciar atitudes desde cedo. Outro estudo de Ribeiro e colaboradores (2020) realizado em Portugal também com crianças revelou resultados semelhantes. Adicionalmente, o estudo de Hoffmann e Kornadt (2022) sublinha o papel dos fatores familiares no desenvolvimento das perceções sobre o

envelhecimento, mostrando que jovens adultos expostos a modelos familiares positivos face ao envelhecimento tendem a apresentar visões mais favoráveis sobre o envelhecer. Embora este estudo não explore diretamente a relação avós-netos, reforça a premissa de que o contexto familiar, enquanto espaço de aprendizagem e transmissão de atitudes, influencia as crenças dos jovens adultos sobre o envelhecimento, sustentando teoricamente a relevância da H3.

A quarta e última hipótese (H4), que propunha que a ansiedade face ao envelhecimento medeia a relação avós-netos e os níveis de idadeísmo em jovens adultos, foi suportada pelos resultados obtidos. Verificaram-se efeitos indiretos significativos em todos os modelos testados, evidenciando o papel mediador da ansiedade face ao envelhecimento nesta relação. Embora vários estudos tenham identificado a ansiedade face ao envelhecimento como um importante mediador na relação entre o contacto intergeracional e as atitudes em relação aos idosos, a literatura ainda não explora especificamente o papel da ansiedade como mediadora entre a relação avós-netos e o idadeísmo em jovens adultos. A maioria destes estudos foca-se na influência direta do contacto e da qualidade da relação na redução da ansiedade ou do preconceito, mas não analisa como a ansiedade face ao envelhecimento pode funcionar como via indireta através da qual a relação avós-netos influencia o idadeísmo (Harwood et al., 2005; Drury et al., 2016; Liao et al., 2023). A literatura que explora esta mediação na relação avós-netos é escassa, estudos prévios indicam que emoções como a ansiedade em relação ao envelhecimento desempenham um papel central na formação de atitudes idadeístas (Levy, 2009; Kite & Wagner, 2002). Assim, o presente estudo apresenta uma contribuição inovadora ao integrar e interligar as três variáveis: relação avós-netos, ansiedade face ao envelhecimento e idadeísmo, aprofundando a compreensão dos mecanismos psicológicos subjacentes às atitudes dos jovens adultos perante o envelhecimento.

Implicações

Os dados obtidos neste estudo indicam que relações avós-netos próximas e de qualidade tendem a estar relacionadas com níveis mais baixos de idadeísmo entre os jovens adultos. Verificou-se ainda que esta relação é parcialmente explicada por menor ansiedade face ao envelhecimento, o que sugere que experiências intergeracionais positivas podem contribuir para uma perceção menos negativa da velhice e das pessoas idosas. Estes resultados estão em linha com estudos anteriores que têm vindo a sublinhar o impacto das relações avós-netos na formação de atitudes mais positivas face ao envelhecimento (Miguel

et al., 2021; Cooney et al., 2021), assim como com investigações que apontam a ansiedade face ao envelhecimento como um fator relevante na manutenção de atitudes idadistas (Kite et al., 2005). A proximidade emocional com os avós poderá, assim, constituir um espaço relacional onde se desenvolvem competências empáticas e uma visão mais realista e menos ameaçadora do envelhecimento (Allan & Johnson, 2009; Massa, 2019). Torna-se, por isso, fundamental criar e incentivar oportunidades de contacto entre gerações, tanto no seio familiar como em contextos educativos ou comunitários, com o objetivo de promover uma cultura mais inclusiva e respeitadora da diversidade etária (Burnes et al., 2019).

Uma outra implicação prática relevante dos resultados deste estudo prende-se com a necessidade de investir em ações formativas dirigidas a jovens adultos sobre o envelhecimento e a velhice. A literatura tem demonstrado de forma consistente que um maior conhecimento sobre o envelhecimento está associado a níveis mais baixos de ansiedade face ao envelhecimento e a menos atitudes idadistas (Donizzetti, 2019; Cooney et al., 2020). A relação avós-netos pode representar um modo de aprendizagem relativamente ao processo de envelhecimento e, assim, auxiliar os jovens adultos a ter mais conhecimento sobre este tópico. Além disso, o contacto intergeracional pode potenciar não só o conhecimento, mas também o envolvimento emocional positivo com pessoas mais velhas, contribuindo para a promoção de atitudes mais inclusivas e menos preconceituosas face à idade.

Deste modo, os resultados assumem particular pertinência para profissionais das áreas da saúde mental, educação e intervenção social, podendo contribuir para o desenvolvimento de programas de prevenção do idadismo e de promoção do bem-estar psicológico entre os adultos emergentes.

Limitações e estudos futuros

Apesar dos contributos relevantes do presente estudo, é importante reconhecer algumas limitações que podem ter influenciado os resultados obtidos e que devem ser consideradas na sua interpretação. A homogeneidade amostral é restritiva para a diversidade de experiências intergeracionais e de contextos socioculturais que poderiam enriquecer e alargar a análise.

Ademais, o desenho transversal do estudo impede o estabelecimento de relações causais entre as variáveis analisadas. Embora se observem associações significativas entre a qualidade da relação avós-netos, a ansiedade face ao envelhecimento e o idadismo, não é

possível determinar a direção destas relações ou avaliar a sua estabilidade ao longo do tempo, sendo representativas apenas do momento em que foram recolhidos os dados. Estudos longitudinais poderiam oferecer uma compreensão mais substancial da evolução destas dinâmicas ao longo do ciclo de vida.

Outra limitação assenta no recurso exclusivo a instrumentos de autorrelato, que estão sujeitos a enviesamentos, como o viés de desejabilidade social, que é a tendência dos participantes a responderem de uma forma vista como socialmente favorável em vez de fornecerem respostas honestas ou precisas (Paulhus, 1991). Além disso, a relação com os avós foi avaliada de forma global, sem considerar possíveis assimetrias relacionais (por exemplo, relação mais próxima com um dos avós).

Para além disto, o presente estudo não avaliou pormenorizadamente o tipo e a frequência do contacto entre avós e netos. Embora tenha sido considerado o critério de contacto frequente com pelo menos um dos avós, não foram recolhidos dados que distinguíssem a natureza desse contacto, nomeadamente se este era presencial, telefónico ou digital, nem foram avaliados os dados relativos à sua regularidade (por exemplo, diário, semanal ou esporádico). Esta omissão pode limitar a compreensão da qualidade e intensidade das interações intergeracionais, uma vez que diferentes formas e frequências de contacto poderão ter impactos distintos na perceção da relação, na ansiedade face ao envelhecimento e nas atitudes idadistas. Assim, estudos futuros poderão beneficiar da inclusão de medidas mais detalhadas sobre os padrões de contacto, permitindo uma análise mais abrangente das dinâmicas relacionais entre avós e netos.

Por fim, o estudo não considerou variáveis contextuais potencialmente relevantes, como o contacto intergeracional fora do contexto familiar (e.g., voluntariado com idosos, convivência multigeracional), que podem também influenciar atitudes idealistas e ansiedade face ao envelhecimento. Incluir estas variáveis poderá permitir uma compreensão mais ampla dos fatores que condicionam o idadismo e a ansiedade face ao envelhecimento em jovens adultos.

Tendo em conta as limitações previamente enunciadas, poderá ser benéfico realizar estudos no futuro que utilizem abordagens metodológicas mais robustas e diversificadas. Em primeiro lugar, seria pertinente a utilização de amostras mais representativas e alargadas, que incluam participantes de diferentes regiões geográficas, contextos socioeconómicos e níveis de contacto com a população idosa, de modo a melhorar a generalização dos resultados e detetar eventuais variáveis culturais ou contextuais (North & Fiske, 2015). A

aplicação de metodologias mistas poderá também oferecer uma compreensão mais profunda dos processos subjacentes ao idadismo, conjugando a objetividade dos dados quantitativos com a riqueza interpretativa dos dados qualitativos (Hesse-Biber, 2010).

Para além disto, estudos futuros deverão considerar o recurso a desenhos longitudinais, que permitam avaliar a evolução da relação entre as variáveis em estudo ao longo do tempo e compreender melhor a direção das relações causais (Schaie, 2000). Esta abordagem permitiria perceber, por exemplo, se uma relação próxima e positiva com os avós pode, a longo prazo, diminuir a ansiedade face ao envelhecimento e, por conseguinte, reduzir atitudes idadistas à medida que a idade avança, ou se essa associação se mantém apenas no imediato.

É, ainda, recomendável que futuras investigações explorem variáveis moderadoras ou mediadoras adicionais, como a empatia, o conhecimento sobre o envelhecimento ou as experiências intergeracionais fora do contexto familiar, uma vez que estas dimensões têm sido apontadas como relevantes na formação de atitudes idadistas (Burnes et al., 2019; Poon & Li, 2024). O aprofundamento destas dimensões poderá contribuir para o desenvolvimento de programas de intervenção mais eficazes, que promovam mudanças significativas e sustentadas nas atitudes dos jovens adultos para com os idosos.

Por fim, sugere-se a adaptação e avaliação de programas educativos e intergeracionais com base em evidência empírica, como forma de reduzir o idadismo e promover relações mais positivas com a população mais idosa (Levy, 2017; Barnett & Adams, 2019). Estes programas poderão ser integrados em contextos escolares, universitários ou comunitários e incluir atividades que favoreçam o contacto significativo entre gerações.

6. Conclusão

O presente estudo procurou aprofundar a compreensão das relações intergeracionais entre avós e netos/as jovens adultos/as, analisando o impacto da qualidade desta relação na ansiedade face ao envelhecimento e no idadismo. Através da análise dos dados, foi possível confirmar que uma relação próxima e afetiva com os avós se associa a níveis mais baixos de ansiedade face ao envelhecimento e que esta variável, por sua vez, se apresenta como um preditor significativo de atitudes idadistas. Verificou-se ainda que a ansiedade face ao envelhecimento medeia a relação entre a qualidade da relação avós-netos e o idadismo, revelando-se um mecanismo psicológico relevante na compreensão desta dinâmica.

Embora não tenha sido confirmada a existência de uma associação direta entre a relação avós-netos e o idadismo, os resultados reforçam a relevância do contacto intergeracional na formação de atitudes face à velhice. Adicionalmente, observou-se uma diferença significativa entre géneros ao nível do idadismo, com os homens a apresentarem atitudes mais negativas, o que está em consonância com a literatura que aponta para fatores socioculturais na génese destas diferenças.

Este estudo assume particular pertinência no contexto atual de envelhecimento populacional, ao oferecer contributos empíricos que sustentam a importância das relações familiares próximas no combate a preconceitos etários. Para além disso, sublinha a necessidade de desenvolver programas de educação gerontológica e de promoção do contacto intergeracional como estratégias eficazes para reduzir a ansiedade face ao envelhecimento e o idadismo entre os jovens adultos.

Apesar das limitações metodológicas, como a natureza transversal do estudo e a homogeneidade da amostra, esta investigação representa um contributo inovador ao explorar de forma integrada três variáveis ainda pouco estudadas em conjunto. Futuras investigações que aprofundem estas relações em contextos culturais e sociais distintos, com metodologias mais robustas, poderão ampliar os conhecimentos aqui apresentados e apoiar a construção de intervenções mais ajustadas às necessidades das novas gerações perante o envelhecimento.

7. Referências

- Abdelkader, A. S., Elbayar, R., Ashour, A. A., Alwerdani, M. M., Elgabry, A., Hashish, S. A., & Ashour, A. (2025). Exploring ageism and ageing anxiety: A cross-sectional study in Egypt. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 10.1007/s00127-025-02846-y. Advance online publication. <https://doi.org/10.1007/s00127-025-02846-y>
- Abramson, A., & Silverstein, M. (2006). *Images of aging in America 2004* [PDF]. Retirado de https://assets.aarp.org/rgcenter/general/images_aging.pdf
- Abrams, D., Russel, P. S., Vauclair, C. M., & Swift, H. (Eds.) (2011). *Ageism in Europe and the UK: Findings from the European Social Survey* (1ª Ed.)
- Agate J. R., Agate S. T., Liechty T., Cochran L. J. (2018). “Roots and wings”: An exploration of intergenerational play. *Journal of Intergenerational Relationships*, 16(4), 395–421. <https://doi.org/10.1080/15350770.2018.1489331>
- Allan, L. J., & Johnson, J. A. (2009). Undergraduate attitudes toward the elderly: The role of knowledge, contact and aging anxiety. *Educational Gerontology*, 35, 1 – 14. <https://doi.org/10.1080/03601270802299780>
- Allport, G. W. (1954). *The nature of prejudice*. Addison-Wesley.
- Arnett J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Arsénio, J. D. S. (2018). *A relação entre avós e netos, rituais familiares, clima familiar e bem-estar psicológico em jovens adultos* [Dissertação de mestrado, Universidade de Lisboa, Faculdade de Psicologia]. Repositórios Científicos de Acesso Aberto de Portugal. <http://hdl.handle.net/10451/37824>

- Attar-Schwartz, S., Tan, J., & Buchanan, A. (2009). Adolescents' perspectives on relationships with grandparents: The contribution of adolescent, grandparent, and parent– grandparent relationship variables. *Children and Youth Services Review*, *31*(9), 1057–1066. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2009.05.007>
- Barnett, M. D., & Adams, C. M. (2018). Ageism and aging anxiety among young adults: Relationships with contact, knowledge, fear of death, and optimism. *Educational Gerontology*, *44*(11), 693–700. <https://doi.org/10.1080/03601277.2018.1537163>
- Barrett, A.E. & Robbins, C. (2008). The multiple sources of women's aging anxiety and their relationship with psychological distress. *Journal of Aging and Health*, *20*(1), 32-65. <https://doi.org/10.1177/0898264307309932>
- Barrett, A.E. & Toothman, E.L. (2018). Multiple 'old ages': The influence of social context on women's aging anxiety. *The Journals of Gerontology: Series B*, *73*(8), 154-e164. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbx027>
- Block, J. H. (2000). Gender identity and family relations. *Journal of Marriage and Family*, *62*(4), 1052–1061. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2000.01052.x>
- Berger, R. (2017). Aging in America: Ageism and general attitudes toward growing old and the elderly. *Open Journal of Social Sciences*, *5*, 183 – 198. <https://doi.org/10.4236/jss.2017.58015>
- Bodner, E., Bergman, Y. S., & Cohen-Fridel, S. (2012). Different dimensions of ageist attitudes among men and women: A multigenerational perspective. *International Psychogeriatrics*, *24*(6), 895–901. <https://doi.org/10.1017/S1041610211002936>
- Bojanić, I. B., & Nedić, T. (2015). Age consciousness: Opening our minds to ageism. In I. B. Bojanić & M. Lulić (Eds.), *Contemporary legal and economic issues V* (pp. 485 – 499). Josip Juraj Strossmayer University of Osijek, Law Faculty Osijek.
- Bousfield, C., & Hutchison, P. (2010). Contact, anxiety, and young people's attitudes and behavioral intentions towards the elderly. *Educational Gerontology*, *36*(6), 451–466. <https://doi.org/10.1080/03601270903324362>

- Brown, L. H. (2003). Intergenerational influences on perceptions of current relationships with grandparents. *Journal of Intergenerational Relationships*, 1(1), 95–112. https://doi.org/10.1300/J194v01n01_09
- Brunton, R. J., & Scott, G. (2015). Do we fear ageing? A multidimensional approach to ageing anxiety. *Educational Gerontology*, 41, 786 – 799. <https://doi.org/10.1080/03601277.2015.1050870>
- Burnes, D., Sheppard, C., Henderson, C. R., Jr, Wassel, M., Cope, R., Barber, C., & Pillemer, K. (2019). Interventions to reduce ageism against older adults: A systematic review and meta-analysis. *American Journal of Public Health*, 109(8), e1–e9. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2019.305123>
- Cadieux, J., Chasteen, A. L., & Packer, D. J. (2019). Intergenerational contact predicts attitudes toward older adults through inclusion of the outgroup in the self. *The Journals of Gerontology: Series B*, 74(4), 575–584. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbx176>
- Caldeira, S. (2010). *Contacto intergeracional e bem-estar psicológico dos avós*. [Dissertação de Mestrado em Psicologia Aplicada, Universidade de Lisboa]. <http://hdl.handle.net/10400.5/3100>
- Chase, C. A. (2010). An intergenerational e-mail pal project on attitudes of college students toward older adults. *Educational Gerontology*, 37(1), 27-37. <https://doi.org/10.1080/03601270903534804>
- Christian, J., Turner, R., Holt, N., Larkin, M., & Cotler, J. H. (2014). Does intergenerational contact reduce ageism? When and how contact interventions actually work? *Journal of Arts and Humanities*, 3, 1 – 15. <https://doi.org/10.18533/journal.v3i1.278>
- Chonody, J. M., & Teater, B. (2016). Why do I dread looking old? A test of social identity theory, terror management theory, and the double standard of aging. *Journal of Women & Aging*, 28(2), 112–126. <https://doi.org/10.1080/08952841.2014.950533>

- Chonody, J. M., Webb, S. N., Ranzijn, R., & Bryan, J. (2014). Working with older adults: Predictors of attitudes towards ageing in psychology and social work students, faculty, and practitioners. *Australian Psychologist*, 49(6), 374–383. <https://doi.org/10.1111/ap.12056>
- Chonody, J.M. (2019). Anxiety about aging.in Gu, D.&Dupre, M.E. (Eds), *Encyclopedia of Gerontology and Population Aging*, pp. 1-4, Springer International Publishing, http://doi.org/10.1007/978-3-319-69892-2_592-1
- Coelho, C. (2013). *Idades apartadas: Pensar o idadismo e a intergeracionalidade* [PDF]. Retirado de https://www.academia.edu/7884619/Idades_apartadas_pensar_o_idadismo_e_a_intergeracionalidade
- Cooney, C., Minahan, J., & Siedlecki, K. L. (2021). Do feelings and knowledge about aging predict ageism?. *Journal of Applied Gerontology*, 40(1), 28–37. <https://doi.org/10.1177/0733464819897526>
- Cummings, S. M., Kropf, N. P., & DeWeaver, K. L. (2000). Knowledge of and attitudes toward aging among non-elders: Gender and race differences. *Journal of Women & Aging*, 12(1-2), 77–91. https://doi.org/10.1300/J074v12n01_06
- Di Gessa, G., Zaninotto, P., & Glaser, K. (2020). Grandparenting roles and their association with health outcomes in Europe: A systematic review. *European Journal of Ageing*, 17, 3–28. <https://doi.org/10.1007/s10433-019-00535-0>
- Donizzetti A. R. (2019). Ageism in an aging society: The role of knowledge, anxiety about aging, and stereotypes in young people and adults. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(8), 1329. <https://doi.org/10.3390/ijerph16081329>
- Drury, L., Hutchison, P., & Abrams, D. (2016). Direct and extended intergenerational contact and young people's attitudes towards older adults. *The British Journal of Social Psychology*, 55(3), 522–543. <https://doi.org/10.1111/bjso.12146>

- Fernandes, H., Vasconcelos-Raposo, J. & Teixeira, C. (2010). Preliminary analysis of the psychometric properties of Ryff's scales of psychological well-being in Portuguese adolescents. *The Spanish Journal of Psychology*, 13(2), 1032-1043. <https://doi.org/10.1017/s1138741600002675>
- Flamion, A., Missotten, P., Marquet, M., & Adam, S. (2019). Impact of contact with grandparents on children's and adolescents' views on the elderly. *Child Development*, 90(4), 1155–1169. <https://doi.org/10.1111/cdev.12992>
- Fraga, C. A. (2022). Validação da Grandchildren's Received Affection Scale: Um estudo com netos adultos emergentes [Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde, Universidade Portucalense]. Repositório Institucional UPT. <http://hdl.handle.net/11328/4552>
- Grefe, D. (2011). Combating ageism with narrative and intergroup contact: Possibilities of intergenerational connections. *Pastoral Psychology*, 60, 99 – 105. <https://doi.org/10.1007/s11089-010-0280-0>
- Greenberg, J., Schimel, J., & Martens, A. (2002). Ageism: Denying the face of the future. In T. D. Nelson (Ed.), *Ageism: Stereotyping and prejudice against older persons* (pp.27-48). MIT Press.
- Griffith, D. M., Gunter, K., & Allen, J. O. (2011). Male gender role strain as a barrier to African American men's physical activity. *Health Education & Behavior*, 38(5), 482–491. <https://doi.org/10.1177/1090198110383660>
- Hakoyama, M., & MaloneBeach, E. E. (2013). Predictors of grandparent–grandchild closeness: An ecological perspective. *Journal of Intergenerational Relationships*, 11, 32–49. <https://doi.org/10.1080/15350770.2013.753834>
- Hakoyama, M., & MaloneBeach, E. E. (2020). Grandparents' influence on young adult grandchildren's value development: A comparison of maternal and paternal

- grandparents. *GrandFamilies: The Contemporary Journal of Research, Practice and Policy*, 7(1), Article 2. <https://scholarworks.wmich.edu/grandfamilies/vol7/iss1/2>
- Hart, S., Fonareva, I., Merluzzi, N. and Mohr, D.C. (2005). Treatment for depression and its relationship to improvement in quality of life and psychological well-being in multiple sclerosis patients. *Quality of Life Research*, 14(3), 695-703. <https://doi.org/10.1007/s11136-004-1364-z>
- Harwood, J. (2000). Communicative predictors of solidarity in the grandparent–grandchild relationship. *Journal of Social and Personal Relationships*, 17, 743 – 766. <https://doi.org/10.1177/0265407500176003>
- Harwood, J., Hewstone, M., Paolini, S., & Voci, A. (2005). Grandparent-grandchild contact and attitudes toward older adults: Moderator and mediator effects. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31(3), 393– 406. <https://doi.org/10.1177/0146167204271577>
- Hayes, A. (2013). *Introduction to mediation, moderation and conditional process analysis: A regression- based approach*. Guilford Press.
- Hesse-Biber, S. N. (2010). *Mixed methods research: Merging theory with practice*. Guilford Press.
- Hoffmann, C., & Kornadt, A. E. (2022). A chip off the old block? The relationship of family factors and young adults’ views on aging. *Frontiers in Psychology*, 13, Article 808386. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.808386>
- Itzin, C., & Phillipson, C. (1995). Gendered ageism: A double jeopardy for women in organizations. In C. Itzin & C. Phillipson (Eds.), *Gender, culture and organizational change: Putting theory into practice* (pp. 84–94). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203427965>

- Jessel J., Kenner C., Gregory E., Ruby M., Arju T. (2011). Different spaces: Learning and literacy with children and their grandparents in east London homes. *Linguistics and Education*, 22(1), 37–50. <https://doi.org/10.1016/j.linged.2010.11.008>
- Jung, Y.-O. and Oh, H.-S. (2016). The effects of social support, self-efficacy and perceived health status on aging anxiety of the middle-aged women. *Journal of Korean Public Health Nursing*, 30(1) 30-41. <https://doi.org/10.5932/JKPHN.2016.30.1.30>
- Kahrel, L. D. (2016). *A idade importa? Perceções das crianças face a pessoas jovens e idosas* (Dissertação de Mestrado). Instituto Universitário de Lisboa (ISCTE – IUL), Lisboa, Portugal.
- Kite, M. E., & Wagner, L. S. (2002). Attitudes toward older adults. In T. D. Nelson (Ed.), *Ageism: Stereotyping and prejudice against older persons* (pp. 129–161). MIT Press.
- Kite, M. E., Stockdale, G. D., Whitley, B. E., & Johnson, B. T. (2005). Attitudes toward younger and older adults: An updated meta-analytic review. *Journal of Social Issues*, 61, 241 – 266. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.2005.00404.x>
- Koukouli, S., Pattakou-Parasyri, V., & Kalaitzaki, A. E. (2014). Self-reported aging anxiety in Greek students, health care professionals, and community residents: A comparative study. *The Gerontologist*, 54(2), 201–210. <https://doi.org/10.1093/geront/gnt036>
- Krekula, C., Nikander, P., & Wilińska, M. (2018). Multiple marginalizations based on age: Gendered ageism and beyond. In L. Ayalon & C. Tesch-Römer (Eds.), *Contemporary perspectives on ageism* (pp. 33–50). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-319-73820-8_3
- Kwon, J., Hughes, M., & Vo, A. (2023, December). Association between anxiety about aging and ageism toward older adults among Korean dental hygiene workforce. *Innovation in Aging*, 7(Supplement_1), 835–836. <https://doi.org/10.1093/geroni/igad104.2694>

- Lai, D.W.L., Li, J. & Bai, X. (2021). Ser ou não ser: Relação entre status de avós e saúde e bem-estar. *BMC Geriatrics*, 21, 204. <https://doi.org/10.1186/s12877-021-02052-w>
- Lasher, K. P., & Faulkender, P. J. (1993). Measurement of aging anxiety: Development of the Anxiety about Aging Scale. *International Journal of Aging & Human Development*, 37(4), 247–259. <https://doi.org/10.2190/1U69-9AU2-V6LH-9Y1L>
- Levy, B. R. (2009). Stereotype embodiment: A psychosocial approach to aging. *Current Directions in Psychological Science*, 18(6), 332–336. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2009.01662.x>
- Liao, T., Zhuoga, C., & Chen, X. (2023). Contact with grandparents and young people's explicit and implicit attitudes toward older adults. *BMC psychology*, 11(1), 289. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01344-7>
- Lin, M., & Harwood, J. (2003). Accommodation predictors of grandparent–grandchild relational solidarity in Taiwan. *Journal of Social and Personal Relationships*, 20(4), 537-563. <https://doi.org/10.1177/02654075030204006>
- Lisboa, A., Miguel, D., Cabral, F., Pereira, M., & Carvalho, T. (2018). Como percecionam os netos a qualidade da relação com os avós. *Revista Eletrónica de Educação e Psicologia*, 9, 29 – 35. <http://hdl.handle.net/10174/29766>
- Liu, D., Xi, J., Hall, B. J., Fu, M., Zhang, B., Guo, J., & Feng, X. (2020). Attitudes toward aging, social support and depression among older adults: Difference by urban and rural areas in China. *Journal of Affective Disorders*, 274, 85-92. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.05.052>
- Löckenhoff, C. E., De Fruyt, F., Terracciano, A., McCrae, R. R., De Bolle, M., Costa, P. T., Aguilar-Vafaie, M. E., Ahn, C.-k., Ahn, H.-n., Alcalay, L., Allik, J., Avdeyeva, T. V., Barbaranelli, C., Benet-Martínez, V., Blatný, M., Bratko, D., Cain, T. R., Crawford, J. T., Lima, M. P., . . . Yik, M. (2009). Perceptions of aging across 26 cultures and their

culture-level associates. *Psychology and Aging*, 24(4), 941–954. <https://doi.org/10.1037/a0016901>

Lynch, S. M. (2000). Measurement and prediction of aging anxiety. *Research on Aging*, 22, 533–558. <https://doi.org/10.1177/0164027500225004>

MaloneBeach, E. E., Hakoyama, M., & Arnold, S. (2018). The Good Grandparent: Perspectives of Young Adults. *Marriage & Family Review*, 54(6), 582–597. <https://doi.org/10.1080/01494929.2017.1414724>

Mansson, D. (2013). The Grandchildren Received Affection Scale: Examining affectual solidarity factors. *Southern Communication Journal*, 78(1), 70-90. <https://dx.doi.org/10.1080/1041794X.2021.729124>

Mansson, D., H. (2016) American Grandchildren’s Use of Relational Maintenance Behaviors with Their Grandparents. *Journal of Intergenerational Relationships*, 14(4), 338-352. <https://doi.org/10.1080/15350770.2016.1229553>

Mansson, D. (2016). The joy of grandparenting: A qualitative analysis of grandparents. *Journal of Intergenerational Relationships*, 14(1), 135-145. <https://doi.org/10.1080/15350770.2016.1160738>

Mansson, D., Duflos, M., & Giraudeau, M. (2021). Comparing U.S. and French grandparent-grandchild relationships. *Communication Research Reports*, 38(5), 1-12. <https://doi.org/10.1080/08824096.2021.2001324>

Mansson, D., & Booth-Butterfield, M. (2011). Grandparents’ expressions of affection for their grandchildren: Examining grandchildren’s relational attitudes and behaviors. *Southern Communication Journal*, 76(1), 424–442. <https://doi.org/10.1080/1041794x.2010.508554>

Marques, S. (2011). *Discriminação da Terceira Idade*. Lisboa: Relógio D’Água Editores.

- Marques, S., Batista, M., & Silva, P. A. (2012). A promoção do envelhecimento ativo em Portugal: Preditores da aceitação de um chefe mais velho. *Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto*, 2, 53 – 73.
- Marques, S., Mendonça, J., Mariano, J., & Tavernier, W. (2019). Determinants of ageism against older adults: A systematic review. *Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(7), 25-60. <https://doi.org/10.3390/ijerph17072560>
- Marques, S., Vauclair, C. M., Rodrigues, R., Mendonça, J., Gerardo, F., Cunha, F., Sena, C., & Leitão, E. (2015). *ImAGES – Programa de intervenção de promoção de imagens positivas de envelhecimento em crianças e adolescentes*. Lisboa: Santa Casa da Misericórdia de Lisboa & LEYA.
- Massa, M. (2019). *Envelheceste tu, envelhecerei eu: A relação entre avós e netos e a sua influência no idadismo e na perceção do próprio envelhecimento*. [Dissertação de Mestrado em Psicologia Comunitária, Instituto Universitário de Lisboa]. <https://hdl.handle.net/10071/20487>
- Mcconatha, J. T., Schnell, F., Volkwein, K., Riley, L., & Leach, E. (2003). Attitudes toward aging: A comparative analysis of young adults from the United States and Germany. *The International Journal of Aging and Human Development*, 57, 203 – 215. <https://doi.org/10.2190/K8Q8-5549-0Y4K-UGG0>
- McGuinn, K. K., & Mosher-Ashley, P. M. (2002). Children’s fears about personal aging. *Educational Gerontology*, 28, 561 – 575. <http://doi.org/10.1080/03601270290099769>
- Miguel, I., Araújo, A., Fernandes, S., Carneiro, L., & Fernandes, P. (2021). Are perceptions of grandparenthood related to family and life satisfaction? A study with emerging adults. *Journal of Social and Personal Relationships*, 20(10), 1– 20. <https://doi.org/10.1177/0265407520981152>

- Monserud, M. A. (2010). Changes in grandchildren's adult role statuses and their relationships with grandparents. *Journal of Family Issues*, 32(4), 425-451. <https://doi.org/10.1177/0192513X10384466>
- Nelson, T. D. (2005). Ageism: Prejudice against our feared future self. *Journal of Social Issues*, 61, 207 – 221. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.2005.00402.x>
- Nelson, T. D. (2011). Ageism: The strange case of prejudice against the older you. In R. L. Wiener & S. L. Willborn (Eds.), *Disability and aging discrimination: Perspectives in Law and Psychology* (pp. 37 – 47). Springer Science & Business Media. <https://doi.org/10.1007/978-1-4419-6293-52>
- Neto, J., & Neto, F. (2024). Measuring ageism: Psychometric analysis of the Portuguese short form of the Fraboni Scale (FSA-SF). *Measurement Instruments for the Social Sciences*, 6, Article e11993. <https://doi.org/10.5964/miss.11993>
- North, M. S., & Fiske, S. T. (2015). Modern attitudes toward older adults in the aging world: A cross-cultural meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 141(5), 993–1021. <https://doi.org/10.1037/a0039469>
- Nunes, L. (2009). *Promoção do bem-estar subjectivo dos idosos através da intergeracionalidade*. [Dissertação de Mestrado em Psicologia do Desenvolvimento, Universidade de Coimbra]. <http://hdl.handle.net/10316/11787>
- Okur, E., Akbal, Y., Yagci Sentürk, A., Daştan, B., & Kuralay, Ç. (2023). The willingness of elderly care program students to care for older adults and the associated factors: A multi-centered research. *Educational Gerontology*, 49(4), 333-344. <https://doi.org/10.1080/03601277.2022.2111894>
- Oliveira C., Fonseca G., Sotero L., Crespo C., Relvas A. P. (2020). Family dynamics during emerging adulthood: Reviewing, integrating, and challenging the field. *Journal of Family Theory and Review*, 12(3), 350–367. <https://doi.org/10.1111/jftr.12386>

Ordem dos Psicólogos Portugueses (2021). Código deontológico da ordem dos psicólogos portugueses.

https://www.ordemdospsicologos.pt/ficheiros/documentos/regulamento_637_2021.pdf

Paulhus, DL (1991). Mensuração e controle do viés de resposta. Em J. P. Robinson, P. R. Shaver & L. S. Wrightsman (Orgs.), *Medidas de personalidade e atitudes sociopsicológicas* (pp. 17–59). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-590241-0.50006-X>

Pecchioni, L. L., & Croghan, J. M. (2002). Young adults' stereotypes of older adults with their grandparents as the targets. *Journal of Communication*, 52(4), 715–730. <https://doi.org/10.1111/j.1460-2466.2002.tb02570.x>

Podhorecka, M., Husejko, J., Pyszora, A., Woźniewicz, A., & Kędziora-Kornatowska, K. (2021). Attitudes towards the elderly in polish society: Is knowledge about old age and personal experiences a predictor of ageism? *Psychology Research and Behavior Management*, 15(1), 95-102. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S342800>

Poon, T.-H., & Li, K.-K. (2024). We fear so we judge: A mediation analysis on the relations among ageing anxiety, ageism, and ageist microaggressions. *The International Journal of Aging and Human Development*, 99(3), 356–372. <https://doi.org/10.1177/00914150241235089>

Ribeiro, M., Reis, T., Marques, S., Mendonça, J., Rodrigues, R. B., & Gerardo, F. (2020). A casa dos avós: O papel do contacto com os avós nas perceções idadistas de crianças do ensino básico [Grandfather's house: The role of contact with grandfathers on ageism perceptions of elementary school children]. *Psicologia: Revista da Associação Portuguesa Psicologia*, 34(2), 15–26. <https://doi.org/10.17575/psicologia.v34i2.1379>

Rittenour, C. E., & Cohen, E. L. (2016). Viewing our aged selves: Age progression simulations increase young adults' aging anxiety and negative stereotypes of

- older adults. *International Journal of Aging & Human Development*, 82(4), 271–289. <https://doi.org/10.1177/0091415016641690>
- Roberto, K.A. & Stroes, J. (1992). Grandchildren and grandparents: Roles, influences, and relationships. *International Journal of Aging and Human Development*, 34(3), 227–239. <https://doi.org/10.2190/8CW7-91WF-E5QC-5UFN>
- Rocha, B. R. P. (2022). *Relações avós-netos e satisfação com a vida em netos adultos emergentes: o papel mediador dos estereótipos relativos às pessoas idosas* [Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde, Universidade Portucalense]. Repositório Institucional UPT. <http://hdl.handle.net/11328/4511>
- Rosow, I. (1985). Status and role change through the life cycle. In R. H. Binstock & E. Shanas (Eds.), *Handbook of aging and the social sciences* (pp. 62–93). Van Nostrand Reinhold.
- Ruiz, S., & Silvertein, M. (2007). Relationships with grandparents and the emotional well-being of late adolescent and young adult grandchildren. *Journal of Social Issues*, 63(4), 793-808. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.2007.00537.x>
- Sánchez, M. (2007). *Intergenerational programmes: Towards a society for all ages*. Barcelona: The “la Caixa” Foundation.
- Santana, P. (2015). *A importância dos avós para os jovens de hoje. Uma pesquisa entre adolescentes do 5º ao 9º ano de escolaridade que frequentam escolas de Elvas*. [Dissertação de Mestrado em Gerontologia Social, Instituto Politécnico de Castelo Branco]. <http://hdl.handle.net/10400.11/2896>
- Saxena, R., & Shukla, A. (2016). Gender and age related differences in anxiety about aging. *Indian Journal of Health and Wellbeing*, 7(3), 97-100. <https://doi.org/10.25215/0304.097>

- Schaie, KW (2000). O impacto de estudos longitudinais na compreensão do desenvolvimento desde a juventude até a velhice. *International Journal of Behavioral Development*, 24 (3), 257–266. <https://doi.org/10.1080/01650250050118231>
- Schwartz, L. K., & Simmons, J. P. (2001). Contact quality and attitudes toward the elderly. *Educational Gerontology*, 27(2), 127–137. <https://doi.org/10.1080/03601270151075525>
- Sciplino, C., & Kinshott, M. (2019). Adult grandchildren’s perspectives on the grandparent-grandchild relationship from childhood to adulthood. *Educational Gerontology*, 45(2), 134–145. <https://doi.org/10.1080/03601277.2019.1584354>
- Silverstein, M., & Bengtson, V. L. (1997). Intergenerational solidarity and the structure of adult child-parent relationships in American families. *American Journal of Sociology*, 103(2), 429–460. <https://doi.org/10.1086/231213>
- Smith, B. T., & Charlton, K. (2020). When grandparents move in: Consequences of growing up with older adults. *Social Psychology*, 51(5), 299–308. <https://doi.org/10.1027/1864-9335/a000415>
- Smorti, M., Tschiesner, R. & Farneti, A. (2012). Grandparents-grandchildren relationship. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 46(1), 895-898. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.05.219>
- Soliz, J. (2007). Communicative predictors of a shared family identity: Comparison of grandchildren's perceptions of family-of-origin grandparents and stepgrandparents. *Journal of Family Communication*, 7, 177 – 194. <http://doi.org/10.1080/15267430701221636>
- Soliz, J., & Harwood, J. (2003). Perceptions of communication in a family relationship and the reduction of intergroup prejudice. *Journal of Applied Communication Research*, 31, 320 – 345. <https://doi.org/10.1080/1369681032000132582>

- Soliz, J., & Harwood, J. (2006). Shared family identity, age salience, and intergroup contact: Investigation of the grandparent-grandchild relationship. *Communication Monographs*, 73, 87 – 107. <https://doi.org/10.1080/03637750500534388>
- Stephan, A. T., Hochstetter, N. D., Clark, V. E., & Jamil, F. M. (2023). From supportive to strained: A mixed methods exploration of emerging adults' characterizations of past and present grandparent-grandchild roles and relationships. *Emerging Adulthood*, 11(4), 933-946. <https://doi.org/10.1177/21676968231171738>
- Swift, H. J., Abrams, D., Drury, L., & Lamont, R. A. (2016). *The perception of ageing and age discrimination*. British Medical Association.
- Tam, T., Hewstone, M., Harwood, J., Voci, A., & Kenworthy, J. (2006). Intergroup contact and grandparent–grandchild communication: The effects of self-disclosure on implicit and explicit biases against older people. *Group Processes & Intergroup Relations*, 9(3), 413–429. <https://doi.org/10.1177/1368430206064642>
- Tang, J., & Martins, J. T. (2021). Intergenerational workplace knowledge sharing: Challenges and new directions. *Journal of Documentation*, 77(3), 722–742. <https://doi.org/10.1108/JD-08-2020-0129>
- Tanskanen A. O., Danielsbacka M. (2018). Multigenerational effects on children's cognitive and socioemotional outcomes: A within-child investigation. *Child Development*, 89(5), 1856–1870. <https://doi.org/10.1111/cdev.12968>
- Teater, B. and Chonody, J.M. (2020). How do older adults define successful aging? A scoping review. *The International Journal of Aging and Human Development*, 91(4) 4, 599-625. <https://doi.org/10.1177/0091415019871207>
- Triadó, C., Villar, F., Solé, C., Osuna, M., & Pinazo, S. (2005). The meaning of grandparenthood: Do adolescent grandchildren perceive the relationship and role in the same way as their grandparents do? *Journal of Intergenerational Relationships*, 3(2), 101–121. https://doi.org/10.1300/J194v03n02_07

- Turner, R. N., Crisp, R. J., & Lambert, E. (2007). Imagining intergroup contact can improve intergroup attitudes. *Group Processes & Intergroup Relations*, 10(4), 427–441. <https://doi.org/10.1177/1368430207081533>
- Turner, R. N., & Crisp, R. J. (2010). Imagining intergroup contact reduces implicit prejudice. *British Journal of Social Psychology*, 49(1), 129–142. <https://doi.org/10.1348/014466609X419901>
- Turner, S. G., & Hooker, K. (2022). Are thoughts about the future associated with perceptions in the present? Optimism, possible selves, and self-perceptions of aging. *The International Journal of Aging and Human Development*, 94(2), 123–137. <https://doi.org/10.1177/0091415020981883>
- Tyszkowa, M. (1993). Adolescents' relationship with grandparents: Characteristics and developmental transformations. In S. Jackson & H. Rodríguez-Tomé (Eds.), *Adolescence and its social worlds*. Lawrence Erlbaum.
- Vicente, F. P., & Afonso, R. M. L. B. M. (2012). Imagens do idoso e do envelhecimento em estudantes universitários. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1, 87 – 94. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349832340008>
- Wise, R. M., & Uzel, A. (2021). Intergenerational contact, aging anxiety and behavioral intentions toward older adults. *Educational Gerontology*, 47(10), 470–485. <https://doi.org/10.1080/03601277.2021.2002599>
- Wise, R., & Onol, A. (2020). Intergenerational relationships and aging anxiety among emerging adults in Turkey. *Journal of Intergenerational Relationships*, 19(2), 196–208. <https://doi.org/10.1080/15350770.2020.1730293>
- Yawar, R., Khan, S., Rafiq, M., Fawad, N., Shams, S., Navid, S., Khan, MA, Taufiq, N., Touqir, A., Imran, M., & Butt, TA (2024). Aging is inevitable: Understanding aging anxiety related to physical symptomology and quality of life with the mediating role

of self-esteem in adults. *International Journal of Human Rights in Healthcare*, 17 (2), 170–185. <https://doi.org/10.1108/IJHRH-05-2022-0047>



UNIVERSIDADE
PORTUCALENSE
upt.pt