



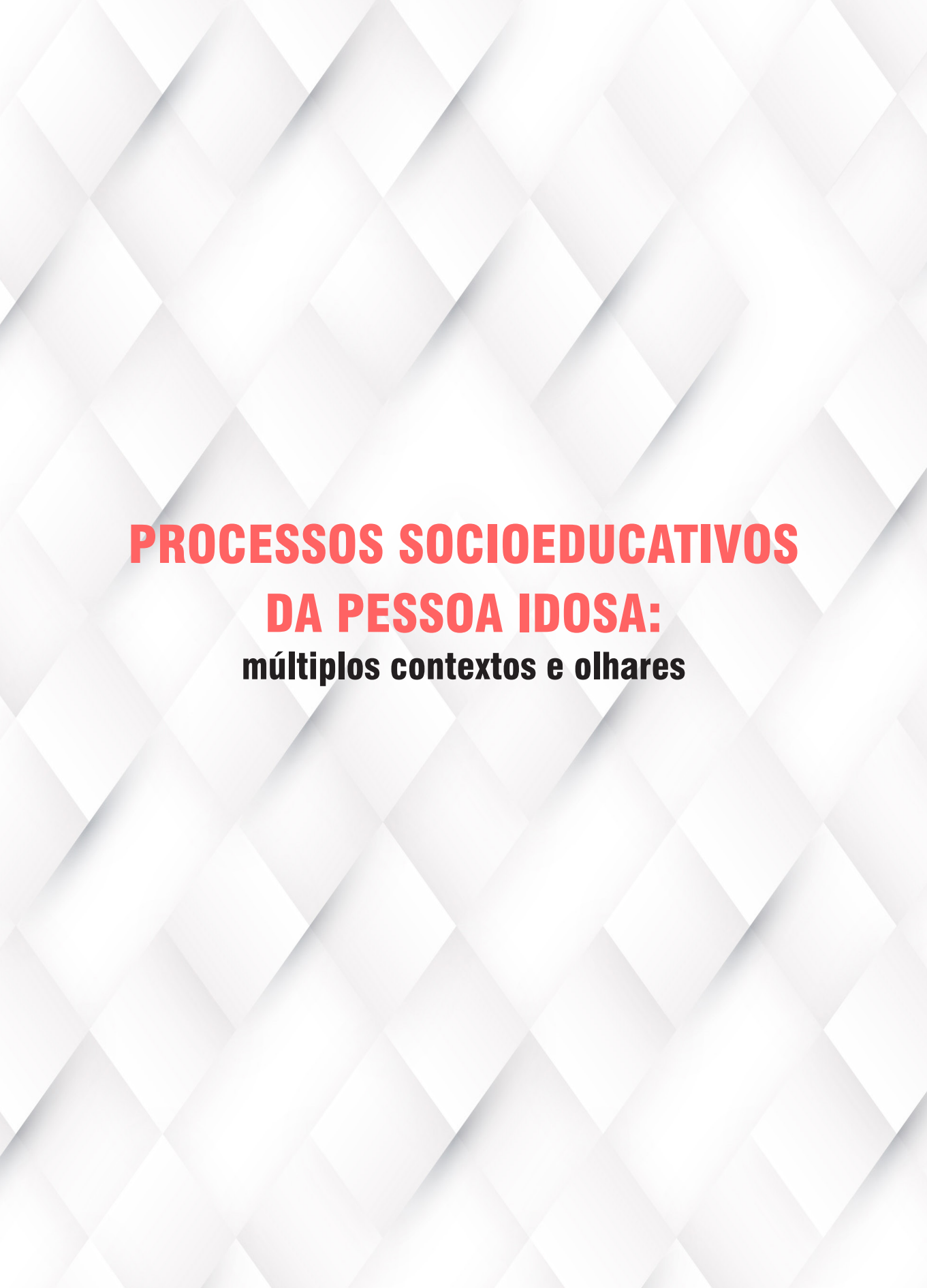
MEDIAÇÃO ACADÊMICA DIGITAL
Volume 2

Raimundo Dutra de Araújo
Moisés Mendes da Silva
Ivaldo Coelho Carmo
Organização

PROCESSOS SOCIOEDUCATIVOS DA PESSOA IDOSA

Múltiplos contextos e olhares


ACADEMICA
Editorial



**PROCESSOS SOCIOEDUCATIVOS
DA PESSOA IDOSA:
múltiplos contextos e olhares**

Raimundo Dutra de Araújo
Moisés Mendes da Silva
Ivaldo Coelho Carmo
Organização

**PROCESSOS SOCIOEDUCATIVOS
DA PESSOA IDOSA:
múltiplos contextos e olhares**



2022

Conselho Editorial

Dr. Clívio Pimentel Júnior - UFOB (BA)

Dra. Edméa Santos - UFRRJ (RJ)

Dr. Valdriano Ferreira do Nascimento - UECE (CE)

Dr^a. Ana Lúcia Gomes da Silva - UNEB (BA)

Dr^a. Eliana de Souza Alencar Marques - UFPI (PI)

Dr. Francisco Antonio Machado Araujo – UFDPAr (PI)

Dr^a. Marta Gouveia de Oliveira Rovai – UNIFAL (MG)

Dr. Raimundo Dutra de Araujo – UESPI (PI)

Dr. Raimundo Nonato Moura Oliveira - UEMA (MA)

Dra. Antonia Almeida Silva - UEFS (BA)

Processos socioeducativos da pessoa idosa:
múltiplos contextos e olhares

© Raimundo Dutra de Araújo - Moisés Mendes da Silva

Ivaldo Coelho Carmo

1^a edição: 2022

Editoração

Acadêmica Editorial

Diagramação

Marcus Vinicius Machado Ramos

Capa

Marcus Vinicius Machado

Ficha Catalográfica elaborada de acordo com os padrões estabelecidos no
Código de Catalogação Anglo – Americano (AACR2)

P963 Processos socioeducativos da pessoa idosa [recurso eletrônico]: múltiplos contextos e olhares / Raimundo Dutra de Araújo, Moisés Mendes da Silva, Ivaldo Coelho Carmo, organizadores. – Parnaíba, PI: Acadêmica Editorial, 2022.
E-book.

ISBN: 978-65-5999-037-5

1. Idosos. 2. Envelhecimento – Saúde. 3. Estilo de vida.
I. Araújo, Raimundo Dutra de. II. Silva, Moisés Mendes da.
III. Carmo, Ivaldo Coelho. IV. Título.

CDD: 305.26

Bibliotecária Responsável:
Nayla Kedma de Carvalho Santos – CRB 3ª Região/1188

DOI:10.29327/559569

Link de acesso: <https://doi.org/10.29327/559569>

SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO	7
A IMPORTÂNCIA DA MOTIVAÇÃO NA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA PARA IDOSOS.....	8
<i>Alana Maria Oliveira Nunes</i>	
<i>Elzivane Emanuelle da Rocha Teles</i>	
<i>Esther Rodrigues Fernandes do Nascimento</i>	
DOI: 10.29327/559569.1-1	
O EMPREENDEDORISMO NA TERCEIRA IDADE: O USO DAS REDES SOCIAIS....	17
<i>Orlane Carla Macêdo Costa e Silva</i>	
<i>Emanuela Ferry de Oliveira Moreira</i>	
DOI: 10.29327/559569.1-2	
ENVELHECIMENTO E SAÚDE UNATI-UESPI.....	32
<i>Moisés Mendes da Silva</i>	
<i>Ivaldo Coelho Carmo</i>	
<i>Edvaldo Cesar da Silva Oliveira</i>	
DOI: 10.29327/559569.1-3	
CONCEPÇÕES DE SAÚDE NO ENVELHECIMENTO: REFLEXÕES DE PESSOAS ACOLHIDAS EM CENTRO DE CONVIVÊNCIA EM TERESINA – PI.....	40
<i>Paloma Soares Mota</i>	
<i>Michelle Vicente Torres</i>	
DOI: 10.29327/559569.1-4	
EMPREENDEDORISMO NA MELHOR IDADE.....	58
<i>Emanuela Ferry de Olivera Moreira</i>	
DOI: 10.29327/559569.1-5	
ENVELHECER BEM: PROMOVENDO A AUTOESTIMA E O AMOR-PRÓPRIO NA TERCEIRA IDADE.....	69
<i>João Caio Silva Castro Ferreira</i>	
<i>Luís Felipe Oliveira Ferreira</i>	
<i>Nanielle Silva Barbosa</i>	
<i>Suzy Romere Silva de Alencar</i>	
<i>Andréa Conceição Gomes Lima</i>	
<i>Michelle Vicente Torres</i>	
DOI: 10.29327/559569.1-6	

IDOSO E A ATIVIDADE FÍSICA: FATORES FAVORÁVEIS À ADESÃO E PERMANÊNCIA NO PROJETO DE EXTENSÃO NÚCLEO DE ATIVIDADE FÍSICA DA TERCEIRA IDADE (NUTI) EM TERESINA-PI..... 81

Joerbethe da Silva Oliveira

Emmanuel Wassermann Moraes e Luz

DOI: 10.29327/559569.1-7

IDOSOS NA EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS: PERCEPÇÕES E DISCUSSÕES..... 94

Fabiana Rodrigues de Abreu

Camila Siqueira Cronemberger Freitas

DOI: 10.29327/559569.1-8

LETRAMENTO DIGITAL DE PESSOAS IDOSAS EM MOMENTO DE PANDEMIA 108

Emanuela Ferry de Oliveira Moreira

DOI: 10.29327/559569.1-9

UNIVERSIDADE ABERTA À TERCEIRA – UNATI/UESPI E PRÁTICAS DOCENTE: RELATO DE EXPERIÊNCIA..... 118

Gildeene Silva Farias

Renata Costa Silva

Alexon Fabiano Silva Alexandre

DOI: 10.29327/559569.1-10

SOBRE OS ORGANIZADORES E AUTORE(A)S 128

ÍNDICE REMISSIVO..... 134

APRESENTAÇÃO

A mim foi dado à incumbência desta apresentação: No entanto ao tomar contato com o contexto deste livro, ao ver e ouvir o entusiasmo a emoção o cuidado e o Amor transcendendo nos relatos dos autores pareceram-me uma das obras mais verdadeiras, necessárias e reais sobre o público da 3ª idade, pois descreve com muita propriedade embasamento e longa vivência na área nas últimas necessidades a serem aplicadas á terceira idade, no entanto e sem fazer uso de retórica artificial e desnecessária.

Essa obra através das documentações coletadas por meio de pesquisas e estudos juntos aos idosos é que aprendemos a envelhecer com saúde e bem estar se nos manter ativos para que possamos usufruir de tudo que hoje a vida nos oferece, para que possamos entender que a velhice é um período sábio justamente quando damos mais valor em SER do que em TER vivendo a vida com AMOR, AMOR E AMOR.

Obrigada aos autores por me brindarem ao me convidar para a apresentação desta obra tão humana e bem merecedora para os nossos idosos.

Algum tempo atrás li essa frase e que no momento tão bem retrata essa obra Felizes os que se instruem e fazem de seus conhecimentos alimentos saborosos para aqueles que anseiam por conhece.

Sucesso Amigos!

Maria Alice Corazza

A IMPORTÂNCIA DA MOTIVAÇÃO NA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA PARA IDOSOS

Alana Maria Oliveira Nunes

Elzivane Emanuelle da Rocha Teles

Esther Rodrigues Fernandes do Nascimento

DOI: 10.29327/559569.1-1

Introdução

O crescimento da população idosa é um processo que ocorre em diversos países, incluso o Brasil, no qual o último Censo registra um percentual de 8,6% da população total. Tem-se ainda uma projeção de cerca de 30,9 milhões de indivíduos que terão mais de 60 anos de idade para o ano de 2020 (BELTRÃO; CAMARANO; KANSO, 2004).

Paralelamente a isto, são conhecidos os benefícios decorrentes da prática regular de atividade física para este grupo etário e social, tais como o controle do peso corporal, da força muscular e da pressão arterial (ARAÚJO, 2000).

Entretanto, assim como em outros grupos de indivíduos, não só os benefícios fisiológicos ocasionam um fator preponderantemente motivacional para a prática da atividade física. As relações sociais e a manutenção da autonomia também ocasionam a motivação à prática da atividade física regular para os idosos.

O objetivo, pois, deste artigo é o de identificar quais as principais motivações que levam o indivíduo idoso a ingressar em um programa de atividade física. Tal objetivo faz-se presente enquanto uma importante justificativa para que: a) haja planejamento nas ações de acordo com as motivações dos participantes; b) a satisfação do aluno-idoso seja plenamente (ou próxima de sua totalidade) atingida; c) a atividade física propicie melhorias na saúde do idoso participante.

Métodos

A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética da Universidade Estadual do Piauí, realizada em Teresina-PI, a amostra constitui-se de 28 idosos participantes de um programa chamado Núcleo de Atividade Física da Terceira idade – NUTI, oferecido pela Universidade Estadual do Piauí-UESPI como programa de extensão vinculado ao curso de Educação Física.

Para a coleta de dados foi aplicado um questionário na forma de entrevista. Essa técnica de coleta de informações permite captar, mediante narrativas dos próprios sujeitos, valores, sentimentos e percepções que estão envoltos nos assuntos dirigidos, e ainda, de acordo com Minayo (1999) possibilita a transmissão das representações de grupos determinados, em condições históricas, socioeconômicas e culturais específicas.

Para se chegar à primeira versão do roteiro de entrevista, foram consultados diversos autores (RAMOS, 2003; SEIDL; ZANNON, 2004; PASCHOAL, 2000), cujo resultado foi um modelo mais extenso, com questões que não condiziam exatamente com os objetivos propostos pelo estudo.

Concluída essa etapa, chegou-se ao instrumento de coleta a ser utilizado na pesquisa de campo, qual seja, um roteiro de entrevista semi-estruturada. Tal escolha foi fundamentada na possibilidade de que tal instrumento permite, quando necessária, a intervenção do entrevistador, ao mesmo tempo em que dá margem à liberdade e espontaneidade do entrevistado (TRIVIÑOS, 2010). Em seguida, o instrumento foi aplicado sob a forma de estudo-piloto. O referido questionário encontra-se em anexo

Para a análise e interpretação das falas dos entrevistados, utilizou-se a Análise de Conteúdo que consiste em:

um conjunto de técnicas de análise das comunicações, visando, por procedimentos sistemáticos e objetivos de descrição do conteúdo das mensagens, obter indicadores quantitativos ou não, que permitam a inferência de conhecimento relativos às condições de produção/recepção (variáveis inferidas) das mensagens (BARDIN apud TRIVIÑOS, 1987, p.160).

De acordo com Bardin, essa técnica compreende as seguintes etapas: escolha das unidades de contagem; seleção das regras de contagem; e escolha de categorias. O processo de análise se completa com o tratamento dos resultados, mediante as etapas de inferência e interpretação.

A análise dos enunciados das entrevistas consistiu nos seguintes procedimentos: identificação das idéias centrais e palavras-chave de cada entrevistado; categorização das idéias centrais e palavras-chave.

Resultados

A partir da análise de conteúdo das entrevistas, foi possível identificar quais as motivações que levam à participação dos idosos no programa de atividade física. Feijó (1992) define motivação como um processo que permite a mobilização de necessidades preexistentes, que se relacionam a comportamentos capazes de satisfazê-las.

A importância de se ter conhecimento sobre quais são as motivações que levam o indivíduo idoso a participar de um programa de atividade física permite intervenções que estejam de acordo com os interesses dos participantes. Nesse sentido, devem contemplar as motivações relacionadas a fatores internos e externos.

Lira (2000) comenta essas duas dimensões da motivação: intrínseca e extrínseca. “O primeiro refere-se ao interesse, ao desejo e ao prazer de participar que atuam no espírito dos indivíduos para levá-los à ação. O segundo refere-se ao uso de incentivos ou por valores de ordem social, relacional, afirmação, hierarquia, diferença (p. 33).”

A tabela a seguir demonstra as categorias que compõem a categoria motivação nestes dois aspectos – intrínsecos e extrínsecos:

Tabela 1. Motivos que levaram os idosos entrevistados a ingressarem no Programa Vida Ativa - Belo Horizonte

Elementos	Frequência
Prazer	17
Saúde	16
Exercitar-se	14
Convivência	13
Preenchimento do tempo livre	9
Bem-estar	6
Diminuição das dores	5
Superação de limitações físicas	3
Aprendizagem; novos conhecimentos	3
Presença de professores	3
Depressão	2
Outros	1

Fonte: Direta da pesquisa

Ter o prazer como o motivo mais referenciado pelos entrevistados demonstra ser importante a motivação intrínseca, a partir de desejos pessoais associados com a realização e satisfação de estar em um grupo social, com manifestações de respeito, cumplicidade e reconhecimento social, desejos que se tornam importantes principalmente nesta fase da vida, em que muitas vezes outros contextos sociais excluem o idoso.

O segundo motivo mais referenciado pelos idosos entrevistados foi a intenção de melhoria de suas condições de saúde, fator igualmente encontrado em outros estudos (MAZO, 1998; LEITE et al., 2002).

Ao estudar a motivação para se iniciar a prática de exercícios físicos, Kimiecik (1991 apud CAMARANO; KANSO; MELLO, 2004) identificou que a mesma está associada à crença acerca de seus benefícios à saúde do indivíduo, proporcionando, ainda, uma sensação de bem-estar e prazer. Essa crença na relação direta entre atividade física e saúde mascara e encobre outros fatores como condições de moradia e de saúde que interferem na promoção da saúde, ao mesmo tempo em que atribui à atividade física um poder excepcional frente à eliminação das morbidades.

A prática de atividade física proporciona melhorias na saúde do indivíduo, entretanto outros fatores devem ser considerados. Existem benefícios, por exemplo, no sistema cardiovascular, no qual “um estilo de vida também é condição importante para a redução da mortalidade por doenças cardiovasculares” (CAMARANO; KANSO; MELLO, 2004, p. 42). Nesse sentido, esclarecer os comprometimentos que envolvem o processo de envelhecimento, assim como a atividade física e o estilo de vida (alimentação, cuidados com a saúde, etc.) que intervêm sobre os mesmos, devem estar incluídos nos programas de atividade física para idosos, evitando-se com isso frustrações e evasões nos programas.

O terceiro fator mencionado chama a atenção para a necessidade de movimento e desenvolvimento do corpo, em contraposição à idéia de inatividade que permeia o senso comum acerca da aposentadoria e velhice, conforme é evidenciada por intermédio do seguinte relato: “tem que fazer ginástica pra desenvolver né, os músculos (J., masc., 68 anos – núcleo)”.

Além disto, o exercitar-se tem uma idéia de manter-se ativo, autônomo e não-dependente para realizar tarefas da vida diária. Tal questão faz-se importante em vista de estudos que apontam para dados que comprometem as atividades deste grupo, como em pesquisa realizada no município de São Paulo, no qual 53% da população estudada referia necessidade de ajuda parcial ou total para realizar pelo menos uma das atividades da vida diária, 29% dos idosos necessitavam de ajuda parcial ou total para realizar até três dessas atividades, e 17% necessitavam de ajuda para realizar quatro ou mais atividades da vida diária (RAMOS, L. R. et al, 1993).

A convivência foi o quarto fator mais citado, incluindo a importância da amizade. Ficam reforçados a necessidade e o reconhecimento da importância de se estar com o outro, principalmente por se encontrarem em condições semelhantes, em um processo de envelhecimento que envolve condições sociais, afetivas e de saúde peculiares. O relato a seguir demonstra como a convivência é importante também no papel de apoio para o enfrentamento dos problemas que acometem as pessoas e depois a gente convive com o pessoal,

porque depois que a gente tá numa certa idade a gente fica com um pouco de depressão, um pouco triste né. Então é bom a gente ter assim uma convivência com as pessoas, é bom (M., fem. 69 anos).

No caso das instituições asilares, a convivência é proveniente do encontro, em um mesmo lugar, de pessoas de diferentes localidades e histórias de vida, que por motivos que incluem uma condição social desfavorável, uma falta de apoio familiar, dentre outros, tem nas instituições um meio para enfrentar, com um mínimo de assistência, as dificuldades nesse período da vida.

O momento das aulas do programa significa, para os idosos residentes nas instituições, um momento de viver em comum a prática da atividade física, quando todos os participantes se agrupam em torno de um mesmo propósito. A reunião de todos favorece o desenvolvimento de relações interpessoais, ao oportunizar conhecer o outro e reconhecer-se enquanto um grupo. Sobre isto Ramos (2002, p. 171) acrescenta que “quando as pessoas podem trocar, (...), elas não somente podem manter as relações sociais, mas também elas aumentam o seu bem-estar físico e psicológico”.

O preenchimento do tempo livre, se distraindo ao participar do programa, foi mencionado por nove idosos entrevistados.

A idade avançada pode significar a possibilidade de descansar, de usufruir a aposentadoria e o tempo, livre das obrigações e tarefas exercidas por anos. A rigidez dos horários, o cumprimento de atividades no campo do trabalho e de papéis familiares para alguns tornam-se mais tênues na idade da velhice, conforme exemplificado a seguir:

Porque agora a gente já trabalha pouco, a obrigação da gente é pouca mesmo, então a gente fica só em casa sempre eu faço, eu fiz crochê, um ponto-cruz, então eu trabalho, faço bolsinha, mas a gente enjoa de todo dia fazer uma obrigaçãozinha pra não ficar à toa; então vem para aqui, para distrair (M., fem., 73 anos).

Há ainda o grupo dos idosos institucionalizados que, embora tenham um tempo livre disponível, nem sempre o tem acrescentado de diversas atividades. Em pelo menos uma das instituições asilares, somente o Programa Vida Ativa era oferecido como atividade sistemática para os idosos. Essa ociosidade correspondente a um não aproveitamento do tempo livre pela ausência no oferecimento de atividades que sejam significativas e prazerosas para os idosos desse grupo pode ser verificada no depoimento de um dos entrevistados, conforme a seguir:

Uma coisa que a gente fica aqui, não pode sair na rua, só pode sair com gente daqui, então leva uma vida presa. Você não tem nada o que fazer; eu, por exemplo, não sei fazer nada. Então você vive para comer e dormir, sentar no jardim, tomar um sol. Agora, de vez em quando a gente sai para passear. Junta ônibus, nós saímos para passear (P., masc., 77, informação verbal).

Tal depoimento nos faz atentar para a necessidade de que outras atividades, além da atividade física, possam ser oferecidas a esse grupo de idosos. Em estudo realizado em instituições asilares, Deps (1993) encontrou resultados parecidos e constatou também que “as ocupações produtivas, as de lazer e as religiosas absorviam parte muito pequena do tempo disponível. Mesmo os idosos que mencionavam participar de alguma atividade ficavam a maior parte do dia em ociosidade, sentados em silêncio ou deitados” (p. 197).

A busca pelo bem-estar por meio da atividade física foi o motivo que levou seis idosos a participarem do programa oferecido pela Secretaria Municipal de Esportes de Belo Horizonte. Sentir-se bem e procurar meios que favoreçam esta sensação independem da idade do indivíduo, e a atividade física é um destes meios para proporcionar a melhoria das condições gerais de saúde física do indivíduo e favorecer o contato social; objetivos considerados importantes para se ter um bem-estar geral (MOREIRA, 2000).

Entre os benefícios que a atividade física proporciona está a diminuição de sensações de dores e desconforto muscular, muitas vezes causadas pelo próprio sedentarismo, que compromete a flexibilidade e mobilidade dos segmentos corporais. Esse motivo foi apontado por cinco participantes como o que os teria levado a engajar-se no programa. Outros três idosos mencionaram como motivo a melhoria das dificuldades físicas já instaladas.

O reconhecimento das dificuldades no processo de envelhecimento contribui para que o planejamento de atividades favoreça os comprometimentos, a superação ou nova adaptação, respeitando ainda a individualidade e incentivando novos comportamentos, inclusive aqueles que ultrapassem a barreira, quer física ou social, instaladas por essas dificuldades, conforme o exemplo das falas a seguir:

(...) ou eu faço a quase dois anos e durante esse período eu tenho sentido até bastante melhor, sabe? Porque antes a gente não fazia atividade nenhuma assim de ginástica então a gente tinha dificuldade para muitas outras coisas inclusive assim para subir ônibus, degrau alto assim no ônibus. A gente tinha dificuldade depois que a gente começou a fazer essa ginástica aqui melhorou, melhorou e bastante (A., masc., 81 anos-).

Eu ando muito devagarzinho então a ginástica é bom que pra pessoas envolve mais (M.J., fem., 67 anos – moradora de instituição de longa permanência).

Três idosos do programa entrevistados relataram, enquanto motivação, a possibilidade de aprender coisas novas, demonstrando uma atitude ativa frente a novos desafios, em que, mesmo em idades mais avançadas, o sentimento e

o prazer em aprender estão presentes e devem ser incentivados, por meio de trocas, de interação e construção com diferentes atividades. Giubilei (1993), corrobora com isto quando conceitua o idoso como:

aquele que vê no amanhã a continuidade do trabalho do hoje, aquele que não fica à espera do descanso eterno, que vai à luta, que busca preencher os espaços da vida, que se vê como elemento útil à sociedade. Enfim, aquele que acredita e demonstra que tem experiências a serem relatadas e que, acima de tudo, é ainda capaz de grandes realizações.

A presença dos professores foi associada à atenção e disposição com que se dirigem aos idosos, fato mencionado por três participantes do programa, todos de instituições asilares e que têm nos professores e estagiários uma oportunidade de interação social, como mostra o seguinte relato: “Gostei muito da ginástica. São umas moças muito atenciosas, muito bacanas, nós fizemos uma amizade” (P., masc., 77 anos).

O oferecimento de programas de atividade física proporciona um caminho de trocas entre a esfera pública, no caso estudado, e os alunos participantes, e um dos meios para que isso ocorra, é o reconhecimento das motivações dos alunos (LIRA, 2000).

Considerações finais

As motivações que proporcionam aos idosos participarem de um programa de atividade física refletem as próprias particularidades presentes no processo de envelhecimento: saúde, relações sociais e autonomia.

É necessário ainda, a partir deste reconhecimento, estabelecer intervenções baseadas nessas relações, incluindo a própria participação do idoso na tomada de decisões de suas necessidades, desejos e com vistas a reconhecer também sua autonomia, e as relações de interação social.

Sendo assim, a atividade física tornar-se-á um componente importante na qualidade de vida deste grupo etário quando ao promovê-la sejam consideradas as características, os anseios e as motivações deste grupo.

Referências

ARAÚJO, C. G. S. Biologia do envelhecimento e exercício físico; algumas considerações. In: **Seminário Internacional Sobre Atividades Físicas Para A Terceira Idade**, Universidade Estadual do Rio de Janeiro, 2000.

BELTRÃO, K.I.; CAMARANO, A. A.; KANSO, S. **Dinâmica populacional brasileira na virada do século XX**. Rio de Janeiro: Ipea, 2004 (Texto para Discussão,1.034).

CAMARANO, A. A.; KANSO, S.; MELLO, J. L. Como vive o idoso brasileiro? In: CAMARANO, A. A. (org.). **Os novos idosos brasileiros: muito além dos 60?** Rio de Janeiro: Ipea, 2004.

DEPS, V. L. A ocupação do tempo livre sob a ótica de idosos residentes em instituições: Análise de uma experiência. In: NERI, A. L. **Qualidade de vida e idade madura.** Campinas: Papyrus, 1993.

FEIJÓ, O. G. **Corpo e Movimento: Uma Psicologia para o Esporte.** Rio de Janeiro: Shape, 1992.

GIUBILEI, S. Uma pedagogia para o idoso. **A Terceira Idade.** São Paulo: SESC, v. 5, n. 7, p. 10-14, 1993.

IBGE (Fundação Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística). **Censo Demográfico, 2000.** Rio de Janeiro: IBGE, 2002.

LEITE, M. T.; CAPPELLARI, V. T.; SONEGO, J. Mudou, mudou tudo na minha vida: experiências de idosos em grupos de convivência no município de Ijuí/RS. **Revista Eletrônica de Enfermagem** (on-line), v. 4, n. 1, p. 18-25, 2002. Disponível em <<http://www.fen.ufg.br>> Acesso em: 10 jul. 2005.

LINS, R. G. Qualidade de vida, idoso e atividade física: um estudo a partir do Programa VidaAtiva, da Secretaria Municipal de Esportes de Belo Horizonte. **Dissertação de Mestrado.** Brasília: Universidade Católica de Brasília, 2005.

LIRA, L. C. Um estudo sobre causas da evasão em programas de atividades físicas da Unati/UERJ. In: **Seminário Internacional Sobre Atividades Físicas Para A Terceira Idade,** Universidade Estadual do Rio de Janeiro, 2000.

MAZO, G. Z. **Universidade e terceira idade: percorrendo novos caminhos.** Santa Maria: Gráfica Nova Prata, 1998.

MINAYO, M. C. S. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde.** São Paulo - Rio de Janeiro: Hucitec-Abrasco, 1999.

MOREIRA, M. M. S. Trabalho, qualidade de vida e envelhecimento. **[Dissertação de mestrado]** Rio de Janeiro: Fundação Oswaldo Cruz, Escola Nacional de Saúde Pública; 2000.

PASCHOAL, S. M. P. Qualidade de vida do idoso: elaboração de um instrumento que privilegia sua opinião. **Dissertação de Mestrado**, São Paulo: Universidade de São Paulo, 2000.

RAMOS, L. R. et al. Perfil do idoso em área metropolitana na região sudeste do Brasil. **Revista de Saúde Pública**, n. 27, p. 87-94, 1993

RAMOS, L. R. Fatores determinantes do envelhecimento saudável em idosos residentes em centro urbano: Projeto Epidoso, São Paulo. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 3, p. 793-798, 2003.

RAMOS, M. P. Apoio social e saúde entre idosos. **Sociologias**, n. 7, p. 156-175, 2002

SEIDL, E. M. F.; ZANNON, C. M. L. C. Qualidade de vida e saúde: aspectos conceituais e metodológicos. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 20, n. 2, p. 580-588, 2004.

TRIVIÑOS, A. N. S. **Introdução à pesquisa em Ciências Sociais**: a pesquisa qualitativa em educação. São Paulo: Atlas, 1987.

O EMPREENDEDORISMO NA TERCEIRA IDADE: O USO DAS REDES SOCIAIS

Orlane Carla Macêdo Costa e Silva

Emanuela Ferry de Oliveira Moreira

DOI: 10.29327/559569.1-2

Introdução

No século XXI, a sociedade brasileira vem mudando e absorvendo novas características extremamente relevantes para uma perspectiva global, sendo que agora destaca-se um aumento da expectativa de vida humana e os considerados avanços tecnológicos (MACIEL; PESSIN; TENÓRIO, 2012).

No Brasil, segundo o Ministério da Cidadania há cada vez mais pessoas idosas (com 60 anos ou mais), são cidadãos que utilizam os serviços sociais, de saúde e de proteção e que precisam de ter os seus direitos garantidos. E quedas nas taxas de natalidade levaram ao aumento não apenas do número absoluto de idosos, mas também da proporção desse grupo em relação à população brasileira.

Segundo Kachar (2010), fatores como avanços na medicina preventiva e recursos tecnológicos relacionados à área médica têm contribuído para o aumento da expectativa de vida humana. E os métodos anticoncepcionais diminuem gradativamente a proporção de crianças nascidas no país, juntamente com medidas como vacinas, tratamento de água, entre outras, reduzem a taxa de mortalidade.

À medida que a população idosa do país cresceu, também houve um enorme crescimento nas tecnologias de informação e comunicação. O uso da internet está se tornando cada vez mais necessário e importante para a interação social a cada dia, sendo que as pessoas não podem afastar-se das mudanças culturais, sociais e econômicas que ocorreram através da inserção das novas tecnologias na sociedade (MACIEL, PESSIN; TENÓRIO, 2012).

Para Kachar (2001), Os idosos hoje em dia não vivem apenas de relembrar o passado, pelo contrário, são ativos, produtivos e participativos. Porque à medida que as pessoas envelhecem, suas necessidades se tornam mais importantes, o que afeta seus hábitos e atitudes. E essas mudanças estão profundamente relacionadas ao contexto demográfico em que a sociedade se transformou nos últimos anos.

Evidenciando, a grande importância da utilização das mídias sociais na atualidade e relacionando este uso ao perfil de empreendedorismo na terceira idade, buscou-se, por meio deste estudo, analisar a utilização das redes sociais pelas empreendedoras mais experientes da Associação Mulheres de Negócios do Piauí – AMNe-PI.

O empreendedorismo na terceira idade

É sabido que a expectativa de vida no país passou de 51 anos em 1950 para 73 anos na atualidade e que a projeção para 2050 será de 81 anos (IBGE, 2012). Com isso ter-se-ia uma inversão da atual pirâmide etária na qual os jovens são a grande maioria. Esse fenômeno brasileiro foi uma resposta direta da família brasileira à situação econômica do país a partir da década de 60, somada à melhoria da qualidade de vida, da divulgação e uso de métodos contraceptivos e ao ingresso da mulher no mercado de trabalho, segundo Chaimowicz (apud NOVAIS, 2005).

Esse envelhecimento já tem reflexos na economia nacional. Por um lado, aumenta o potencial de consumidores e desperta o empreendedorismo para novos negócios focados nesse público alvo. Em 2012, esperava-se que os consumidores com 60 anos ou mais movimentem cerca de R\$ 402,3 bilhões. Esse valor é 45% maior do que há cinco anos, quando movimentaram R\$ 219 bilhões (IBGE, 2010).

O ato de aposentar-se, para muitos, passa a ter um significado de continuidade, marcando o início de uma nova fase, que representa um possível afastamento das atividades rotineiras, implicando na necessidade de uma reorganização de seus projetos de vida e gerando espaço para a realização de sonhos assim, como a possibilidade de trabalhar em algo realmente gratificante e prazeroso (AMARILHO, 2005).

O empreendedorismo, por oportunidade ou necessidade, surge como uma possível solução frente à necessidade do idoso de manter-se ativo física, mental e financeiramente, uma vez que a aposentadoria pode significar tanto a ruptura ou a permanência no mercado de trabalho (COCKELL, 2014).

Junto com este desafio de empreender veio a pandemia do coronavírus modificou rápido e significativamente a vida das pessoas, sobretudo dos idosos, da forma de se comunicar, investir trabalhar, apresentando assim um novo cenário para os empreendedorismo.

Neste cenário, o uso de tecnologias digitais de informação e comunicação (TDIC) desvelou ser um recurso capaz de atenuar o impacto das restrições na participação em atividades rotineiras, empreendedora, além de ser um meio

para promover conexões sociais (SEIFERT; COTTEN; XIE, 2021). Diante do exposto este estudo tem como objetivo analisar as contribuições do uso das redes sociais para as empreendedoras na terceira idade.

Empreendedorismo feminino

O empreendedorismo feminino está ganhando impulso. E, à medida que a digitalização de negócios avança, as mulheres têm cada vez mais oportunidades de inovar e expandir sua presença no mercado, ganhando assim visão no mundo dos negócios. Essa liderança é uma tendência global e se espalhou por várias partes do mundo.

Em meio a tantos avanços tecnológicos, não apostar no uso da internet significaria perda de dinheiro e oportunidades perdidas de crescimento e vendas. Além disso, é um espaço muito democrático que oferece boas oportunidades para diferentes competências. E mulheres com conhecimento relacionado a negócios e segmentos de serviços, por exemplo, também enxergam grandes oportunidades no marketing digital.

Outra notícia importante é a transformação digital nas micro e pequenas empresas (MPE) nos últimos tempos. De acordo com o SEBRAE (2018c), 82% das MPEs pesquisadas têm acesso à internet, 43% usam a internet para apresentar produtos da empresa e 23% a usam para vender online. Observa-se também que há um alto percentual de empresas que usam mídias sociais: 40% têm página no *Facebook* e 72% usam o *WhatsApp* para se comunicar com os clientes. Outro dado importante é que os canais mais utilizados por essas empresas para vender online são *WhatsApp* (39%), *Facebook* (19%) e *Instagram* (6%), superando os tradicionais sites de vendas e uso do site da empresa (SEBRAE, 2018c).

De acordo com esses números, o uso de Tecnologia da Informação e Comunicação (TIC) pelas mulheres é proeminente. De acordo com o SEBRAE (2018c), 81% das mulheres empresárias pesquisadas têm acesso à internet e a utilizam em seus negócios principalmente para promoção de negócios (52%), exposição de produtos (48%) e vendas *online* (25%). Destaca-se a presença ativa de mulheres empresárias nas redes sociais: 43% têm página no *Facebook*, 71% usam o *WhatsApp* para se comunicar com os clientes e 53% acreditam que as vendas da empresa têm potencial de crescimento nos próximos cinco anos deve-se a internet e redes sociais (SEBRAE, 2018c).

Devido à ampla utilização das mídias digitais, nos últimos tempos, as ferramentas digitais têm ganhado cada vez mais espaço não só como forma de comunicação, mas também como impulsionadores de atividades. Essas ferramentas têm sido utilizadas como um canal de venda e divulgação de

produtos, principalmente as redes sociais tornaram-se o principal meio para atingir facilmente um grande número de usuários em um curto espaço de tempo e a um custo menor (SILVA, 2019).

Toda essa conectividade está atraindo a atenção dos empresários e por isso a presença das empresas nas redes sociais está se tornando uma realidade hoje em um movimento que os aproxima cada vez mais do mundo. Dessa forma, os negócios ganham visibilidade, tornam-se mais confiáveis e chegam a mais pessoas de diferentes partes da cidade, do país e até do mundo.

Empreendedorismo feminino no meio digital

As mulheres empreendedoras estão crescendo fortemente. E à medida que a digitalização das empresas cresce, as mulheres têm cada vez mais oportunidades de inovar e expandir sua presença no mercado. Tendo em vista, que elas agarram a oportunidade e descobrem um lado diferente, o poder e a capacidade de administrar um negócio (MEDEIROS, 2021).

Os desafios para as mulheres se destacarem no mercado de trabalho são diversos. No entanto, o empreendedorismo feminino abriu novas oportunidades. E de acordo com o Sebrae (2021), uma das áreas de maior destaque é o domínio digital por meio das redes sociais. E é muito útil para mulheres de negócios que desejam ter seu próprio negócio, mas ao mesmo tempo precisam conciliar esse trabalho com suas outras atividades familiares.

Observou-se que em meio a tantos avanços tecnológicos, não apostar no uso da internet pode levar à perda de dinheiro e perda de vendas ou oportunidades de crescimento. Além disso, a mídia digital é um espaço bastante democrático, que oferece boas oportunidades para diferentes habilidades, como culinária, medicina, psicologia, fisioterapia e outras. Com isso, empresárias com bons conhecimentos em moda, cosméticos e maquiagem também veem grandes oportunidades no marketing digital. (SEBRAE, 2021).

Segundo dados do Sebrae de 2018, cerca de 53 empresárias afirmam que as vendas de seus negócios devem aumentar no curto prazo. E atribuem essa vantagem à capacidade de investir em mercados digitais e redes sociais. E em 2020, o Sebrae, em parceria com a FGV, fez uma pesquisa que constatou que cerca de 69 empreendedores já venderam pela internet ou passaram a usar esse método em tempos de crise. (SEBRAE, 2021).

Por meio da mídia social, as mulheres são capazes de construir relacionamentos mais próximos com seus clientes, e muitas delas são mais adeptas dessas ferramentas do que os homens. Além disso, segundo o Sebrae (2021), outro fator que incentiva as mulheres a usar as mídias sociais é o fato de 73% delas informarem que menos da metade dos clientes visitará uma

unidade mais de uma vez. E não é isso que acontece no mercado online, afinal o público-alvo mais específico e fixo está em busca de determinados produtos ou serviços.

Desta forma, a utilização deste tipo de recurso permite uma comunicação mais eficaz entre o empreendedor e o cliente, podendo ser mais agradável ao nível da interação com o público-alvo. Com isso, permite que as empreendedoras mantenham suas operações comerciais de forma digital, ou seja, por meio das redes sociais, podendo assim conciliar todas as atividades domésticas sem ter que abrir mão de sua fonte de renda. (SEBRAE, 2021).

Redes sociais como instrumento de trabalho

As redes sociais têm uma série de funções que as empresas podem usar para interagir com os clientes. Podem ser segmentados por interesses (resultados de suas ações e preferências na rede) (ROCHA et al., 2013); as empresas podem usar *hashtags* e fontes para aumentar o contato com seu público-alvo (ALMEIDA et al., 2018); além de utilizar links patrocinados para promover produtos e serviços (GOMES; MONDO, 2016), dá às empresas a oportunidade de interagir com pessoas interessadas em seus negócios.

Nesse sentido, as empresas mantêm ações que permitem uma interação rápida e fácil com os usuários, fornecendo conteúdos e serviços que ajudam a construir relacionamentos com seus clientes (ROCHA et al., 2013). Os melhores resultados podem ser alcançados quando os usuários interagem com o conteúdo, pois isso dará ao *post* um maior alcance, visibilidade e popularidade. (RECUERO, 2009).

Dentre as redes sociais utilizadas, destaca-se o *Twitter*, que serve para expressar certas opiniões sobre um determinado assunto, esclarecer dúvidas, fazer sugestões e divulgar ofertas especiais, o *Facebook*, que tem como objetivo aumentar o relacionamento com o cliente (ROCHA et al., 2013) devido ao crescente número de usuários ativos (GOMES; MONDO, 2016), o *Instagram*, é uma das redes sociais mais utilizadas atualmente, permitindo fácil interação entre pessoas, empresas e seus consumidores, além do potencial de investimento (ROCK, 2018), e o *WhatsApp*, utilizado para atrair e reter consumidores, pois suas propriedades permitem uma comunicação mais pessoal por meio de grupos, onde é possível agregar os clientes mais engajados e mantê-los informados sobre as novidades da empresa, além de receber sugestões, dúvidas e reclamações (FERREIRA; ARRUDA FILHO, 2015). Assim, as redes sociais são uma ferramenta de relacionamento com o cliente que dá suporte ao processo de comunicação e interação da empresa com os consumidores (DESIDÉRIO et al., 2017).

Descrição do Método

O procedimento metodológico utilizado foi o estudo de caso, com característica exploratória, uma vez que visa fornecer uma visão ampla do problema em investigação e que o tema ainda é pouco explorado na literatura atual (GIL, 2008). Possui natureza da pesquisa é definida como quantitativa e qualitativa.

Para o presente estudo, foi escolhida a Associação Mulheres empreendedoras do Piauí, na qual é formado por mulheres empreendedoras e empresárias de diversos segmentos dos setores de comércio e serviços, que utilizam as redes sociais para a divulgação de seus negócios e comercialização de seus produtos e/ou serviços.

A referida associação é formada por 57 mulheres empreendedoras, sendo pesquisadas 32 respondentes, e dentre elas 11 empreendedoras da amostra são do grupo da terceira idade. E através desses dados é possível traçar o perfil empreendedor das empreendedoras mais experientes da associação. O contato com estas empreendedoras foi realizado por meio de e-mail e mensagens no aplicativo *Whatsapp*, como também por meio de divulgação do questionário *online* da pesquisa no grupo das referidas empreendedoras.

Coleta de dados

Como instrumento de coleta de dados, esta pesquisa utilizou-se de um questionário elaborado pela pesquisadora, associado a uma adaptação de um questionário fornecido pelo SEBRAE (2019c). Desta forma, o questionário foi fechado com as respostas preestabelecidas, uma vez que estavam alinhadas de acordo com os objetivos da pesquisa. Ele foi disponibilizado digitalmente por meio da plataforma *Google Forms*, uma vez que pode ser facilmente enviado para chegar ao objeto de estudo, por meio de e-mail e redes sociais, buscando assim o máximo de respostas.

Tratamento de dados

Para tal, a tabulação de dados se deu através dos instrumentos *Google Forms* e o software *Microsoft Excel*, para a padronização dos dados; bem como o estudo foi conduzido também com uso do software *Microsoft Power BI*, para a criação e análise dos gráficos e comparação e cruzamento das respostas.

Resultados e discussão

Esta seção apresenta os dados coletados através da pesquisa realizada com as empreendedoras da Associação Mulheres de Negócios do Piauí – AMNe-PI, que é um grupo apartidário e sem fins lucrativos que foi criado em fevereiro de 2014 pela jornalista Karla Nery e a master coach Cacilda Silva, com o objetivo de unir empresárias e proporcionar troca de conhecimentos, experiências, negócios e parcerias.

Análise sociodemográficas

Nesta primeira parte do questionário foram levantados dados a respeito das características sociodemográficas desse grupo empreendedoras da pesquisa, coletando informações como idade, estado civil e grau de instrução.

A primeira pergunta do questionário contém as informações referentes a idade das pesquisadas, sendo participantes 11 respondentes representando 34,2% do campo amostral da pesquisa do grupo de empresárias mais experientes. Dessa forma, para o estudo das idades, a coleta foi realizada de forma que cada participante da pesquisa respondesse a idade exata que tinha no momento da pesquisa. E a maior idade observada foi de 64 anos.

A segunda pergunta do questionário refere-se ao estado civil dessas empreendedoras, onde observou-se que o estado civil predominante entre esse grupo são de casadas, com 7 pessoas respondentes da amostra, o que configura 21,91% da amostra. As mulheres divorciadas vêm em segundo lugar totalizando 3 pessoas, que representam 9,39% da amostra, e a minoria, com apenas 1 pessoa, representando o estado civil de solteira, com 3,13% da amostra.

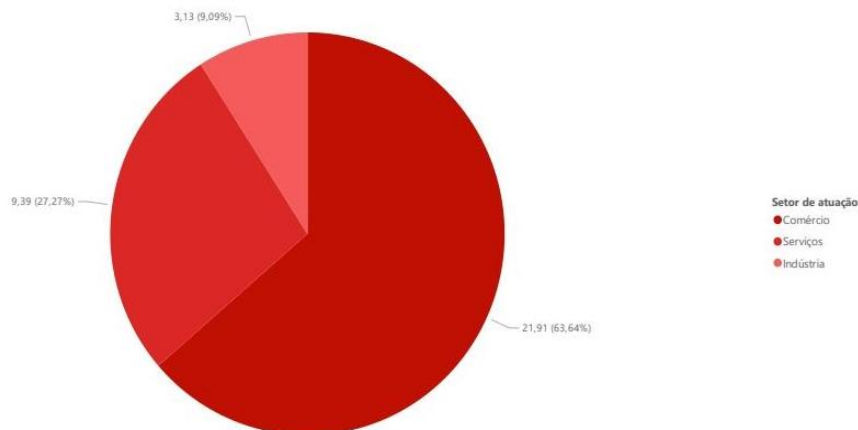
O último dado a respeito das características sociodemográficas refere-se ao grau de instrução dessas empreendedoras. Observou-se que a maioria desse grupo possuem nível superior completo, configurando 12,52% com 4 das respondentes da amostra. Já a categoria de pós graduação, vem representando 9,31% da amostra com 3 respondentes. E em seguida vêm o nível de mestrado que representa 6,26% com 2 respondentes. E por fim, podemos observar uma minoria representada pelas categorias de nível fundamental completo e nível superior incompleto, que somados representam 6,26% da amostra, com 1 respondente cada.

Análise do perfil empreendedor

Nesta segunda parte do questionário foram realizadas perguntas com o objetivo de identificar o perfil empreendedor das empresárias da Associação Mulheres de Negócio do Piauí, referente aos seus empreendimentos.

Na quarta pergunta do questionário, as empreendedoras foram indagadas quanto ao segmento de atuação de seus negócios, se eram do comércio, serviços ou indústria. As respostas podem ser visualizadas no Gráfico 1.

Gráfico 1 – Segmento de atuação do negócio

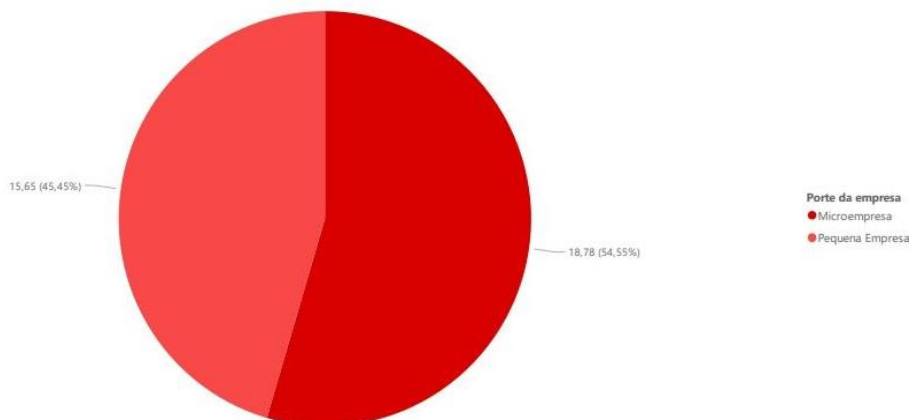


Fonte: Dados da pesquisa, 2021.

Como pode ser observado no Gráfico 1, a maioria das empreendedoras respondentes do grupo relacionadas a terceira idade que estão atuando pertencem ao segmento de prestação de serviços, representando 21,91% da amostra. Em seguida com 9,39% da amostra vem o comércio. E o segmento da indústria representa 3,13% da amostra.

Na pergunta seguinte, as empreendedoras da associação foram indagadas quanto ao porte da empresa, se seus empreendimentos se classificavam como microempresa ou pequena empresa. As respostas podem ser visualizadas no Gráfico 5.

Gráfico 2 – Porte da empresa

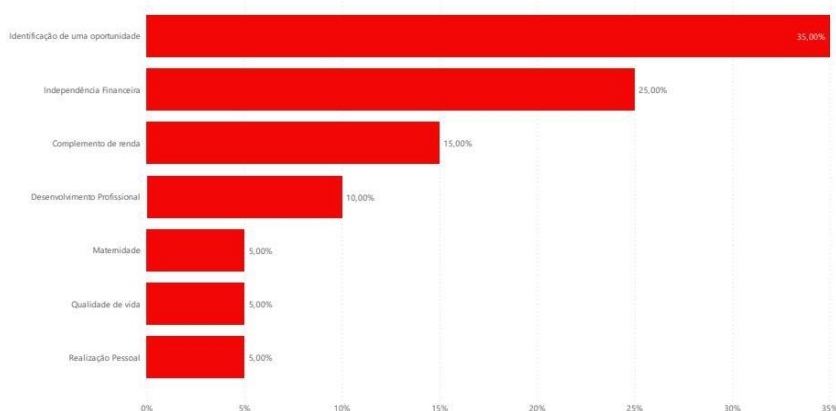


Fonte: Dados da pesquisa, 2021.

Observou-se com o gráfico 2, que o porte das empresas das empreendedoras do grupo escolhido, configuraram-se com 18,78% da amostra como microempresa, e com 15,65% como pequena empresa.

Na sexta pergunta do questionário, as empreendedoras foram indagadas acerca dos motivos que optaram por empreender. As respostas podem ser vistas no gráfico 3, na qual é possível perceber que a maior motivação para as empreendedoras foi a identificação por uma oportunidade, correspondendo a 21,91% das respostas. Esse comportamento vai de encontro com a definição das principais características de um empreendedor, conforme demonstrado em trabalho de Schmidt e Bohnenberger (2009), no qual os autores afirmam que o empreendedor tem em si a habilidade de reconhecimento de oportunidades implícitas em situações e ambientes cotidianos.

Gráfico 3 – Motivos para o empreendedorismo



Fonte: Dados da pesquisa, 2021.

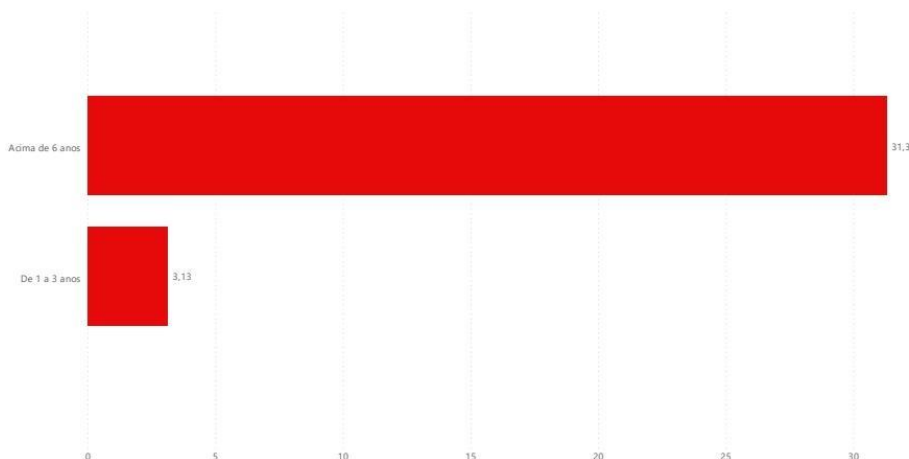
Ainda conforme o gráfico 3, também foi possível observar como a segunda maior motivação para empreender foi a realização pessoal, correspondendo a 15,65% das respostas. Essa característica também se complementa com a constatação observada na pesquisa GEM-Brasil (2020), na qual é divulgado que a maioria dos empreendedores inicia seu negócio por obter um sonho de realização pessoal e poder ter seu próprio negócio.

A terceira maior motivação para o empreendedorismo foi a busca por complemento de renda, correspondendo a 9,39% da amostra. Segundo Dornelas (2016), trata-se de um dos principais motivos pelos quais os empreendedores buscam para iniciar seu negócio.

A quarta pergunta do questionário as empreendedoras responderam quanto ao tempo de seus negócios. As opções foram: até 1 ano, de 1 a 3 anos, de 4 a 6 anos e acima de 6 anos. As respostas podem ser vistas no Gráfico

4. A maioria das respondentes possuem o negócio acima de 6 anos, com 10 respondentes que representam 31,3% da amostra. A quantidade menor, representa as empreendedoras que possuem seus negócios por há mais de 1 ano e menos de 3, que representam 3,13%.

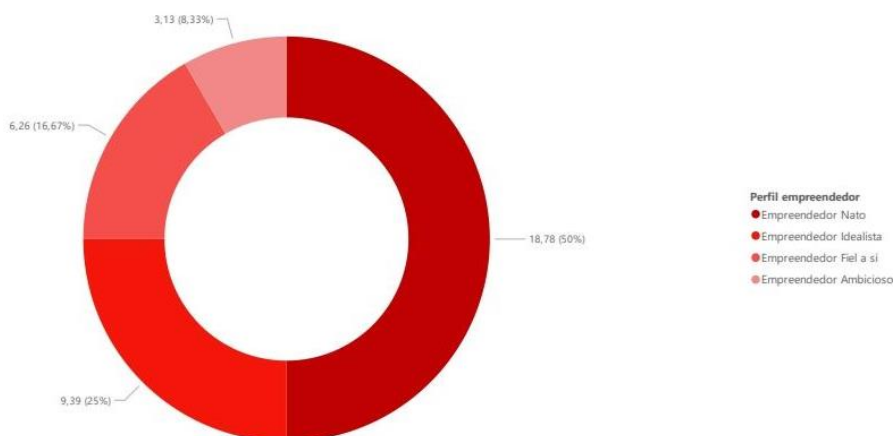
Gráfico 4 – Tempo de negócio



Fonte: Dados da pesquisa, 2021.

Na questão seguinte do questionário, foram realizadas perguntas para identificar o perfil das empreendedoras. Para tal, foram direcionadas as perguntas de 8 a 12 do questionário, adaptadas do modelo do SEBRAE (2019c) para traçar um padrão de perfil comportamental das empreendedoras da Associação Mulheres d' Negócios do Piauí, como apresentado no Gráfico 5, a seguir:

Gráfico 5 – Perfil empreendedor



Fonte: Dados da pesquisa, 2021.

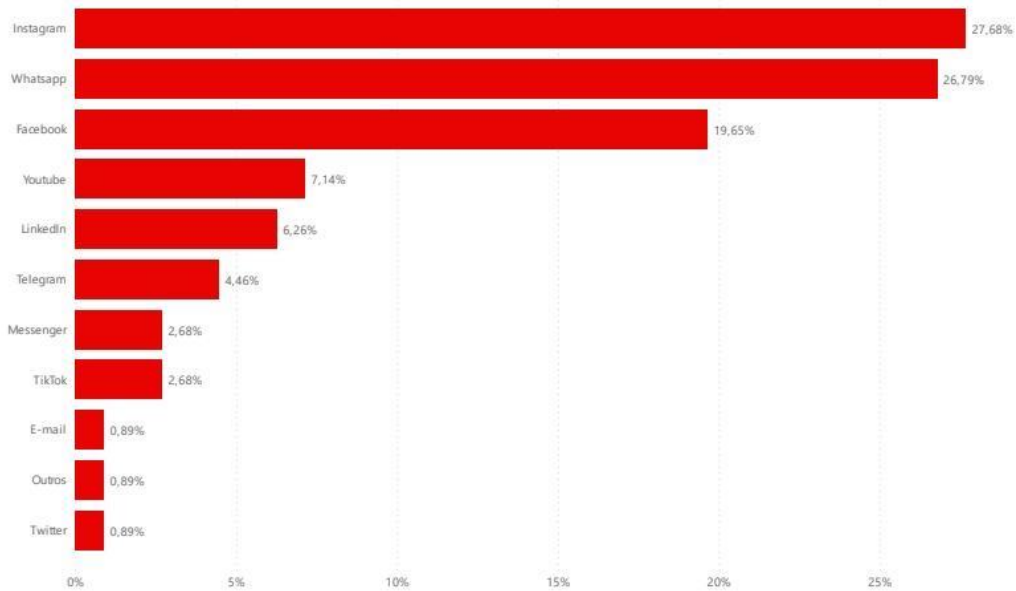
Conforme é possível observar no Gráfico 5, as empreendedoras foram classificadas como: empreendedor nato, empreendedor idealista, empreendedor fiel a si e empreendedor ambicioso. Ao analisar as respostas das questões 8 a 12 do questionário, a maior parte das empreendedoras se identificou como empreendedor nato, representando 18,78% da amostra. Estas pessoas, segundo o SEBRAE (2019c), caracterizam-se principalmente por um olhar natural atento para enxergar oportunidades de negócios e, dessa forma, construir a realidade dos seus sonhos.

O segundo perfil com maior número de pessoas é o do empreendedor idealista, que corresponde a 9,39% da amostra. Esses empreendedores carregam consigo a vontade de melhorar o meio ambiente, o desejo de melhorar o mundo, de transformar a sociedade como protagonista de seus negócios não focando apenas no lucro (SEBRAE, 2019c).

A terceira maior porcentagem é composta pelo perfil de empreendedor fiel a si. Nesta pesquisa este perfil representou 6,26% da amostra, que representa empreendedores que buscam conduzir seus negócios de forma independente, têm liberdade e flexibilidade para traçar sua trajetória de negócios e, portanto, são reconhecidos por suas características, crenças e seu próprio valor (SEBRAE, 2019c).

O perfil de empreendedor com menos adeptos representado 3,13% da amostra, foi o classificado como empreendedor ambicioso, que são aqueles cujo objetivo principal é criar um negócio lucrativo e criar riqueza para ele. Ao apresentar este perfil, costumam ter sempre metas e objetivos muito claros para melhorar os resultados do negócio. (SEBRAE, 2019c).

A última pergunta feitas as empreendedoras foi a respeito do uso das redes sociais em seus empreendimento, sobre especificamente as mídias sociais utilizadas por elas para divulgação de suas empresas. As respostas podem ser observadas no gráfico 6.

Gráfico 6 – Redes sociais utilizadas

Fonte: Dados da pesquisa, 2021.

Observou-se no gráfico 6, que a rede social mais utilizada pelas empreendedoras é o *Instagram*, representando 27,68% da amostra. E em segundo lugar se concentra no *Whatsapp*, com 26,79% da amostra e, em terceiro lugar, observou-se o *Facebook* com 19,65% das empreendedoras presentes nesta rede social. As demais redes sociais apresentaram percentual menores quanto aos seus usos por este grupo.

Diante disso, através dos dados da pesquisa foi possível observar as características sobre o perfil empreendedor das empresárias da terceira idade da associação, e compreender os motivos que impulsionaram a iniciarem seus empreendimentos, e também fazerem o uso das redes sociais para divulgação de seus produtos e serviços.

Considerações Finais

O número crescente de idosos no país atrai a atenção de pesquisadores e vem se tornando objeto de estudo pelo meio acadêmico. À medida que aumenta a população idosa, também existe uma tendência deste grupo utilizar tecnologias de informação e comunicação. Hoje a tecnologia está presente em quase todos os meios, seja na comunicação, no trabalho, no entretenimento, etc., o que faz com que pessoas precisem utilizar esses meios digitais.

Nesse contexto, é importante compreender como tem sido a interação dos idosos com as tecnologias. Assim, este trabalho consistiu em um estudo e pesquisa sobre o uso das redes sociais pelas pessoas em terceira idade, através do empreendedorismo.

Desta forma, este trabalho teve como objetivo geral verificar o perfil de empreendedor da empreendedoras da terceira idade da associação, destacando os motivos pelos quais iniciaram seus empreendimentos. E também ressaltar a presença desse grupo nas mídias sociais.

Sendo assim, confirma-se que os sujeitos da pesquisa em questão estão aderindo às novas tecnologias que vem transformando e facilitando a forma de visualizar notícias, buscar por entretenimentos e realizar compras. E isso principalmente aliado a estratégia de negócio para divulgação de seus produtos e serviços.

Referências

ALMEIDA, M. I. S.; COELHO, R. L. F.; CAMILO-JUNIOR, C. G.; GODOY, R. M. F. Quem Lidera sua Opinião? Influência dos Formadores de Opinião Digitais no Engajamento. *Revista de Administração Contemporânea*, v. 22, n. 1, p. 115-137, 2018.

AMARILHO, C. B. As implicações da perspectiva de afastamento do trabalho e projeto de vida no discurso do Executivo-Empreendedor-Idoso. Dissertação (mestrado)-Programa de Pós Graduação em Psicologia Social e Institucional, Instituto de Psicologia, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre. 2005.

BUENO, Wilson da Costa. Estratégias de comunicação nas mídias sociais. In: COLNAGNO, Camila Khroling. *Mídias e redes sociais digitais: conceitos e práticas*. 1ª. ed. São Paulo: Manole LTDA, 2015. p.03-22.

COCKELL, F. F. Idosos aposentados no mercado de trabalho informal: trajetórias ocupacionais na construção civil. *Revista Psicologia & Sociedade*, v. 26, n. 2, p. 461-471, 2014.

DESIDÉRIO, P. H. M.; BITTENCOURT, I. M.; MARQUES, J. C.; SOBRINHO, C. A. C.; NEDER, R. The social media in the projection of regional startups: observations of the profile of the companies in the social networks. *International Journal of Innovation*, v. 5, n. 3, p. 421-434, 2017

DORNELAS, J. *Empreendedorismo: transformando ideias em negócios*. 6. ed.

São Paulo: Empreende/Atlas, 2016.

Empresas de Cosméticos no Brasil. *Revista Brasileira de Marketing*, v. 17, n. 1, p. 80-99, 2018.

FERREIRA, C.; CAMPOS, R. C.; NAVES, F. M.; DA SILVA, W. B.; FERNANDES, G. G. Marketing digital e redes sociais como oportunidade de inovação para micro e pequenas empresas: um estudo realizado com varejistas da cidade de Lavras MG. *Revista Foco*, [S. l.], v. 12, n. 2, p. 88-111, 2019.

FERREIRA, N. S.; ARRUDA FILHO, E. J. M. Facebook e Whatsapp: uma Análise das Preferencias de Uso. *Reuna*, v. 20, n. 3, p. 47-64, 2015.

FORMANSKI, F. N.; GONÇALO, C. R.; ANGELONI, M. T.; FORMANSKI, J. G. Estratégia de relacionamento com o cliente por meio das redes sociais digitais: um estudo de caso no Banco do Brasil S/A. *Reuna*, v. 18, n. 2, p. 83-98, 2013

GEM. Empreendedorismo no Brasil. Relatório Executivo 2020.

GIL, Antônio Carlos. Métodos e técnicas da pesquisa social. São Paulo: Atlas. 6. ed., 2008. v. 29.

GOMES, B. L. T.; MONDO, T. S. A Contribuição das Redes Sociais na Captação de Clientes sob a Percepção dos Gestores Hoteleiros. *Revista Brasileira de Marketing*, v. 15, n. 2, p. 177194, 2016.

IBGE. Anuário Estatístico do Brasil, 2010

KACHAR, V. Terceira Idade e Informática: aprender revelando potencialidades.

MACIEL, P. C. S., PESSIN, G. & TENÓRIO, L. C. (2012). Terceira idade e novas tecnologias: uma relação de possibilidades e desafios. Congresso Internacional Interdisciplinar em Sociais e Humanidades, Niterói-RJ, 03 a 06 de setembro, 2012.

MEDEIROS, F. O poder feminino no empreendedorismo digital. Disponível em: <<https://negociorentabilizado.com/o-poder-feminino-no-empreendedorismo-digital/>> Acesso em: 19 out. 2021.

NOVAIS, Raquel Carvalho. Baby Boomers na Terceira Idade, uma oportunidade de mercado: um estudo da indústria de cosméticos Natura. In: CONGRESSO BRASILEIRO

Relatório de Programas e Ações do MC (dezembro de 2018) e TABCAD (novembro 2018).

RECUERO, Raquel. Redes sociais na internet. Porto Alegre: Sulina, 2009.

ROCHA, T. V.; JANSEN, C. L. S.; LOFTI, E.; FRAGA, R. R. Estudo exploratório sobre o uso das redes sociais na construção do relacionamento com clientes. Revista Brasileira de Gestão de Negócios, v. 15, n. 47, p. 262-282, 2013.

SEBRAE. Entenda os benefícios das redes sociais. 2018. Disponível em: <http://www.sebrae.com.br/sites/PortalSebrae/ufs/pb/artigos/entenda-os-beneficiosdas-redes-sociais,8c5bb1adc9401610VgnVCM1000004c00210aR> CRD. Acesso em: 14 out 2021

SEBRAE. Como as redes sociais incentivaram o empreendedorismo feminino. Disponível em: <<https://atendimento.sebrae-sc.com.br/blog/como-as-redes-sociais-incentivaram-o-empreendedorismo-feminino/>> Acesso em: 20 out. 2021.

SEBRAE. Quiz qual é seu perfil de empreendedor? 2019. Disponível em: <https://promo.sebrae-sc.com.br/quiz-perfil-empreendedor>. Acesso em: 14 out. 2021.

SCHMIDT, S.; BOHNENBERGER, M. C. Perfil empreendedor e desempenho organizacional. Revista de Administração Contemporânea, [S.l.], v. 13, n. 3, p. 450467, 2009. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rac/v13n3/v13n3a07.pdf>. doi: 10.1590/S1415-65552009000300007. Acesso em: 08 dez.2019

SEIFERT, A.; COTTEN, S. R.; XIE, B.. A double burden of exclusion? Digital and social exclusion of older adults in times of COVID-19. The Journals of Gerontology: Series B, v. 76, n. 3, p. 99-103, 2021.

PINOCHET, L. H. C.; PACHELLI, I. L.; ROCHA, F. M. M. Uso de Métricas em Mídias Sociais e Indicadores de Desempenho do Site e sua Relação com o Valor da Marca em SEBRAE. Perfil dos empreendedores. Disponível em: <https://datasebrae.com.br/perfil-dos-empresarios>. Acesso em: 14 out. 2021.

ENVELHECIMENTO E SAÚDE UNATI-UESPI

Moisés Mendes da Silva

Ivaldo Coelho Carmo

Edvaldo Cesar da Silva Oliveira

DOI: 10.29327/559569.1-3

Introdução

Alongevidade humana tem sido assunto de grandes discussões na sociedade em virtude do aumento da população idosa, o que exige das autoridades públicas e da comunidade científica medidas para lidar com o processo do envelhecimento. Segundo dados divulgados pelo Instituto de Geografia e Estatística (IBGE 2010),

No início do século XX, o tempo de vida médio do brasileiro era 33 anos; hoje essa média subiu para 71,3 anos em 2003, contra 70,5 anos em 2000. Essa expectativa cresceu 8,8 anos [...]. Estima-se que até o ano de 2020 essa proporção triplique, colocando o Brasil como o sexto país no mundo com maior número de idosos.

O progresso da Medicina, a evasão rural, as melhorias das condições de trabalho e o controle de diversas patologias favoreceram o aumento da população idosa.

Para Neri (1995, p. 9-16), mesmo havendo estudos sobre a velhice e o envelhecimento desde a antiguidade, como a obra ‘Senectude de Cícero’, publicada há cerca de 2000 anos, foi durante a quinta década do século passado que aumentou o número de publicações científicas sobre o envelhecimento.

O termo Gerontologia, como uma nova disciplina, foi proposto por Methnicoff no início do século XX. Atualmente, a Gerontologia deve ser entendida como uma ciência interdisciplinar por abordar o processo de envelhecimento humano em seus diversos aspectos. Pavarini et al. (2005, p. 400) definem a Gerontologia como “A ciência que estuda o processo de envelhecimento em suas mais diversas dimensões, e se constitui, na prática, na ótica atual, em uma especialidade de diferentes profissões”. Além da Medicina, a Psicologia e outras disciplinas passaram a se interessar pela Gerontologia, demonstrando seu caráter multidisciplinar em função das particularidades que envolvem o processo de envelhecimento.

Segundo Bacelar (2002, p. 21), a Organização das Nações Unidas (ONU) estabeleceu a idade de 60 anos para categorizar as pessoas na qualidade de velho, terceira idade, e para, a partir daí medidas administrativas serem tomadas e executadas.

O Estatuto do Idoso – lei n. 10.741 de 1º de outubro de 2003 (BRA-SIL, 2006b) – e o Programa Saúde do Idoso, do Ministério da Saúde, são exemplos de políticas formuladas pelas autoridades governamentais, fruto das lutas empreendidas pela população idosa que evidencia a necessidade de garantir os seus direitos. Acredita-se que, à medida que forem implementadas, tais políticas tendem a favorecer um envelhecimento menos danoso, possibilitando à terceira idade melhor qualidade de vida.

Envelhecimento e qualidade de vida

A qualidade de vida tem sido preocupação constante do ser humano. Na população idosa, a qualidade de vida está diretamente relacionada com a manutenção da saúde, da capacidade funcional e da autonomia. Mas o que é envelhecer? silva, (1998), envelhecer “é um fenômeno biopsicossocial sendo uma dimensão existencial como todas as situações humanas”. Fisicamente, o envelhecimento se dá pelo processo de mudanças químicas e hormonais que vão transformando o organismo dos indivíduos.

Calazans (2005, p. 11) diz que o homem envelhece porque suas células envelhecem. As células têm um determinado período de vida útil em que mantêm suas funções intactas. Após um certo tempo, que é variável para cada grupo celular, há uma degeneração que prejudica a funcionalidade originária.

No entanto, o envelhecimento ocorre de forma variável nas populações. Sayeg e Pereira (1994, p. 36) afirmam que “há pessoas que precocemente já podem ser consideradas ‘anciãs’, enquanto outras, além de 70 e 80 anos ainda são física e mentalmente ‘adultos maduros’”. Isso ocorre em razão de fatores biológicos, ambientais, sociais, culturais e econômicos vivenciados durante o transcorrer da vida.

Envelhecimento saudável e qualidade de vida, segundo a Organização Mundial de Saúde (apud OPAS, 2005, p. 15), é definido como a percepção que o indivíduo tem de sua posição na vida dentro do contexto de sua cultura e do sistema de valores de onde vive, e em relação a seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações. É um conceito muito amplo que incorpora de maneira completa a saúde física de uma pessoa, seu estado psicológico, seu nível de dependência, suas relações sociais, suas crenças e sua relação com características proeminentes no ambiente.

Sabemos que, com o processo de envelhecimento, ocorrem mudanças fisiológicas, psicológicas e sociais. Victor, Silva e Araújo (2002) entendem que tais processos ultrapassam barreiras biopsicossociais, não sendo possível definir conceitos amplamente aceitos de envelhecimento. Percebe-se que a indefinição científica se evidencia por causa das múltiplas versões que existem sobre o processo do envelhecimento.

Existem alguns fatores determinantes a serem considerados para que haja qualidade de vida para o indivíduo idoso, dos quais a Organização Pan Americana de Saúde (OPAS, 2005) destaca os seguintes: a cultura, as condições socioeconômicas favoráveis, o equilíbrio psicológico por meio de boas relações sociais e familiares, o ambiente físico no qual o idoso está inserido, a moradia segura, o saneamento básico e a alimentação de qualidade. Considera, também, a OPAS (2005), que, para um envelhecimento com saúde, o indivíduo deve evitar o tabagismo, o etilismo e praticar exercícios físicos. Medidas de promoção da saúde mediante a prevenção primária, secundária e terciária, assim como o acesso a serviços de saúde de qualidade e assistência digna e respeitosa completam o quadro das necessidades básicas que devem ser atendidas a fim de que todo indivíduo possa envelhecer saudavelmente.

É difícil conceituar qualidade de vida, já que ela pode sofrer influências do meio, bem como de fatores e valores pessoais. Segundo Santos et al. (2002 p. 3), avaliar a qualidade de vida do idoso implica a adoção de múltiplos critérios de natureza biológica, psicológica e socio-estrutural, pois vários elementos são apontados como determinantes ou indicadores de bem estar na velhice.

Descobrir os benefícios da velhice, prolongar a juventude e envelhecer com boa qualidade de vida tem trazido certa ansiedade ao ser humano no instante em que percebe o aumento da necessidade de conviver, de amar e existir, evidenciando o grande desafio da atualidade. Boa qualidade de vida é aquela que oferece o mínimo de condição para que os indivíduos possam desenvolver o máximo de suas potencialidades, resguardados os limites individuais. Portanto, o envelhecimento saudável não se limita aos aspectos biológicos.

Duarte (1998, p. 17) enfatiza que envelhecer de maneira saudável significa fundamentalmente que, além da manutenção de um bom estado de saúde física, as pessoas necessitam de reconhecimento, respeito, segurança e sentirem-se participantes de sua comunidade.

Desse modo, torna-se fundamental que a sociedade comece a encarar o envelhecimento como um estágio no curso da vida, época que também é muito importante para manter e construir novos projetos.

A lei n. 8.842/1994, que dispõe sobre a Política Nacional do Idoso, no Cap. IV, artigo 10, na área de esporte e lazer, estabelece que os órgãos governamentais e entidades públicas têm o dever de “incentivar e criar pro-gramas de lazer, esporte e atividades físicas que proporcionem melhoria da qualidade de vida do idoso” (BRASIL, 2006a).

Essas ações visam a uma maior participação dos idosos na comunidade. Segundo Victor, Silva e Araújo (2002), as diretrizes do Ministério da Saúde vêm estimulando a realização de pesquisas na temática do envelhecimento com o intuito de produzir conhecimentos mais amplos na área que possam subsidiar os profissionais de saúde para um atendimento holístico aos idosos.

Diante dessa nova realidade, várias áreas do conhecimento são necessárias para lidar com o envelhecer humano, pois este exige um conhecimento mais abrangente para ser compreendido em sua totalidade. A enfermagem, assim como outras profissões, tem buscado inserir-se no contexto interdisciplinar da Gerontologia enfrentando os desafios que isso representa na atual sociedade brasileira.

Para Pavarini et al. (2005, p. 401), iniciativas de incorporar o conteúdo de gerontologia em todos os cursos de graduação em enfermagem certamente levarão a formação de profissionais muito mais qualificados e devem ser encorajadas. Cabe também aos diversos cursos da área de saúde e até mesmo de outras áreas, compartilharem dessas iniciativas.

Compete, pois, às universidades ampliarem a formação na área da Gerontologia, e não apenas aglutinar um pouco de conhecimento de cada profissão, a fim de formar um novo profissional capaz de compreender o processo de envelhecimento e atuar com qualidade junto às pessoas idosas.

A atuação interdisciplinar nas equipes de saúde e enfermagem implica em construção deste conhecimento, como aquisição de competências, uma prática de inter-relação e interação entre as diversas disciplinas e articulação dos conhecimentos [...]. Implica em reflexão-ação-reflexão. Esse constante construir, desconstruir e reconstruir pode contribuir para a evolução e inovação da enfermagem como conhecimento e profissão (MEIRELLES; ERDMANN, 2005, p. 417).

Descrição do Método

A realização deste estudo de revisão foi motivada por vivências familiares e experiências nos campos de estágio ao longo da vida acadêmica, que despertaram a atenção para a necessidade da interdisciplinaridade na manutenção ou recuperação da qualidade de vida da pessoa idosa.

Assim, foi realizado um levantamento sobre as áreas do conhecimento que realizaram estudos com a clientela da Universidade Aberta à Terceira Idade (Unati) da Universidade Estadual do Piauí-UESPI, tendo como objetivo identificar as contribuições mais significativas que esses trabalhos trazem para a compreensão do que é qualidade de vida na fase do envelhecimento.

Resultados e discussão

Primeiramente, apresenta-se uma breve explanação sobre as universidades abertas à terceira, com ênfase para a Unati-UESPI, local em que este estudo foi realizado.

As Unatis têm contribuído de forma significativa para o atendimento das necessidades da população idosa: promovendo estímulo para participação efetiva na comunidade, motivando os idosos a reorganizarem a própria vida por meio da possibilidade de retomar antigos projetos que ficaram parados no tempo ou mesmo enfrentar novos desafios, recuperando ou fortalecendo a capacidade de lidar com as próprias emoções e conflitos e compreendendo o processo de envelhecimento de forma positiva (FERRARI, 2002).

Do ponto de vista histórico, os precursores das Unatis foram os franceses, que criaram, no século passado, mais propriamente na década de 1960, as chamadas “universidades do tempo livre” (CACHIONI; NERI, 2004, p. 37).

Segundo estes autores, elas tiveram início em 1973, com Pierre Vellas, um conhecido professor de Direito Internacional da Universidade de Ciências Sociais de Toulouse. No Brasil, foi somente da década de 1990 que houve uma maior ênfase na questão da Unati por iniciativa da Pontifícia Universidade Católica de Campinas.

Em Teresina (PI), a Unati-UESPI foi criada em 2003 pelas professoras Nice e Solange, hoje aposentadas. Pela experiência acumulada em seus 18 anos de atividades, a Unati-UESPI constitui um importante campo de estudo sobre a população idosa e já possui um razoável acervo de trabalhos científicos sobre o envelhecimento humano produzidos por professores e alunos.

A Unati-UESPI não é um curso universitário propriamente dito, mas um programa de extensão proposto pelo curso de educação Física cujo objetivo é propiciar a participação de pessoas da terceira idade no espaço universitário, por

meio de atividades específicas voltadas para o desenvolvimento da consciência de cidadania e participação social em diferentes organizações políticas e sociais, e estimular a convivência social com vistas à superação do preconceito e discriminação em relação ao idoso.

A Unati fundamenta-se em pressupostos gerontológicos de natureza sociopolítica-educativa com uma abordagem multidisciplinar, e o curso/programa conta com uma equipe formada por profissionais de diversas áreas do conhecimento, como Serviço Social, Enfermagem, Nutrição, Fonoaudiologia, Medicina, Filosofia, Psicologia, Educação Física, Letras (Português e Inglês) e História, todos professores da casa ou convidados (voluntários).

A proposta pedagógica da Unati engloba dois semestres letivos com 98 horas cada. O primeiro semestre corresponde ao primeiro período, e os conteúdos das disciplinas abrangem aspectos biológicos, psicológicos, sociais, políticos, culturais e espirituais do envelhecimento, nutrição, saúde da voz, saúde bucal e atividades físicas como hidroginástica, dança de salão e atividades de socialização.

O segundo semestre trabalha em continuidade com as disciplinas já citadas, com o acréscimo de duas, Geriatria Preventiva e Realidade Social. Os alunos do segundo período também podem optar por uma das oficinas de inglês, artes, informática, coro terapêutico e dança.

Com o objetivo de dar continuidade à socialização dos idosos como também à manutenção dos vínculos estabelecidos, a Unati criou algumas oficinas extras nas quais os ex-alunos podem participar por tempo indeterminado após o término dos dois semestres do curso-programa que são: Na Memória Mil Histórias, Sentinelas da Saúde, Oficina de Cidadania e Oficina de Vivência Saudável.

Considerações Finais

Com a aposentadoria, sobra muito tempo para o desenvolvimento pessoal e para a retomada de antigos projetos postergados durante o transcorrer da vida em função de outras prioridades e, sem dúvida, as universidades para a terceira idade vêm contribuir para a retomada do desenvolvimento pessoal, promovendo a auto-estima, a autonomia e a auto-expressão, além de ampliar e produzir novos conhecimentos sobre o processo de envelhecer. As Unatis oferecem um agradável espaço de convivência, contribuindo para amenizar a solidão de muitos idosos, propiciando o contato com diferentes formas de expressão, priorizando ações voltadas para o resgate do viver com qualidade.

Nesse contexto, a educação deve servir de instrumento para prolongar na terceira idade a intensa socialização que se dá desde a infância. Assim, considera-se a aprendizagem durante a velhice tão importante quanto a que prepara o indivíduo para a passagem da infância para a vida adulta.

Referências

ARAÚJO, M. A. S. Saúde dos idosos(as) na Universidade Aberta à Terceira Idade- (Unati) inseridos na Universidade Católica de Goiás (UCG). Monografia (Graduação em Serviço Social) – Universidade Católica de Goiás, 2005.

ABRAÃO, D. M. O desenvolvimento biopsicossocial, a gerontologia educacional e a sabedoria na terceira idade. Monografia (Graduação em Psicologia) – Universidade Católica de Goiás, 2003.

BACELAR, R. Envelhecimento e produtividade: processos de subjetivação. 2. ed. Recife: Fasa, 2002.

BRASIL. Lei n. 8.842, de 4 de janeiro de 1994. Dispõe sobre a Política Nacional do Idoso, cria o Conselho Nacional do Idoso e dá outras providências. Disponível em: <<http://www.pge.sp.gov.br/centrodeestudos/bibliotecavirtual/dh/volume%20i/idosolei88>>. Acesso em: 09 nov. 2006a.

BRASIL. Lei n. 10.741, de 1º de outubro de 2003. Dispõe sobre o Estatuto do Idoso e dá outras providências. Disponível em: <<http://www.planalto.gov.br/CCIVIL/leis/2003/L10.741.htm>>. Acesso em: 03 out. 2006b.

CACHIONI, M; NERI, A. L. Educação e velhice bem-sucedida no contexto das universidades da terceira idade. In: NERI, A. L.; YASSUDA, M. S (Orgs.). Velhice bem-sucedida: aspectos afetivos e cognitivos. Campinas: Papirus, 2004. Cap. 2. p. 29-49.

CALAZANS, R. A. Envelhecimento e demência. In: ABREU, M. C de. (Org.). Viver plenamente. Brasília: Líder Livro, 2005. Cap. 1, p. 11-23.

CARVALHO, V. de F. C.; FERNANDEZ, M. E. D. Depressão no idoso. In: PAPALÉO NETTO, M. Gerontologia: a velhice e o envelhecimento em visão globalizada. São Paulo: Atheneu, 2002. Cap. 16, p. 160-173.

COSTA, F. G. Representação social da velhice em idosos participantes de instituições para a terceira idade. Dissertação (Mestrado em Psicologia) Universidade

Católica de Goiás, Goiânia, 2001.17-5928200500030>. Acesso em: 30 ago. 2006.

MORAIS, L. B. A (In)Existência de depressão em mulheres idosas: um olhar sobre o contexto da Unati-UCG. Monografia (Graduação em Psicologia) – Universidade Católica de Goiás, 2003.

OLIVEIRA, E. P. A relação do idoso na família: uma visão social. Monografia (Graduação em Serviço Social) – Universidade Católica de Goiás, 2002.

OLIVEIRA, H. A. A educação continuada voltada para a terceira idade: a experiência da Unati-UCG, 1992-2001. Monografia (Graduação em Serviço Social) – Universidade Católica de Goiás, 2002.

SANTOS, L. M. O sair de casa para os alunos da Unati-UCG. Monografia (Graduação em Serviço Social) – Universidade Católica de Goiás, 2005.

SANTOS, L. M. O sair de casa para os alunos da Unati/UCG 2004/2. Monografia (Graduação em Serviço Social) – Universidade Católica de Goiás, Goiânia, 2005.

SANTOS, S. R. dos. et al. Qualidade de vida do idoso na comunidade: aplicação da escala de Flanagan. Revista Latino-Americana de Enfermagem, Ribeirão Preto, v. 10, n. 6, p. 757-64, 2002.

SAYEG, M. A; PEREIRA, S. R. M. Perfil de desempenho de geriatria e do gerontólogo. In: SOCIEDADE BRASILEIRA DE GERIATRIA E GERONTOLOGIA. Caminhos do envelhecer. Rio de Janeiro: Revinter, 1994. Cap. 8, p. 35-8.

SILVA, J. C. Terceira idade e cidadania. In: CASTRO, O. P de. (Org.). Velhice, que idade é essa? Uma construção psicossocial do envelhecimento. Porto Alegre: Síntese, 1998. Cap. 1, p. 17-23.

UCG: Universidade Católica de Goiás. Universidade Aberta à Terceira Idade-UNATI UCG, 2003. Disponível em: <<http://www.ucg.br/vae/EtgUnati.htm>>. Acesso em: 16 set. 2006.

VICTOR, J. F; SILVA, M. J da. ARAÚJO, A. R de. O conceito de envelhecimento entre os profissionais de saúde da família. Revista René – Revista da Rede de Enfermagem do Nordeste, Fortaleza, v. 3, n. 2, p. 71-6. jul./dez. 2002.

CONCEPÇÕES DE SAÚDE NO ENVELHECIMENTO: REFLEXÕES DE PESSOAS ACOLHIDAS EM CENTRO DE CONVIVÊNCIA EM TERESINA – PI

Paloma Soares Mota

Michelle Vicente Torres

DOI: 10.29327/559569.1-4

Introdução

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), é considerado idoso todo indivíduo com 60 anos ou mais de idade (OMS, 2005). Segundo dados do IBGE, o Brasil tem mais de 28 milhões de pessoas nessa faixa etária, representando 13% da população do país (IBGE, 2019). Essa transição demográfica brasileira está relacionada a diversos fatores, como a queda das taxas de natalidade e redução da mortalidade, conseqüentemente, temos um aumento da expectativa de vida com um predomínio das doenças crônicas degenerativas e buscas constantes por formas de minimizar os efeitos degenerativos que ocorrem com o aumento da idade e proporcionar aos idosos um envelhecimento saudável e de qualidade (LIMA, OLIVEIRA, 2019).

O envelhecimento populacional traz consigo desafios para o sistema de saúde e a previdência social, uma vez que o idoso consome mais serviços de saúde, as internações hospitalares são mais frequentes e o tempo de ocupação do leito é maior quando comparado a outras faixas etárias. No entanto, a partir dos investimentos em prevenção, promoção e educação para saúde, com avanços da ciência e tecnologia, ampliação do acesso a serviços médicos preventivos e curativos de diversas doenças que causavam uma morte em idade precoce, essa população ganhou uma melhor condição de vida nessa fase (MIRANDA, MENDES, SILVA, 2016).

O envelhecimento da população mundial é um fato incontestável, abrangendo um acúmulo de interações de processos biológicos, sociais e psicológicos que ocorrem naturalmente no decorrer da vida, e evidenciado pelas alterações morfofisiológicas e funcionais dos sistemas envolvidos, como as transformações na aparência física, risco aumentado de doenças, declínio de capacidade funcional vinculada à memória e à prática de atividades da vida

diária, perda da autonomia, mudanças no comportamento sexual e redefinição do status social em virtude da aposentadoria (MACENA, HERMANO, COSTA, 2018).

Para o entendimento das concepções de saúde no envelhecimento, é necessário destacar aqui que ela, a Saúde, é estabelecida como um Direito universal e fundamental do ser humano, firmado na Declaração Universal dos Direitos Humanos e assegurado pela Constituição Federal, no artigo 196 (BRASIL, 1988, art. 196):

Art. 196 - A saúde é direito de todos e dever do estado, garantido mediante políticas sociais e econômicas que visem à redução do risco de doença e de outros agravos e ao acesso universal e igualitário às ações e aos serviços para sua promoção, proteção e recuperação (BRASIL, 1988, art. 196).

Além disso, no contexto atual, a saúde do idoso, trata-se de uma das prioridades do Sistema Único de Saúde, sua concepção é ampla e envolve vários fatores determinantes, como alimentação, moradia, saneamento básico, meio ambiente, trabalho, renda, educação, transporte, lazer, acesso a bens e serviços essenciais, sendo primordial para garantir independência, autonomia e, principalmente, uma continuidade e contribuição dos idosos à sociedade (BRASIL, 2009).

A partir do exposto, entende-se que o envelhecimento saudável e, conseqüentemente, a saúde no envelhecimento, constitui-se como um complexo de conceitos mais extensos do que a ausência de doenças, presença de dependências e incapacidades, envolve a manutenção do bem-estar físico, mental e social. Os idosos devem ser incentivados a seguir uma rotina adequada de autocuidados e incluir hábitos como: alimentação adequada e balanceada, prática regular de exercícios físicos, convívio social estimulante, busca de atividades prazerosas e/ou que atenuem o estresse, diminuição da automedicação, dormir adequadamente, evitar o tabagismo e ingestão de bebidas alcoólicas (VALER et al, 2015).

A autoavaliação da saúde é um indicador subjetivo do estado de saúde e preditor da mortalidade que integra aspectos biológicos, mentais, sociais e funcionais de uma pessoa, incluindo crenças individuais e comportamentos de saúde, no idoso. Essa autoavaliação envolve as alterações próprias ao processo de envelhecimento às questões culturais e ambientais nas quais os idosos estão inseridos (JEREZ-ROIG et al, 2016; WUORELA et al, 2020).

Dessa forma, é possível compreender que, embora com o passar dos anos os problemas de saúde se tornem mais evidentes, e acabem gerando sentimentos de fragilidade e insegurança, tendo-se que a percepção de saúde pode ser mais frequentemente referida de forma negativa, interferindo no bem-

estar e na qualidade de vida relatado pelos idosos, a autopercepção positiva da saúde entre essa população, demonstra a capacidade de adaptação às limitações decorrentes do processo de envelhecimento, o que pode ser fator determinante para um envelhecimento bem-sucedido (WOLLMANN et al, 2018).

Compreender a percepção de saúde pelos próprios idosos representa, hoje, uma necessidade imediata para os profissionais dessa área, no sentido de entender o campo das subjetividades da concepção de saúde da pessoa no envelhecimento, contribuindo para uma formação mais integral e com maior visão de cuidado sensível e ampliado da população idosa, que tem crescido de forma significativa em todo o mundo nas últimas décadas. Pesquisas podem acrescentar subsídios às ações de prevenção, proteção e promoção de saúde da pessoa idosa, como aquelas baseadas no envelhecimento ativo e Fisioterapia que atuem sobre agravos à saúde, visando melhorar a qualidade de vida dessa população. Esse estudo tem como objetivo analisar as concepções de saúde no envelhecimento a partir das reflexões de idosos acolhidos em Centro de Convivência em Teresina – PI.

Caracterização da Pesquisa e desenho do estudo

Trata-se de uma pesquisa de abordagem qualitativa, de natureza exploratória, observacional e transversal, com amostra do tipo intencional, que busca desenvolver um maior conhecimento e compreender melhor a temática abordada.

Cenário e população-alvo

A população-alvo do estudo foram idosos que participavam de ações de convivência, integração, participação ativa dos idosos, fortalecimento de vínculos familiares e comunitários, tendo sua atuação focada no Núcleo de Promoção da Terceira Idade, que são realizadas em Centro Social em Teresina (PI), e que se sentiram à vontade para compartilhar suas reflexões sobre o tema em questão.

Por se tratar de uma investigação qualitativa na área da Saúde, o número de sujeitos foi delimitado de acordo com o Princípio da Saturação e Amostragem Teórica, ou seja, a produção de dados foi suspensa quando os conteúdos trazidos pelos sujeitos se apresentarem redundantes e/ou repetitivos, interrompendo a captação de novos componentes que não mais contribuiriam com o aprofundamento das discussões sobre o tema abordado (FONTANELAS, RICAS, TURATO, 2008).

Produção dos dados

Para que os dados fossem coletados, as entrevistas aconteceram no mês de maio de 2021, de forma online, por meio da plataforma virtual Zoom, em que foram agendadas datas e horários reservados para a realização da pesquisa. As entrevistas aconteceram em chamadas de vídeo, durando, em média, 20 minutos para cada um responder às perguntas de forma individual. Quando a saturação da amostra foi atingida, a coleta de dados foi suspensa, totalizando 20 idosos.

Os participantes foram investigados, mediante entrevista semiestruturada, elaborada pelos pesquisadores, composta por perguntas relativas a gênero, idade, cor autodeclarada, doenças crônicas e atividades que praticam no centro de convivência. Em seguida, foram aplicadas as perguntas norteadoras do diálogo: Para você, o que é saúde?; Quais atividades que, na sua opinião, lhe trazem saúde?; Você se considera uma pessoa saudável? Fale sobre isso.

Critérios de inclusão

Participantes do Centro Social, a partir de 60 anos, de ambos os sexos, que concordassem em assinar, voluntariamente, o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, atestando estar consciente dos objetivos da pesquisa e os que tivessem mais de 80 anos e fossem autorizados por seus cuidadores legais por meio do Termo de Assentimento.

Critérios de exclusão

Participantes que não completassem as respostas às questões norteadoras propostas ou que, mesmo após tê-las respondido, desistissem de consentir com a análise, divulgação dos dados ou da permanência no grupo até o período final da produção dos dados e que optassem por desistir da pesquisa antes de participarem do instrumento de coleta de dados.

Análise dos dados

As falas foram gravadas pelo pesquisador, utilizando-se da gravação da chamada de vídeo na plataforma online, com o consentimento dos participantes, que foram identificados apenas por codinomes de flores e, em seguida, as entrevistas foram transcritas na íntegra para o computador, possibilitando uma melhor análise do conteúdo. O material coletado passou por correções linguísticas, sem eliminar o caráter natural das falas.

Os dados foram analisados conforme a Análise de Conteúdo proposta por Bardin (2004), que possibilita a interpretação cifrada do material de caráter qualitativo. A forma mais apropriada para pesquisas qualitativas em saúde é a Análise Temática, sendo, portanto, a escolhida para este estudo. A construção da análise de dados da pesquisa foi realizada em três fases (pré-análise, exploração do material e tratamento dos resultados obtidos e interpretação) seguindo a perspectiva de Bardin (2004):

Pré-análise: Pode ser identificada como uma fase de organização em que, após a transcrição das entrevistas, foram realizadas várias leituras do material coletado, o que permitiu um contato exaustivo com os dados, a partir dos quais destacaram-se as palavras que mais se repetiram entre os textos, a fim de realizar a divisão dos principais eixos temáticos.

Exploração do material: Nessa etapa, foi realizado o recorte do texto em unidades de registro (previamente escolhidas), a codificação dessas unidades de registro, bem como a classificação e a junção dos dados em unidades temáticas. Com isso, foram segregadas categorias temáticas.

Tratamento dos resultados obtidos e interpretação: As informações fornecidas pela análise foram evidenciadas, permitindo que fossem feitas inferências e interpretações com base no referencial teórico adotado. Também se realizou a articulação dos dados obtidos com a literatura disponível.

Aspectos éticos e legais

A presente pesquisa somente foi realizada após aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UESPI, sob parecer nº 3.815.022. Somente participaram da amostra as pessoas e/ou os responsáveis por estas que concordaram com os termos (TCLE e TA), elaborados de acordo com a resolução nº466/12 do Conselho Nacional de Saúde.

Resultados e Discussão

Após a análise das falas e, diante dos questionamentos, foram obtidas as ideias centrais e selecionadas três categorias temáticas: 1. As concepções de saúde na perspectiva dos idosos; 2. O que é necessário para se considerar saudável?; e 3. Envelhecimento ativo: prática corporal e socialização como elementos fundamentais à preservação da saúde.

As concepções de saúde na perspectiva dos idosos

A seguinte categoria foi construída a partir da compreensão do olhar dos participantes sobre as concepções de saúde de acordo com sua expressão enquanto pessoa vivenciando o processo de envelhecimento.

Para os idosos entrevistados, a saúde é multifatorial e global, abrangendo um completo bem-estar físico, mental e social, sendo fundamental para sobrevivência e felicidade, relacionando ao fato de estar de bem com a vida, ter um corpo funcional, consciência tranquila, paz de espírito, relacionar-se bem com a família e sua rede de apoio. É possível refletir sobre isso nas falas a seguir:

Saúde é o completo bem-estar físico, mental e fisiológico. No caso, mentalmente eu estou bem, fisiologicamente eu estou bem, mas, fisicamente, eu tenho essas dores, e mesmo assim eu me considero saudável. (Girassol, 74 anos)

Saúde é a pessoa tá bem com a vida, tranquila, ter paz, não ter aporreio, assim, na família nem nada, os filhos tudo tranquilo e aí isso é saúde, porque a gente tendo saúde mental aí dá tudo certo. (Camélia, 73 anos)

A pessoa idosa, geralmente, tem maior vulnerabilidade e incidência de processos patológicos, podendo isso deixá-la fragilizada, o que, na maioria das vezes, implica em necessidade de uma forte rede de apoio e cuidado diferenciado para com o mesmo. Nesse contexto, a família aparece como um agente essencial para que o idoso se perceba saudável. Ela é valorizada por quem envelhece e representa um fator de proteção, quando presta o cuidado, atenção e carinho necessários, dando significado à vida do idoso e lhe garantindo um papel social, fator fundamental para viver feliz (RODRIGUES, WATANABE, DENTL, 2006).

Através das entrevistas, foi notório que as práticas de bons hábitos e de cuidados com si próprio são incentivados pelos idosos como forma de manter o corpo, tanto físico como mental em boas condições para sobreviver, pois, enquanto uns apresentam um declínio maior na funcionalidade, outros apresentam mais alterações nas competências cognitivas. Esse equilíbrio entre corpo e mente é fundamental para o idoso viver com qualidade em contrapartida às mudanças biopsicossociais decorrentes do envelhecimento. Visando alcançar um envelhecer sendo valorizado, independente e autônomo, são adotados comportamentos em relação à manutenção de hábitos saudáveis que garantam uma integridade corporal e preserve a capacidade funcional vinculada à memória.

Frente às discussões acerca do conceito de saúde, a Organização Mundial de Saúde, em 7 de abril de 1948, divulga o conceito de saúde, considerando ser o estado do mais completo bem-estar físico, mental e social, e não apenas

a ausência de enfermidade (WHO, 1948) . Esse conceito gerou múltiplas críticas pela amplitude, caráter subjetivo e idealização de perfeito bem-estar, aproximando-se de uma utopia (NARVAI, PEDRO, 2008). Partindo da análise do conceito da OMS, outros autores atribuem a definição de saúde a uma dimensão dinâmica, valorizando o papel dos seres humanos na manutenção e na transformação da saúde (individual e coletiva), colocando-os como atores sociais do processo da própria vida (BRÊTAS, GAMBA ,2006).

Analisando as falas, nota-se a necessidade de buscar alternativas que se oponham a sentimentos de tristeza, aproximando-se da ideia de pensamentos positivos diante das dificuldades que surgem na velhice, mantendo a autoestima em níveis satisfatórios, força de vontade e atitudes de resiliência como estratégias de adaptação e gerenciamento de preocupações emocionais ou em momentos de maior sofrimento psicológico. Ao que se percebe a respeito da concepção de saúde para o idoso, o equilíbrio corpo-mente é considerado um princípio importante, como demonstrado a seguir:

[...] Meu sobrinho diz assim “eu queria que a minha mãe fosse como a senhora”, eu digo “meu filho, mas ela tem que ter a força da vontade”, se não tiver a força da vontade vai pro fundo do poço, né não? Tem que fazer por onde. É bom para mim? pois bora atrás. É bom para você? se esforce. Mas, a gente não pode fazer pelos outros. (Margarida, 63 anos)

[...] Eu me preocupo com minha autoestima, e quando eu não to bem, procuro fazer uma reflexão, perguntar “porque que eu não tô bem”, aí procuro identificar e às vezes sacudir a cabeça e tirar aquela preocupação, aquela coisa de mim. Para não me sentir mal, também, fisicamente, eu também procuro ficar bem e procuro trabalhar naquilo para que eu possa me recuperar. (Violeta, 68 anos)

Os conceitos de saúde para idosos são multidimensionais, pois cada pessoa sofre os “efeitos da idade” de uma maneira específica. O envelhecer é encarado de forma positiva quando relacionado às conquistas acumuladas na vida, valorizando as vantagens da experiência e da tranquilidade que o amadurecimento proporciona (JOIA, RUIZ, DONALISIO, 2007). A adaptação às adversidades, motivação pessoal, resiliência e engajamento com a vida são recursos indispensáveis diante de circunstâncias difíceis que surgem na velhice ou no adoecimento, em que é preciso manter a autoestima, não se entristecer, ter pensamentos positivos, ser otimista e manter o bem-estar subjetivo para a manutenção e ou reabilitação da saúde do idoso (LIMA-COSTA et al, 2007; FERREIRA, SANTOS, MAIA, 2012; SOUSA, RODRÍGUEZ-MIRANDA, 2015; COSCO, HOWSE, BRAYNE, 2017).

Em algumas falas, como na transcrição que se segue, pode-se perceber que os idosos se sentem responsáveis pelo modo de viver a vida. Logo, vivem em um constante processo de cuidar de si, em que é preciso se amar e estar bem consigo. Os entrevistados aceitam o processo de envelhecer como consequência

do percurso natural e as mudanças corporais como parte do paradigma do envelhecimento. Dessa forma, apresentam um conformismo em aceitar o envelhecer e relatam gratidão pela vida que possuem, como descrito pelos idosos:

Saúde na minha compreensão é a pessoa se amar, se cuidar e está bem com ela mesmo, no caso eu né. É está bem comigo mesma. Porque à medida que estou me amando, estou bem, já mudo minha autoestima, faço meu exercício, e o resto já tenho mais tempo pra cuidar da minha alimentação, é o diálogo também, o bate-papo também fortalece a saúde. Eu faço exercício, eu assisto um filme, tenho alimentação saudável, e trabalho com minha filha especial, dando suporte em todos os sentidos, essa é minha maior fortaleza, da minha saúde e meu bem-estar. (Violeta, 68 anos)

Corroborando com as reflexões que aqui se expressam, Ferreti e colaboradores (2011), em pesquisa objetivando conhecer a concepção de saúde em um grupo de 17 idosos não institucionalizados, perceberam que a saúde é construída historicamente, pela forma com que cada um cuida de si ao longo da vida, bem como de que forma que constrói sua rede de apoio e convívio. Perceber-se como ator do processo de viver e envelhecer, demonstra que o idoso assume sua corresponsabilização pelo seu estado de saúde, evidenciando uma mudança de comportamento social e político, da passividade para a participação ativa no processo de vida.

O que é necessário para se considerar saudável?

Os idosos foram questionados sobre quais atividades lhe traziam saúde e se eles se consideravam pessoas saudáveis. Diante das respostas, definiram-se duas subcategorias para a discussão: 1. Manter uma capacidade funcional e independência; e 2. Comorbidades: sem ela, com ela e apesar dela.

Manter uma capacidade funcional e independência

A subcategoria em questão traz a percepção de que ser saudável é ter independência para realizar as atividades da vida diária (AVDs) e as atividades instrumentais da vida diária (AIVDs). Além disso, a manutenção da capacidade funcional aparece como um importante indicador de saúde para a população idosa, o que se observou nas seguintes falas:

Sim, eu me considero saudável porque eu ainda sou muito independente. Eu ainda faço muita coisa. Eu tenho 74 anos, mas eu sou independente, eu faço tudo só. [...] Eu me considero saudável, assim, quem faz a comida aqui em casa sou eu, eu não lavo e nem passo, nem limpo casa, porque tem uma pessoa que me ajuda. Mas o resto eu faço, eu cozinho, cuido das minhas plantas, cuido das minhas galinhas, eu aguo todas

as plantas, eu planto, eu cuido, eu faço tudo. Então eu me considero muito saudável e agradeço muito a Deus por essa disposição e saúde que eu tenho. (Girassol, 74 anos)

Se eu tivesse mais saúde, para mim seria melhor, mas só em eu não tá dependendo de ninguém, faço tudo só, cuido da minha casa, faço minha comida, tomo banho só, não dependo de ninguém. Tô no ônibus, vou para o centro, volto, recebo meu remédio e venho, quer dizer, até agora tá tudo bem. Eu poder me movimentar, fazer tudo, ser dependente da minha vida, eu acho que é saúde. [...] Eu vejo gente, com 60 anos, às vezes, não é falando mal nem nada, mas já depende do filho, para sentar numa cadeira, pegar na mão para levantar, eu ainda não preciso de nada disso, então eu sou saudável, eu sou ótima. (Tulipa, 75 anos)

Em 1999, a Portaria Ministerial nº 1.395 anuncia a Política Nacional de Saúde do Idoso, a qual assume que o principal problema que pode afetar o idoso é a perda de sua capacidade funcional, isto é, a perda das habilidades físicas e mentais necessárias para realização de atividades básicas e instrumentais da vida diária, o que acaba por favorecer sentimentos de incapacidade e impotência, podendo acarretar transtornos de diversas ordens, inclusive, afetando a saúde mental (BRASIL, 1999).

A portaria nº 2.528, de 19 de outubro de 2006, atualiza a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa, que estabelece como meta a atenção à saúde adequada e digna para os idosos brasileiros, considerando a condição de funcionalidade e defende que as práticas de saúde devem propiciar a manutenção das tarefas diárias da pessoa idosa, buscando a autonomia e a independência. Desse modo, a política traz como proposta de intervenção a “Promoção do Envelhecimento Ativo e Saudável”, defendendo que o envelhecer, portanto, deve ser com saúde, de forma ativa, livre de qualquer tipo de dependência funcional, o que exige prevenção e promoção da saúde em todas as idades (BRASIL, 2006).

Os entrevistados também destacam os afazeres domésticos, cuidados com as plantas, criação de animais e atividades manuais como costura, crochê, tricô, confecção de tapetes e bordado como práticas prazerosas que ocupam o tempo livre, trazem felicidade e são recursos físicos adotados para estimular as capacidades funcionais, criatividade e prover o seu dia-a-dia com os esforços próprios. Por isso, há a necessidade da manutenção da integridade corporal e funcional, como exemplificado abaixo:

E eu tenho minhas atividades, tá entendendo? Eu gosto de cuidar de planta, eu gosto de bordar, eu gosto de fazer tricô, isso aí eu me sinto muito bem durante o dia, eu não paro, sempre que eu estou sentada eu fico fazendo alguma coisa, com isso aí eu levo meu tempo já. (Tulipa, 75 anos)

Eu cuido de minhas plantas né, eu às vezes costuro um pouquinho né, que eu tenho uma máquina, que eu não sou costureira, mas quando eu tenho tempo eu faço alguma coisa, tudo isso me dá prazer e traz saúde, porque eu fico feliz de estar fazendo isso. E me considero

saudável, porque só o fato de eu poder fazer tudo isso, sem precisar ta incomodando um e outro, eu já me acho saudável né, eu me acho saudável com certeza. (Amarilis, 64 anos)

Para alguns autores que realizaram estudo semelhante, os conceitos de saúde e satisfação na velhice foram associados a questões de independência e capacidade funcional. Envelhecimento saudável, para os entrevistados, significou ser independente, enfatizando a importância da manutenção da independência para executar funções relacionadas à vida diária, como os passeios, os trabalhos manuais, domésticos e as leituras para fazer o que gosta e também para poder cuidar de outras pessoas (VALER et al, 2015).

Outro aspecto importante a ser discutido após a análise das falas é o fato de que, na terceira idade, quando as tarefas básicas em relação ao desempenho profissional e à família, de certo modo, foram cumpridas, o idoso convive, constantemente, com estigmas gerados por preconceitos da sociedade que, por muitas vezes, pode apresentar um olhar pouco sensível diante da importância deles no contexto social. Ao assumir uma posição de fragilidade e perda da capacidade de executar tarefas, isso pode, por exemplo, fazer com que a inclusão social seja dificultada, uma vez que perpetua a discriminação e a ideia de isolamento social a estas pessoas. É necessário rever a ideia de velhice, eliminando posturas preconceituosas de que o idoso não pode fazer nada e é improdutivo.

Conforme alguns autores, a visão de desvalorização dos mais “velhos” ocorreu nos tempos modernos, na sociedade capitalista industrial, fortalecida pela ideologia “produtivista”, para a qual o trabalho significa tudo na vida do sujeito, de modo que a perda do papel profissional do idoso o torna alguém desvalorizado, marginalizado e desrespeitado pela sociedade. O idoso fragilizado passa por uma espécie de isolamento e é privado, muitas vezes, de suas atividades familiares e sociais, vive uma situação limitada e prejudicada e, mesmo que ele tenha monitoramento da sua saúde física, algo lhe falta, que é a mobilidade social. É preciso criar oportunidades para que os idosos continuem ativos e participantes, de acordo com suas condições físicas, psíquicas, seus desejos e expectativas (MINAYO, COIMBRA JÚNIOR, 2002; PASCHOAL, FRANCO, SALLES, 2007).

Comorbidades: sem ela, com ela e apesar dela

Na seguinte subcategoria, os idosos relataram alguns causadores do processo de adoecimento e correlacionaram as concepções sobre a saúde no contexto do envelhecimento. A maioria dos idosos relatou ser portador de alguma doença crônica não-transmissível, sendo que em apenas uma das percepções, o entrevistado se considerou saudável pela ausência de doenças:

[...] Sim, me considero saudável, porque eu sou uma pessoa que eu não tenho comorbidade nenhuma, assim, sem precisar fazer nada. (Rosa, 70 anos)

A transição demográfica tem nítida relação com a epidemiológica. Com o aumento da população acima de 60 anos, passa-se de um quadro caracterizado pela alta prevalência de morbimortalidade por doenças infecciosas para um cenário em que passam a predominar as doenças crônico-degenerativas. Apesar da crescente incidência de enfermidades entre os idosos, não se pode conceber o envelhecimento como sinônimo de adoecimento. Nesse contexto, o envelhecer saudável assume uma conceituação mais ampla do que a ausência de doença, englobando um processo de adaptação às mudanças que ocorrem ao longo da vida relacionadas à manutenção de uma boa velhice (VILARINO, LOPES, 2008).

Em alguns casos, as falas expressam que, mesmo com a presença das doenças, não estar apresentando sinais e sintomas destas, como a ausência de dor ou limitações funcionais, é suficiente para os idosos declararem não ter preocupações com a saúde no momento. Dessa forma, os entrevistados são honestos em reconhecer que existe a doença e, apesar desta, apresentam resiliência em aceitarem-se saudáveis, pois consideram que a mesma pode ser controlada com o uso de medicações, cuidados pessoais e acompanhamentos médicos, promovendo uma percepção de bem-estar e não apresentando repercussões na saúde corporal:

Quando eu não to com essas crises, eu me considero saudável, porque eu faço tudo né, o negócio é só quando eu to com as crises, mas no resto eu me acho bem né. Eu não estando com as crises para mim é tudo bem. (Gardênia, 70 anos)

Eu me considero sim, uma pessoa saudável, porque a não ser a pressão alta, eu não tenho outro problema, não tenho problema de insônia, não tenho problema de nada mesmo, pra dormir só basta eu deitar, durmo a noite toda, Graças a Deus! (Camélia, 73 anos)

Resultados semelhantes foram observados em estudo que descreveu a situação de saúde do idoso no cenário asilar, em que as doenças referidas pelos sujeitos deste estudo estavam entre aquelas consideradas típicas da velhice e, se monitoradas e controladas, podem permitir uma maior longevidade.

O importante é não estar apresentando sinais e sintomas. A doença está relacionada ao mal-estar físico e mental, além de condições precárias de vida e de saúde. Portanto, a satisfação pessoal é fundamental para definirmos se estamos bem ou não. E, quando não estamos nos sentindo bem, acabamos nos definindo como doente (PESTANA, ESPÍRITO SANTO, 2008).

As condições crônicas tendem a se manifestar de forma mais frequente no envelhecimento e, embora não sejam fatais, comprometem, de forma significativa, a funcionalidade do idoso, tornando-o dependente para realizar as atividades do cotidiano, em razão de condições agudas como dores, insônia, falta de ar, fraquezas e quedas frequentes, o que gera frustração e tristeza, fato este apresentado pelos idosos que não se consideram saudáveis por conta da presença de doenças:

Eu não me considero saudável, justamente porque a minha saúde não é completa, pois eu tenho esses dois problemas de saúde: diabetes e pressão alta, então eu não me sinto uma pessoa saudável. (Begônia, 75 anos)

A população idosa, por conta de um conjunto de fatores de risco, é acometida em maior número por doenças crônicas degenerativas, que aumentam de 4,6 para 5,8 vezes entre os indivíduos situados na faixa etária de 65 a 75 anos, caracterizando as principais causas de morte para esta população e podendo acarretar deficiências, incapacidades e desvantagens apresentadas pelo indivíduo idoso. Além disso, somadas a fatores psicossociais, contribuem para o surgimento de depressão, baixa satisfação com a vida, baixa autoestima e sentimentos como angústia, fadiga, cansaço e tristeza (SALMAZO-SILVA, LIMA-SILVA, 2012; FONTES et al, 2015)

Envelhecimento ativo: prática corporal e socialização como elementos fundamentais à preservação da saúde

Nessa categoria, os entrevistados destacaram a importância de ser ativo e adotar recursos físicos, como a prática de exercícios funcionais, ginástica, caminhada, dança e hidroginástica, como preditores para ter uma saúde corporal. No contexto do processo de envelhecimento, a prática dessas atividades, além de proporcionar alívio dos problemas articulares e dores, está associada ao bem-estar, sensação de prazer e a manutenção da capacidade funcional física e mental diante das transformações corporais. Isso pôde ser evidenciado nas falas em destaque:

A ginástica, eu me sinto bem, que se eu tivesse sentindo alguma dor, com a ginástica já passou, se eu tiver com uma dor no joelho, no dia da ginástica para mim é uma delícia, já passou a dor, já passou tudo,

se eu passar uns três dias sem fazer eu começo a sentir alguma coisa diferente, sentindo falta justamente dela. A hidroginástica está me fazendo muita falta, gosto muito da hidroginástica. (Tulipa, 75 anos)

Eu acho que o que me traz saúde é o exercício físico, inclusive no dia que eu não tenho com o professor, quando não consigo conectar na hora direitinho, eu faço em casa, eu caminho, meu quintal é grande e eu caminho, eu faço alongamento, faço os exercícios que dá para eu fazer sozinha, isso aí já me ajuda demais. (Magnólia, 75 anos)

Os benefícios dos exercícios físicos para a saúde dos idosos são inúmeros, dentre eles, destacam-se a redução das dores corporais, melhora a aptidão física, força, massa muscular, flexibilidade articular, postura e o equilíbrio, favorece interação com outras pessoas, estimula a fazer amizades, trabalha as funções metabólicas e vitais do corpo, evita a solidão e, associada ao hábito nutricional adequado, atua de forma somática em sua qualidade de vida. Dessa forma, incluir na vida diária as atividades físicas regulares, promove melhor funcionamento corporal, diminuindo as perdas funcionais, viabilizando a preservação da independência, como também fomenta as relações interpessoais e proporciona bem-estar físico e mental (FERREIRA, PIRES, 2015).

Percebeu-se nas falas dos entrevistados uma grande relevância dessa subcategoria nas respostas, o que pode ser justificado pelo fato de os idosos frequentarem grupos de convivência que incentivam um envelhecimento ativo e promovem a humanização da assistência à saúde do idoso. Nesses locais, além de ocupar seu tempo livre e promover a prática de exercícios físicos, mentais, atividades sociais e de lazer, o ambiente possibilita quebra de barreiras, facilitando a interação, socialização e diversão desse público, viabilizando a produção de um cuidado mais sensível e humano. Nota-se, nas falas a seguir, uma relação humanizada entre profissionais e idosos em que foi possível perceber uma troca de saberes e a construção de um espaço de fala-escuta, sendo uma forma de escape ao isolamento social:

Olha, o Centro Social é um ambiente onde nos sentimos muito bem, tanto com os professores, como os nossos colegas são ótimos, lá é um lugar, um ambiente, muito bom, que favorece muita saúde, muita alegria e muito prazer. Eu estou com muita saudade, com dois anos que estamos afastados, mas a saudade é grande das amigas e dos professores que são excelentes, nos proporcionam atividades excelentes para que a nossa saúde fique sempre em dias. (Rosa, 70 anos)

É muito gratificante, demais, demais, demais, a gente só tem gratidão mesmo, com todas essas coisas que tem acontecido, com tudo que dão para nós, é só gratidão! É até melhor, muitas das vezes, mais do que os próprios familiares da gente, porque a gente vê que tem muito idoso que prefere passar o dia quase todo lá do que voltar para casa, eu tenho certeza que agora nessa pandemia muitos idosos estão sofrendo muito, porque lá você chega de manhã, às vezes senta, fica só lá naquela brincadeira, às vezes ele nem participa, mas só em ter o aconchego de outros idosos com aquelas pessoas, ele já se

sente bem fortalecido, com aquele laço de amizade que eles têm lá, de todos os profissionais, a partir do porteiro até os nossos chefes, nossos coordenadores, tudo trata a gente como se fosse, eu não sei nem dizer como é, porque é muito gratificante. (Lavanda, 65 anos)

Dessa forma, em estudo que analisou as percepções dos idosos em relação à qualidade de vida após a adesão em Grupos de Promoção de Saúde (GPS), observou-se que as atividades grupais possibilitaram a criação de um espaço de acolhimento, escuta e atenção, além de promover distração, lazer, trocas de experiências e interações que transformaram, de modo significativo, suas relações sociais. Estes passaram a conhecer mais pessoas, compartilhar conhecimentos, resgataram a satisfação do convívio social, passaram a ter maior independência, autonomia e preocupação com seu bem-estar físico, mental e social, formando vínculos de amizade com a equipe, com os serviços de saúde e com os próprios sentimentos, que passaram a ser manifestados e levados em consideração, colaborando para se sentirem mais felizes e satisfeitos com o envelhecer (TAHAN, CARVALHO, 2010).

Com a perspectiva de ampliar o conceito de “envelhecimento saudável”, a Organização Mundial da Saúde, propõe “Envelhecimento Ativo: Uma Política de Saúde”, ressaltando a necessidade de implementar políticas e programas que otimizem as oportunidades de saúde, a participação e a segurança da pessoa idosa (OMS, 2005). Nesse contexto, “ativo” não se refere apenas à capacidade física dos indivíduos idosos e sua força de trabalho, mas à sua participação contínua dentro da sociedade em que o cidadão idoso é agente das ações a eles direcionadas, inclusive, em questões políticas, econômicas, culturais e outras relacionadas à vida em comunidade (PENA, SANTO, 2006)

Diferente de décadas atrás, os idosos foram (des)construindo imagens e adquirindo hábitos e novas práticas em relação aos cuidados com o corpo. As sensações experimentadas nas práticas corporais passaram a ser valorizadas por trazer um bem-estar geral. Os idosos expressam preocupação com o modo que vivem essa fase e o que pode ser feito para que não haja simplesmente maior longevidade, mas para que esses anos sejam vividos com qualidade e dignidade.

Por fim, é interessante salientar a presença de limitações no presente estudo tendo em vista que, por conta do advento da pandemia do Covid-19, houve dificuldades em produzir os dados da forma que, de fato, foi, inicialmente, desejado pelos pesquisadores deste estudo, uma vez que o público-alvo era composto de pessoas vulneráveis à infecção. Portanto, a entrevista não pôde ser feita de forma presencial.

Considerações finais

Esta pesquisa possibilitou uma reflexão acerca das concepções de saúde no envelhecimento, e seus resultados apontaram importantes direcionamentos. A partir do exposto, entende-se que a percepção de saúde no envelhecimento constitui-se como um complexo de conceitos mais extensos do que ausência de doenças, ser ativo, não apresentar dependências e limitações funcionais. Envolve a manutenção do bem-estar físico, mental e social, compreendendo ações que promovem modos de viver favoráveis à saúde corporal e à socialização da população idosa.

Pretende-se que os dados produzidos neste estudo possam contribuir para mudanças de perspectivas em relação ao cuidado do idoso, além de sensibilizar a população para um olhar mais amoroso e sensível com esse público-alvo, que necessita de cuidados especiais, humanizado e de forma integral para um envelhecimento saudável. É imprescindível que os profissionais de saúde possuam uma visão diferenciada e global da pessoa idosa, levando em conta o contexto em que ela vive e voltada às suas necessidades e, dessa forma, repensar as abordagens terapêuticas buscando valorização, respeito e amorosidade na assistência em saúde ao idoso. Deve-se priorizar o estímulo da autonomia, a independência, a integração nas atividades sociais, a inserção na sociedade e a manutenção da capacidade funcional desses idosos. No entanto, é necessário que novos estudos sobre o tema sejam realizados, relatando mais experiências e contemplando um público mais diversificado.

Referências

BARDIN, L. Método. In: _____. **Análise de conteúdo**. 3.ed. Lisboa: Edições 70, 2004, p.87-144.

BRASIL. MINISTÉRIO DE SAÚDE. **Portaria n. 1395, de 10 de dezembro de 1999**. Aprova a Política Nacional de Saúde do Idoso. Brasília, DF, 1999.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Portaria n. 2.528, de 19 de outubro de 2006**. Aprova a Política Nacional de Saúde da pessoa Idosa. Brasília, DF, 2006.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **O SUS de A a Z : garantindo saúde nos municípios** / Ministério da Saúde, Conselho Nacional de Secretarias Municipais de Saúde. – 3. ed. – Brasília : Editora do Ministério da Saúde, 2009.

BRASIL. PRESIDÊNCIA DA REPÚBLICA. **Constituição da República Federativa do Brasil**: promulgada em 5 de outubro de 1988. Brasília: Senado Federal, 1988.

BRÉTAS, A.C.P.; GAMBA, M.A. **Enfermagem e saúde do adulto**. São Paulo: Manole, 2006.

COSCO, T.D.; HOWSE, K.; BRAYNE, C. Healthy ageing, resilience and wellbeing. **Epidemiol Psychiatr Sci.**; v.26, n.6, p. 579-583, 2017.

FERREIRA, C. L.; SANTOS, L. M. O.; MAIA, E. M. C. Resiliência em idosos atendidos na Rede de Atenção Básica de Saúde em município do nordeste brasileiro. **Rev. Esc. Enferm. USP.** v.46, n.2, p. 328-334, 2012.

FERREIRA, T.K.A.; PIRES, V.A.T.N. Atividade física na velhice: avaliação de um grupo de idosas sobre seus benefícios. **Rev Enferm Integrada**, v.8, n.1, p.1303-1313, 2015.

FERRETTI, F.; NIEROTKA, R. P.; SILVA, M. R. Concepção de saúde segundo relato de idosos residentes em ambiente urbano. **Interface: Comunicação, Saúde, Educação**. Botucatu, v. 15, n. 37, p. 565-572, abr./jun. 2011.

FONTANELAS, B.J.B.; RICAS, J.; TURATO, E.R. Amostragem por saturação em pesquisas qualitativas em saúde: contribuições teóricas. **Cad Saúde Pública**. Rio de Janeiro, v. 24, n. 1, p. 17-27, Jan, 2008.

FONTES, A.P.; FATTORI, A.; D'ELBOUX, M.J.; GUARIENTO, M.E. Resiliência psicológica: fator de proteção para idosos no contexto ambulatorial. **Rev Bras Geriatr Gerontol**. v.18, n.1, p. 7-17, 2015.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). **Retratos a revista do IBGE**. Rio de Janeiro: IBGE, CCS, 2019.

JEREZ-ROIG, Javier et al. Autopercepção da saúde em idosos institucionalizados. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 21, n. 11, p. 3367-3375, nov, 2016.

JOIA, L.C.; RUIZ, T.; DONALISIO, M.R. Condições associadas ao grau de satisfação com a vida entre a população de idosos. **Rev. Saude Publica**, v.41, n.1, p.131-8, 2007.

LIMA, A.R.; OLIVEIRA, A.A. O envelhecimento populacional e os desafios para gestão do sistema único de saúde. **Rev Inspirar**, v.3, n.1, p.28, 2019.

LIMA-COSTA, M.F.; PEIXOTO, S.V.; MATOS, D.L.; FIRMO, J.O.A.; UCHÔA, E. A influência de respondente substituto na percepção da saúde de idosos: um estudo baseado na Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios (1998, 2003) e na coorte de Bambuí, Minas Gerais, Brasil. **Cad. Saude Publica**, v.23, n.8, p.1893-902, 2007.

MACENA, W.G.; HERMANO, L.O.; COSTA, T.C. Alterações fisiológicas decorrentes do envelhecimento. **Rev Mosaicum**; v.15, n.27, p. 223-238, 2018.

MINAYO, M.C.S.; COIMBRA JÚNIOR, C.E.A. Entre a liberdade e a dependência: reflexões sobre o fenômeno social do envelhecimento. In: Minayo MCS, Coimbra Júnior CEA, organizadores. **Antropologia, Saúde e Envelhecimento**. Rio de Janeiro: Fiocruz; p.11-35, 2002.

MIRANDA, G. M. D.; MENDES, A. C. G.; SILVA, A. L. A. O envelhecimento populacional brasileiro: desafios e consequências sociais atuais e futuras. **Rev. bras. geriatr. gerontol.** Rio de Janeiro, v.19, n. 3, p.507-519, Jun, 2016.

NARVAI, P.C.; PEDRO, P.F.S. **Práticas de saúde pública**. In: Narvai PC, Pedro PFS. Saúde pública: bases conceituais. São Paulo: Atheneu. p. 269-297, 2008.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE (OMS). **Envelhecimento ativo: uma política de saúde**. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde. 60p. 2005.

PASCHOAL, S.M.P.; FRANCO, R.P.; SALLES, R.F.N. Epidemiologia do Envelhecimento. In: Papaléo Netto M. **Tratado de Gerontologia**. São Paulo: Atheneu; p. 39-56, 2007.

PENA, F.B.; SANTO, F.H.E. O movimento das emoções na vida dos idosos: um estudo com um grupo da terceira idade. **Rev Eletrônica de Enferm.** v.8, n.1, p.17-24, 2006.

PESTANA, L.C.; ESPÍRITO SANTO, F.H. As engrenagens da saúde na terceira idade: um estudo com idosos asilados. **Rev Esc Enferm.**; v.42, n.2, p. 268-275, 2008

RODRIGUES, S.L.A.; WATANABE, H.A.W.; DENTL, A.M. A saúde de idosos que cuidam de idosos. **Rev. Esc. Enferm. USP**, v.40, n.4, p.493-500, 2006.

EMPREENDEDORISMO NA MELHOR IDADE

Emanuela Ferry de Olivera Moreira

DOI: 10.29327/559569.1-5

Introdução

O Brasil, que em décadas passadas era considerado um país jovem, hoje está maduro. Tem-se constatado o declínio das taxas de fertilidade e mortalidade, o que denota o aumento da população idosa. Isso tem ocorrido devido à melhoria das condições de vida de sua população, acesso maior a programas de saúde, distribuição de renda, saneamento básico entre outros avanços que alavancam a qualidade de vida do cidadão.

Se por um lado esse fenômeno apresenta um ganho, por outro tem se mostrado como fonte de preocupação para os governantes e estudiosos do assunto no país. O modelo previdenciário brasileiro é basicamente estatal, e tem sentido os efeitos do envelhecimento da população. Cada vez mais pessoas tem requerido a aposentadoria, mas em contrapartida, o contingente de jovens trabalhadores tem diminuído, o que representa menor número de contribuintes para o sistema previdenciário.

O paradigma está em como retardar tais solicitações de aposentadoria, ou melhor, de como manter essa população de mais idade, por mais tempo no mercado de trabalho. Inúmeros mecanismos têm sido aplicados, a fim de promover mudanças nas regras de concessão dos benefícios previdenciários, visando aumentar a idade mínima para o requerimento.

Em contribuição a essa temática, o estudo do empreendedorismo na terceira idade se apresenta como mais uma alternativa válida, na tentativa de postergar esse “pendurar de chuteiras” por parte dos trabalhadores de mais idade, que ainda possuem uma ampla perspectiva de vida e de potencial de trabalho.

Entende-se que o empreendedorismo se apresenta também como fonte de renda, como fator de melhoria da autoestima, como gerador de empregos, de arrecadador de impostos e de contribuições previdenciárias. Mas para que esse ciclo se feche, é necessário que haja estímulo para que os profissionais de mais idade se sintam atraídos e apoiados quanto a essa ideia e decisão, pois empreender e inovar traz inúmeros benefícios econômicos para um país. Segundo o Sistema Econômico para a América Latina e Caribe – SELA existe uma correlação estatística entre empreendedorismo e desenvolvimento econômico, indicando uma necessidade da implantação de políticas públicas que visem

o desenvolvimento de práticas empreendedoras. Essas práticas além de ser responsabilidade do Estado, devem permeartambém as políticas e estratégias da iniciativa privada influenciando de forma exógena o comportamento do mercado de trabalho. Por outro lado, devem existir motivações endógenas por parte do mercado de trabalho, seja como colaboradores internos, seja como donos de seu próprio negócio (SELA, 2010).

Em função do exposto questiona-se até que ponto o empreendedorismo se faz presente nos profissionais de terceira idade? Quanto aos objetivos tem-se: Identificar a presença do empreendedorismo nos profissionais de terceira idade da referida empresa.

Referencial teórico

O Brasil tem experimentado o fenômeno do aumento da longevidade de sua população. Se em décadas passadas o país era considerado jovem, hoje ele está maduro. Segundo dados do IBGE, se no ano 2000 a expectativa de vida do brasileiro era de 69,83 anos, em 2014 esse mesmo indicador apontava como expectativa de vida, 75,14 anos, com tendência de aumento (IBGE, 2014), indicando que cada vez mais brasileiros estão entrando na fase da terceira idade. Cronologicamente, para os países em desenvolvimento, como no caso do Brasil, a ONU (Organização das Nações Unidas) define que a terceira idade inicia-se aos 60 anos de idade (PONTAROLO, 2008). No entanto, a própria OMS (Organização Mundial da Saúde) evita tal definição cronológica por entendê-la como ineficiente, pois ao se comparar processos de envelhecimento distintos, entre inúmeros indivíduos de mesma idade, se verifica variações significativas de saúde, participação social e níveis de independência (WHO, 2010).

Para Debert, o termo terceira idade é mais amplo que uma definição cronológica, na verdade, ela ressalta que esse é um conceito utilizado para definir pessoas de mais idade que ainda não adquiriram uma conotação depreciativa (DEBERT, 2004). Pontarolo sinaliza que a expressão atua para designar o processo de envelhecimento ativo, aquele em que o indivíduo é incentivado a se preocupar com a sua qualidade de vida e com suas relações sociais, evidenciando que essa é uma nova etapa de transformação da vida, em que as pessoas são impelidas, ou convidadas, a experimentarem e a praticarem novas atividades (PONTAROLO, 2008).

Para Zanelli, a terceira idade é uma etapa da vida que geralmente coincide com a aposentadoria. Se por um lado aposentar se apresenta como um momento de descanso, de sensação do dever cumprido, por outro é um momento em que o indivíduo é colocado para refletir sobre o que pretende fazer após a aposentadoria. Na vida profissional, muitos laços de relacionamentos

são construídos, devido à própria característica imposta pelo trabalho, muitas vezes essas relações chegam a ser mais intensas do que as relações que o trabalhador mantém com a própria família. Quando desligado desse grupo, seja devido à perda do emprego, ou devido à aposentadoria, esses vínculos são rompidos, afetando a qualidade de vida do trabalhador e por vezes causando sentimentos de inutilidade, solidão e baixa estima (MAGALHÃES, KRIEGER, VIVIAN, STRALLIOTTO, MARQUES E EUZEBY apud ZANELLI, 2010).

A relação trabalhador e trabalho é que faz o ato de se aposentar algo nem sempre tão fácil. Na realidade tal ação carece de um preparo prévio. Nas palavras de Andujar, “requer um condicionamento mental e social, que a grande maioria das pessoas não possui”. Esse é um momento marcante na vida do indivíduo, quando além da aposentadoria e do fato de ter que parar de trabalhar, há também a presença do envelhecimento, onde tanto o aposentado, quanto seus familiares sentem essa mudança na dinâmica da família. Por esse motivo é que se faz necessária uma preparação prévia para o enfrentamento dessa nova etapa da vida (EMILIANA apud ANDUJAR, 2006 p.55).

É preciso partir do ponto de vista de que a aposentadoria não é um fim por si só, ao contrário a aposentadoria, se bem planejada, pode ser um novo começo, a oportunidade de se iniciar os projetos outrora adormecidos. Inúmeras atividades podem ser desenvolvidas, como trabalho voluntário, prática de esportes, continuar trabalhando ou até mesmo iniciar um empreendimento por conta própria.

Cada ação tem suas características próprias e agregam algum benefício à vida do indivíduo, podendo ser desde um benefício pessoal ou até mesmo financeiro. O importante é que o idoso tenha uma vida ativa, na qual haja a busca pela qualidade de vida. Segundo Debert, quando se chega a uma idade mais avançada, deve-se rejeitar os conceitos de perdas e substituí-los pela consideração de que a pessoa passa a viver um momento propício a novas conquistas e realizações de vida, conduzido pela busca do prazer e da satisfação pessoal. Assim, a aposentadoria deixa de ser estereotipada, de forma pejorativa, como a transição para a velhice ou como única e exclusiva fonte de subsistência para aqueles que já não possuem capacidades físicas de fazerem parte do processo produtivo (DEBERT, 2016).

É importante também destacar que o trabalho é uma fonte de qualidade de vida, representando uma inestimável fonte de satisfação ao trabalhador, pois é a partir dele que o homem modifica, entende e domina a natureza, conseguindo encontrar melhores meios de sobrevivência e conforto (KANAAANE, 2017).

Neste sentido, países que também possuem uma população idosa significativa, têm apontado para a necessidade de políticas que promovam a reinserção dos idosos saudáveis ao mercado de trabalho. Pois cada vez mais a população em idade ativa está declinando em relação à população mais velha, ocasionando um impacto adverso na economia decorrente de uma população cada vez menor de pessoas em idade potencial para trabalhar (CARONE apud GOMES, PAMPLONA, 2016).

Em Londres, os governantes têm investigado os trabalhadores em idade superior a 50 anos de idade, quanto a suas carreiras e desejos empreendedores. Pois se sabe que o número de aposentados tem aumentado, e que também, esses aposentados possuem características especiais, como experiências profissionais e meios financeiros propícios ao empreendedorismo, além do desejo de se manterem economicamente ativos, preservando assim as suas qualidades e estilos de vida. Há também, por parte dos governantes, a percepção quanto é pesado tributariamente, para o Estado, manter essas pessoas de mais idade. Assim, avaliam ser mais rentável e desejável incentivar esses indivíduos a se manterem economicamente ativos, destacando o empreendedorismo como uma das formas de atividade a ser desenvolvida (KIBLER, WAINWRIGHT, KAUTONEN, BLACKBURN, 2012).

O empreendedorismo é uma iniciativa de cunho pessoal, na qual pesam os valores de cada um, suas motivações, a disposição em lidar com tal responsabilidade e sua atitude em correr riscos. Segundo Degen, o empreendedor assume todas as condições de riscos estabelecidos pelo negócio. Seja ele no âmbito comercial, pessoal ou legal. No entanto, o empreendedorismo também é capaz de promover a melhora na vida de toda uma sociedade, através da criação de novos empregos e incentivo ao desenvolvimento de novas infraestruturas, pesquisas e na criação de produtos inovadores (DEGEN, 2009).

Qualquer pessoa pode se tornar um empreendedor, no entanto, tem de se evidenciar que ninguém possui todas as características empreendedoras reunidas, mas sim, que cada uma é dotada de características apropriadas em um determinado contexto situacional, o que torna suas características mais relevantes. Para Hashimoto, todos são empreendedores em potencial, mas para alguns, passa-se a vida inteira sem que essa qualidade seja manifestada. (HASHIMOTO, 2013).

Dolabela também dá ênfase a esse mesmo raciocínio, quando evidencia que toda pessoa é intrinsecamente empreendedora, e que todos podem agir de forma a libertar tais potencialidades adormecidas. Normalmente essas qualidades são reprimidas devido a ambientes socioculturais inóspitos, que limitam a individualidade de cada um. A sociedade industrializada prioriza a

formação de seres humanos altamente produtivos, porém de baixa autoestima, um verdadeiro contrassenso. É priorizada a formação de trabalhadores que exerçam tarefas exclusivamente mecânicas, tanto para as linhas de montagem, quanto para as seções administrativas. Ainda segundo Dolabela, o aprendizado do empreendedorismo passa primeiro pelo resgate da autoestima do indivíduo, pois é impossível que um ser humano que negue a si mesmo, possa ter o impulso da criatividade, da ousadia e da inovação (DOLABELA, 2010).

Russell (1999) considera a inovação como as mudanças em produtos e processos que resultem em melhorias na relação custo-benefício ao seu mercado consumidor, tendo como consequência o aproveitamento de uma nova oportunidade de negócios bem como de nicho de mercado. Outro fator preponderante é a possibilidade de uma nova estrutura organizacional, com uma nova forma de pensar e agir e com a melhor utilização de recursos empresariais.

Para Dolabela, o empreendedorismo está intimamente relacionado ao desejo individual de realização, de transformar uma ideia em um negócio concreto. É transformar o sonho em realidade: “Sonhar significa conceber um futuro. Empreender significa transformar esse futuro em realidade. Essa é a essência do empreendedorismo” (DOLABELA, 2010 p.28).

O brasileiro em si, possui uma veia empreendedora, tal afirmação vem sendo confirmada ano a ano através dos relatórios elaborados pelo Global Entrepreneurship Monitor - GEM. Segundo o relatório, 34% dos brasileiros tem o sonho de um dia se tornar dono do próprio negócio. No Brasil, em 2015, 13,6% dos empreendedores estavam na faixa etária dos 55 aos 64 anos. Ainda segundo especialistas entrevistados pelo GEM em 2015, são fatores que favorecem as atitudes empreendedoras do brasileiro: Capacidade empreendedora (54%); Acesso informação e mídia (31%); Políticas governamentais de estímulo (19%). Com destaque à criatividade e resiliência do povo brasileiro (GEM, 2015).

Outros fatores que tendem a fortalecer o estímulo ao empreendedorismo, no geral, estão associados aos conteúdos de qualidade sobre o tema, que são disponibilizados pela mídia e órgãos especializados e as ações governamentais colocadas em prática na última década, como o SIMPLES, MEI (Micro Empreendedor Individual) e o Programa bem mais Simples, para abertura e fechamento de empresas de modo menos burocrático (GEM, 2015).

Desta forma o empreendedorismo é mais uma das inúmeras atividades que um indivíduo na terceira idade pode vir a exercer. É uma atividade que pode propiciar benefícios financeiros e também de melhoria da autoestima, por estar realizando algo de concreto, de importante para sua vida e para a sociedade ou grupo ao qual está inserido. Consequentemente trazendo um aumento à sua

qualidade de vida. Segundo a OMS, à medida que o envelhecimento ocorre, a qualidade de vida do idoso, passa a ser determinada pela sua habilidade em manter autonomia e independência (WHO, 2005).

Descrição do Método

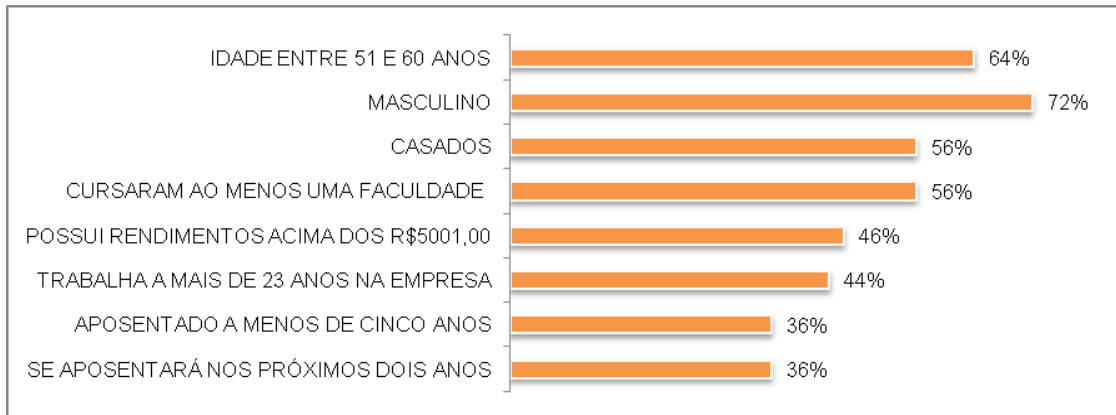
A pesquisa utilizou o critério de classificação proposta por Vergara, quanto aos fins e meios da pesquisa (VERGARA, 2010). Quanto aos fins, a pesquisa foi exploratória e descritiva, devido à escassez de estudos que contemple a problemática do empreendedorismo na terceira idade. Quanto ao método, foi utilizada a pesquisa ação que, segundo Severino, trata-se de pesquisa qualitativa aplicada em ambiente interno à empresa, que visa compreender a partir de diagnóstico e possibilitar a interferência em determinada situação (SEVERINO, 2007).

Quanto aos meios, foi realizada pesquisa de campo, através da aplicação de questionário fechado e com algumas questões abertas que consideraram o entendimento do estudo realizado. Foi adotada a observação participante, pois o pesquisador é membro da organização analisada e convive diariamente com os respondentes. Tal situação possibilitou a apreensão do significado que os sujeitos atribuem ao empreendedorismo. Considerando como amostra o universo de 25 funcionários, onde foi adotada a abordagem amostral não probabilística por acessibilidade do pesquisador (VERGARA, 2010).

Resultados e discussão

A pesquisa revelou, como perfil dos pesquisados, os seguintes dados: que maioria dos respondentes, 64%, situa-se entre 60 e 70 anos de idade, ou seja, estão próximos de ingressarem a terceira idade. São 72% do sexo masculino, 56% deles são casados. Quanto à escolaridade, 56% cursaram ao menos uma faculdade, e 46% recebem proventos acima dos R\$5001,00 reais. Muitos deles, 44%, estão trabalhando na empresa há mais de 23 anos. Há uma parcela de 36% que já está aposentada e outra parcela, de 36% que se aposentará há dois anos. Conforme dados apresentados no gráfico 01.

Gráfico 01. Perfil dos trabalhadores pesquisados.



Fonte: Pesquisa direta.

A pesquisa procurou identificar quais as expectativas quanto ao futuro do desses trabalhadores, que estão por encerrar seu ciclo de trabalho, ao se aposentar. O futuro financeiro é assinalado 52,4% das vezes, como sendo o maior temor. Seguido da mudança de rotina e ociosidade, 42,9% das vezes. Tal preocupação é justificada, ao se observar que normalmente há uma perda de remuneração quando o individuo se aposenta. O aposentado também possui obrigações sociais, como a de se preocupar com a sua saúde e de muitas vezes sustentar um lar, além de administrar seus momentos de lazer e cultura, entre outros compromissos que podem afetar de alguma forma sua qualidade de vida.

Quanto ao trabalho e sua qualidade de vida proporcionada, a pesquisa aponta que 92% dos respondentes sentem desejo em continuar trabalhando, sendo que 34% gostariam de permanecer na mesma ocupação, 50% em outro ramo de atividade e 8% gostariam de trocar de emprego, porém no mesmo ramo de atividade. Constatou-se que para 77% desses pesquisados o trabalho é uma fonte de boa qualidade de vida. Esse sentimento pode ser confirmado, pois segundo Kanaane, quando sinaliza que o trabalho representa uma inestimável fonte de satisfação ao trabalhador (KANAANE, 2011).

Verificou-se também que para 60% dos colaboradores a empresa não incentiva ideias inovadoras. Hashimoto explica que as empresas normalmente são resistentes às ideias inovadoras. Empecilhos são colocados no caminho dos que desejam fazer algo diferente e inovador (HASHIMOTO, 2013).

No entanto, esses funcionários, quando indagados se empreenderiam um novo negócio, e por qual motivo, 68% assinalaram que empreenderiam por acreditar que podem fazer algo de diferente e inovador, revelando assim uma

vocação empreendedora. Hashimoto também explica que o empreendedorismo ocorre por motivações diversas, como o puro desejo em se realizar algo de novo, identificando uma nova oportunidade de mercado (HASHIMOTO, 2013).

Tem-se, como já mencionado, que o empreender pode surgir por necessidades ou oportunidades. A primeira situação está relacionada, no Brasil, geralmente pela perda de emprego, onde o indivíduo procura suprir as suas carências financeiras por outra atividade profissional. Por outro lado, o mercado, bem como o ambiente interno das empresas, pode oferecer condições e oportunidades que as pessoas devem tentar aproveitá-las, contribuindo dessa forma, para o incremento das perspectivas individuais e aquelas relacionadas ao país, no tocante ao modelo previdenciário vigente.

Considerações finais

A pesquisa evidencia, conforme o referencial teórico, o desejo expresso pelos trabalhadores em um dia se tornarem donos de seus próprios negócios. Deve-se observar que a maioria, 68% iniciariam um empreendimento pelo fato de perceberem que são capazes de fazer algo de novo, de melhor, que denota as bases do empreendedorismo por oportunidade. É uma característica importante no sentido do crescimento econômico e social do país, e também pode representar um fator de desoneração ao sistema previdenciário, pois os pesquisados estão na faixa etária acima dos cinquenta anos de idade, e muito próxima à aposentadoria ou já aposentados. Apesar dessa condição, eles ainda sentem disposição em continuar trabalhando, 92% se dizem dispostos, e veem o trabalho como uma fonte de qualidade de vida.

Empreender significa correr riscos. A empresa oferece segurança empregatícia, basta lembrar que 44% trabalham na empresa há mais de 23 anos, oferece também boa remuneração e outros benefícios, assim, é preferível continuar na segurança de seus empregos a arriscar-se em um novo empreendimento. Os colaboradores têm o futuro financeiro como um de seus maiores temores em relação à aposentadoria. Há a incerteza de como será a qualidade de vida, o nível de saúde e de como se suprirá as necessidades familiares, uma vez que os proventos da aposentadoria são menores que os recebidos durante a vida profissional. Diante desse fato, 23% responderam que só empreenderiam por necessidade, caso estivesse diante de um revés, como o da perda do emprego. Esse é um fato comum no Brasil, onde uma parcela da população também empreende por necessidade de emprego e renda.

Diante dessa realidade vivida pelos trabalhadores pesquisados, nota-se que se por um lado eles têm o ímpeto de se declararem aptos a iniciarem um empreendimento, por acreditarem que podem fazer algo diferente e de

inovador, por outro, diante das incertezas inerentes ao mercado, por estarem próximos ou já na terceira idade e por desfrutarem de uma vida estável onde podem manter-se empregados, exercendo suas funções corriqueiras, é que eles preferem não se arriscar a iniciar um novo negócio, que além de tudo, pode por em risco suas economias financeiras. Assim, mesmo para aqueles que têm a expectativa de se tornarem empreendedores, eles ainda preferem manter esse desejo adormecido.

Essa é uma característica esperada, o próprio GEM (2015) aponta que os empreendedores na terceira idade são minoria, dentro o universo empreendedor do país. No entanto é preciso que sejam criados mecanismos de incentivo para essa faixa etária, que devido a uma melhor expectativa e qualidade de vida e por possuírem experiência profissional, podem continuar por mais tempo no mercado de trabalho, tanto como empregados de alguma organização, quanto como futuros empreendedores. Além desses fatores, tem-se também uma questão que vem emergindo em nosso país quanto às relacionadas às necessidades de rever os processos voltados à Previdência Social e Aposentadoria, situação está diretamente relacionada às economias que apresentam aumento na expectativa de vida, tornando a população da Terceiridade maior que a população mais jovem, onerando a relação entre contribuições e benefícios.

Referências

ANDUJAR, Andréa Martins. Modelo de qualidade de vida dentro dos domínios bio psico social para aposentados. Tese (Doutorado em Engenharia de Produção) - Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2006.

DEBERT, Guita Grin. O trabalho voluntário: uma questão contemporânea e um espaço para o aposentado. São Paulo: Editora Senac, 2004.

DEGEN, Ronald Jean. O empreendedor: empreender como opção de carreira. São Paulo: Pearson Prentice Hall, 2009.

DOLABELA, Fernando. Sonhos e riscos bem calculados: o que é e o que faz o empreendedor. São Paulo: Saraiva, 2010.

GEM, Global Entrepreneurship Monitor. Empreendedorismo no Brasil: relatório executivo 2015. Curitiba: Imprensa da Universidade Federal do Paraná, 2015.

GOMES, Patricia Silva; PAMPLONA, João Batista. Envelhecimento populacional, mercado de trabalho e política pública de emprego no Brasil. Belo Horizonte: Economia e Gestão PUCMinas v.15, n. 41, Out./Dez. 2015.

HASHIMOTO, Marcos. Espírito empreendedor nas organizações: aumentando a competitividade através do intraempreendedorismo. 3ª ed. São Paulo: Saraiva, 2013.

IBGE, Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Disponível em <<http://brasilemsintese.ibge.gov.br/populacao/esperancas-de-vidaao-nascer>>. Acesso em: 17/12/2014.

KANAANE, Roberto. Comportamento humano nas organizações: o homem rumo ao séculoXXI. 2ª ed. São Paulo: Atlas, 2011.

KIBLER, Edwald; WAINWRIGHT, Thomas; KAUTONEN, Teemu; BLACKBURN, Robert A. (Work) life after work?: Older Entrepreneurship in London – Motivations and Barriers. Londres: Kingston University London, 2012.

PONTAROLO, Regina Sviech. Políticas públicas educacionais para o idoso e sua implementação pelo SEED-PR na cidade de Prudentópolis. Tese de mestrado. Ponta Grossa: Universidade Estadual de Ponta Grossa, 2008.

RUSSEL, R. D. (1999). Developing a process model of intrapreneurial systems: a cognitive mapping approach. Entrepreneurship theory and practice, Spring, 65-84.

SELA Sistema Econômico Latino-Americano e do Caribe. Final Report: Course on Entrepreneurship Strategies for the Development of New Entrepreneurs. Caracas, Venezuela:Permanent Secretariat of SELA, 2012.Disponível em <http://www.sela.org/media/265714/t023600004966-0-fr_course_entrepreneurship_strategies_development_new_entrepreneurs.pdf>Acesso 28/11/2015.

SEVERINO, Antônio Joaquim. Metodologia do trabalho científico. 23ª ed. Ver. E atual. SãoPaulo: Cortez, 2007.

VERGARA, Sylvia Constant. Projetos e relatórios de pesquisa em administração. 12 ed. SãoPaulo: Atlas, 2010.

WHO, World Health Organization. Envelhecimento ativo: uma política de saúde. Brasília: Organização Pan-Americana de Saúde, 2005.

ZANELLI, José Carlos. Orientação para aposentadoria nas organizações de trabalho: construção de projetos para o pós-carreira. Porto Alegre: Artmed, 2010.

ENVELHECER BEM: PROMOVEDO A AUTOESTIMA E O AMOR-PRÓPRIO NA TERCEIRA IDADE

João Caio Silva Castro Ferreira

Luís Felipe Oliveira Ferreira

Nanielle Silva Barbosa

Suzy Romere Silva de Alencar

Andréa Conceição Gomes Lima

Michelle Vicente Torres

DOI: 10.29327/559569.1-6

Introdução

Ao longo das últimas décadas, observou-se o processo de envelhecimento populacional e o aumento da expectativa de vida. Porém, envelhecer se tornou algo desafiador à medida que a prevalência de agravos crônicos também sofreu aumento significativo. Logo, para se viver mais é preciso que haja qualidade de vida. Para tal, torna-se necessário investimentos em ações de prevenção e promoção da saúde (VERAS; OLIVEIRA, 2018).

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), estima-se que entre 2015 e 2050 a porcentagem mundial de pessoas acima de 60 anos irá aumentar de 12% para 22%. Para o Brasil, espera-se que essa estimativa seja ainda maior, prevendo-se que em 2050 a população idosa constitua 29,6% da população (OMS, 2018; ONU, 2017).

O envelhecimento é um processo natural e multidimensional, rodeado de alterações físicas, cognitivas, sociais e psicológicas. Ser idoso repercute de forma singular entre cada indivíduo da sociedade, portanto, percebe-se que isso, coloca em questão crenças, propósitos, desejos e concepções (ALMEIDA; MOCHEL; OLIVEIRA, 2011).

É relevante pontuar que o idoso pode sofrer grandes cargas psicológicas comuns a essa faixa etária, como sofrimento mental e ou emocional, ansiedade, depressão, distúrbios do sono, demências e quadros psicóticos. A conduta adequada é procurar possibilidades para minimizar e/ou eliminar problemas que possam comprometer a saúde, incluindo a saúde mental (GATO et al., 2018).

Nesse sentido, uma expectativa de vida mais extensa pode estar acompanhada de múltiplas perspectivas, não apenas para as pessoas idosas e familiares, mas para a própria sociedade em geral, das quais podemos destacar a chance de explorar novas atividades, sejam elas profissionais, educacionais ou até mesmo se permitir uma nova paixão, que por muito tempo possa ter sido reprimida. Todavia, a amplitude dessas oportunidades depende de vários fatores, sendo necessário um destaque para o fator saúde (OMS, 2018).

Assim, para um envelhecimento saudável, é necessário que a pessoa idosa apresente não só uma boa saúde física e mental, mas que ela se sinta segura e seja reconhecida por suas contribuições sociais, como membros indispensáveis de sua comunidade. Desta forma, a autoaceitação é primordial para que essa população desenvolva o amor-próprio, valorizando a sua identidade biopsíquica, em especial a sua imagem corporal, e evitando o sentimento de auto rejeição e desvalorização pessoal (MEIRA et al., 2017).

A imagem corporal refere-se a como o indivíduo percebe sua aparência e como ele julga a si. Essa capacidade de se autoperceber está intimamente relacionada à autoestima e ao amor-próprio. Nessa perspectiva, a forma como cada pessoa se percebe está sempre se modificando, de acordo com as experiências adquiridas ao longo do tempo e com o bem-estar físico e psíquico. Na população idosa, as mudanças ocorridas no decorrer dos anos interferem na sua percepção sobre si, por vezes de forma bastante negativa devido à construção e imposição social da aparência juvenil como modelo estético ideal (SILVA; CAMINHA; GOMES, 2013; GUERRA; CALDAS, 2010).

Não obstante, como forma de contribuir para o alcance da autoaceitação entre idosos, faz-se necessário superar os rótulos sociais em torno do envelhecimento. Por muito tempo, a sociedade julgou a idade avançada como um período cercado de incapacidades, limitações, dependência e solidão. A perpetuação desses estereótipos contribui de forma massiva e atroz para a autoestima dessa população, implicando diretamente em seus mecanismos de defesa contra crenças limitantes. Assim sendo, trabalhar a autoestima e o amor-próprio com esse grupo, direciona esses indivíduos a desenvolverem sentimentos de segurança, independência, respeito, reconhecimento e empoderamento (ALMEIDA; MOCHEL; OLIVEIRA, 2011; MEIRA et al., 2017).

Em associação aos estigmas supracitados, em 2020 a população mundial foi surpreendida com a pandemia da Covid-19, sendo os idosos com doenças crônicas o grupo populacional mais suscetível e com a maior taxa de letalidade. Órgãos sanitários, implantaram medidas preventivas, como forma de reduzir os índices de disseminação do vírus por contaminação comunitária e recomendou a utilização de máscara, higienização adequada das mãos, distanciamento social

e impedimento de aglomerações. Como fruto dessa realidade, a pandemia tem exacerbado alterações psicológicas e comportamentais, gerando sentimentos de ansiedade e solidão (LLOYD-SHERLOCK et al., 2020).

Esse cenário interferiu diretamente nas relações sociais, inclusive dos idosos, assim sendo, não bastasse os preconceitos, julgamentos e repressões diante do envelhecer, esse grupo acaba sofrendo um impacto maior na convivência e rotina diárias pela necessidade de isolamento preventivo.

Diante do exposto, emergiu-se a necessidade de se discutir sobre autoestima e amor-próprio com o público idoso, conquanto, este estudo tem como objetivo, relatar a experiência de uma equipe de Programa de Residência em Saúde da Família e Comunidade no desenvolvimento de uma roda de conversa *online* com idosos da Universidade Aberta à Terceira Idade.

Descrição do Método

Trata-se de um estudo descritivo do tipo relato de experiência, produto de intervenção educativa *online* a um grupo de idosos que pertencem a Universidade Aberta à Terceira Idade (UNATI) da UESPI, caracterizada pela parceria entre as partes e, desenvolvido por docentes e discentes da Universidade Estadual do Piauí (UESPI), que tem como um de seus pilares o processo de educação continuada, o resgate da cidadania e a promoção da saúde (UESPI, 2021).

Como uma das instituições precursoras da inclusão social de idosos e da melhoria significativa da qualidade de vida dessa população, as Universidades Abertas à Terceira Idade precisaram se readaptar pedagogicamente durante a pandemia, e por meio de atividades virtuais, permitiram a construção de conhecimentos, troca de afetos e a continuidade do cuidado em saúde humanizado. Além disso, tal medida visa prezar pela saúde dos envolvidos, evitando encontros presenciais, que podem gerar contato e/ou aglomeração e contribuir com a disseminação do vírus Sars-CoV-2.

Dessa maneira, os organizadores da UNATI, passaram a desenvolver uma série de ciclos de palestra e rodas de conversa por meio da plataforma de videoconferência *Zoom*, com temáticas variadas e pertinentes ao momento atual. Assim, para compor esses ciclos foi estabelecida uma parceria com o espaço pedagógico de Tutoria do Programa de Residência Multiprofissional de Saúde da Família e Comunidade da UESPI (PRMSFC-UESPI), composto por duas docentes e dezesseis residentes, distribuídos em sete categorias distintas de profissionais (Educação Física, Enfermagem, Fisioterapia, Nutrição, Psicologia, Odontologia e Serviço Social), com intuito de realizar educação em saúde, abordando temas de expertise das categorias citadas e interesse dos envolvidos.

Inicialmente a convite da equipe docente da UNATI-UESPI, os residentes participaram de um contato inicial e virtual com o grupo, o que contribuiu para a formação do vínculo e possibilitou a identificação de necessidades em saúde elencadas pelos próprios idosos. A partir dessa abordagem, os temas autoestima e amor-próprio foram definidos para serem trabalhados de forma multiprofissional e interprofissional entre os integrantes do programa de residência.

Diante disso, o encontro foi intitulado “Envelhecer Bem: trabalhando a autoestima e o amor-próprio”, sendo a roda de conversa a metodologia escolhida, conduzida pelas categorias de Enfermagem, Psicologia e Serviço Social. Então o encontro foi dividido em quatro momentos: acolhimento e ambientação (1), apresentação da temática (2), dinâmica (3) e encerramento (4). A temática foi apresentada considerando dois eixos temáticos: atividades educacionais e o processo de envelhecimento (1); envelhecimento, autoestima e amor-próprio (2).

O encontro foi realizado pela plataforma Zoom, no mês de fevereiro de 2021 e contou com a participação dos residentes e tutoras do PRMSFC-UESPI, além dos professores, discentes extensionistas e os alunos matriculados na UNATI, que são da terceira idade (público-alvo da intervenção).

Descrição da Experiência

Música como ferramenta de acolhimento e ambientação

Para ambientar o encontro, utilizou-se a apresentação artístico musical como ferramenta de acolhimento e aproximação com os participantes. A música é um recurso que os próprios idosos do espaço pedagógico de construção de aprendizado, de que se trata esta experiência, já utilizam e que é amplamente utilizado pela UNATI através de suas lives, com presença de artistas locais e na promoção de eventos virtuais comemorativos. Foi percebido com antecedência, que seria um recurso de grande valor para interação e participação do público-alvo, bem como para introdução da temática, com toda a sua proposta de amorosidade e construção de vínculos e afetos consigo e com o outro.

O acolhimento consta de uma poderosa ferramenta para preparar os sujeitos, que irão participar da proposta de construção de conhecimento, pois os prepara para ouvir, se libertar e se expressar de maneira mais confortável, aproximando o público dos mediadores. Acolher relaciona-se à necessidade de humanização das práticas de cuidado, valorizando a autonomia, protagonismo e dignidade do ser humano, bem como permite ao indivíduo, desenvolver suas

competências e sensibilidade para reconhecer suas necessidades, além de fortalecer os laços de confiança entre profissionais e a comunidade, reconhecidos como vínculo (SIMÕES; MOREIRA, 2013).

Além do mais, os efeitos da música, bem como sua utilização para diversas finalidades, há milênios é alvo de estudo. A música é uma alternativa terapêutica que utiliza dos sons e seus variados elementos com o propósito de contribuir no processo curativo e preventivo, restaurando funções e potenciais do indivíduo, além de estimular a cognição e efeitos a nível do sistema nervoso (ANJOS et al., 2017).

Para tanto, foi utilizada a música “Tocando em Frente” do cantor e compositor Almir Sater, como forma de introduzir a temática abordada, dando ênfase aos seguintes trechos da música: *“Ando devagar porque já tive pressa. E levo esse sorriso. Porque já chorei demais. Cada um de nós compõe a sua história. Cada ser em si. Carrega o dom de ser capaz. E ser feliz”*.

Esta música foi escolhida, por despertar reflexões acerca da importância de se viver a vida com leveza, que o amadurecimento é adquirido com o avançar da idade, contribuindo para a aceitação de cada etapa vivida, mesmo com os percalços encontrados no caminho. Evoca também, a reflexão que a felicidade depende de nossas escolhas e da forma como enxergamos as situações experienciadas, o que nos torna eternos aprendizes e protagonistas do palco da vida.

Como forma de trabalhar a música durante o encontro, optou-se pela realização de uma apresentação ao vivo, onde a canção foi interpretada por um dos residentes no estilo voz e violão. Assim, permitindo que os participantes pudessem cantar e sentir a canção de forma mais intensa, pulsando corporeidade. Utilizar esse recurso, possibilitou transformar o encontro em um ambiente menos formal, onde pode-se observar interação, uma participação mais ativa e a abertura para fortalecer os vínculos.

Atividades educacionais e o Processo de envelhecimento

Dentro do contexto da educação destinada à pessoa idosa, as UNATIs, inseridas no âmbito da educação permanente, recebem notório destaque pois buscam desenvolver metodologias que mantenham a educabilidade desse público, incentivando as interações sociais e a manutenção da qualidade de vida e bem-estar, visto que, conviver, pensar, fazer e aprender, de maneira conjunta e participativa, favorece a saúde integral do indivíduo (CACHIONI et al., 2015).

Aprender algo novo favorece a ativação cerebral e previne diversas doenças, principalmente os transtornos neurocognitivos relativos à referida faixa etária. Diante disso, as atividades educacionais desenvolvidas com pessoas

na terceira idade, indicam que aprender não deve ser condição limitada pela idade, ao contrário, essas atividades permitem que a pessoa idosa se sinta pertencente à sociedade, sendo esses encontros de discussão imprescindíveis para sintonizar esse grupo com a atualidade e com informações que contribuem para um envelhecimento desejável (BRASIL, 2017).

Envelhecer de maneira saudável implica na possibilidade de manter as capacidades físicas e mentais, contribuindo para lidar com o estresse cotidiano, permitindo que o idoso identifique suas potencialidades e fragilidade e, assim, possa assegurar qualidade de vida satisfatória. O processo de envelhecimento muitas vezes é permeado por visões sociais preconceituosas, fato este, que interfere na forma como a pessoa idosa se percebe ao longo dessa fase, o que acarreta consequências negativas na sua autoestima e valorização pessoal (TAVARES et al., 2017; GUEDES; CALDAS, 2010).

Dessa forma, construir uma cultura que enaltece o envelhecimento é uma das principais possibilidades para reverter o cenário de pessimismo e estigmas em torno desta etapa da vida, assim sendo, os idosos podem ser os principais agentes transformadores nesse contexto, desde que bem instruídos. Para essa mobilização, uma educação inovadora e transformadora é uma das ferramentas primordiais para incentivar o enfrentamento dos medos e inseguranças que perpassa essa fase, mitigando os tabus e despertando olhares acolhedores quanto a avaliação subjetiva de si mesmos (SANTOS, 2010).

Nessa perspectiva, atividades de educação em saúde permitem desconstruir a ideia criada pela sociedade acerca dos mitos que permeiam o processo de envelhecimento e que interferem na percepção que a pessoa idosa tem sobre este momento tão esperado. Essas atividades educacionais, despertam novos aprendizados sobre antigas formas de pensar, além de favorecer a reflexão acerca de temáticas de relevância para essa população, proporcionando um envelhecimento ativo, através da estimulação da interação social e desenvolvimento biopsicossocial que colaboram com uma maior satisfação pessoal e adequada qualidade de vida.

Além disso, enfatiza-se que as intervenções educativas para fins de promoção da saúde e prevenção de agravos, devem considerar o modo de pensar e viver dos envolvidos, principalmente no que concerne ao público-alvo, evitando que equivocadamente essa alternativa seja associada apenas à transmissão das informações, de alguém que acreditar ser o dono do saber, apenas por ter uma formação universitária, por exemplo, perante um público que pode ter tido menos estudo formal. Sendo uma caracterização errônea, descartando a validade do saber e da contribuição popular para a troca de experiências e conhecimentos ampliados (MALLMANN et al., 2015).

Foi possível observar com esta proposta que o público-alvo se expressa de forma bastante ativa, com questionamentos, sugestões e contando fatos cotidianos de sua vida, enriquecendo o objetivo de construir conhecimentos, aliando o saber científico com os saberes de vida, a partir de suas histórias, necessidades reais e singularidades. Isso permite pensar que essa intervenção pode ser potente no empoderamento deste público sobre sua saúde, sobre sua responsabilidade na produção do próprio cuidado em saúde e na capacidade de perceber e exercer sua autonomia sobre as decisões dessa produção junto a outros profissionais que tem acesso nas redes de serviço.

Nesse contexto, considerando-se que os profissionais mediadores do espaço de diálogo virtual também estão em formação, os idosos contribuíram significativamente para uma visão mais amorosa, humanizada, sensível e, sobretudo, necessária para ampliar a perspectiva da produção do cuidado em saúde dessas pessoas.

Envelhecimento, autoestima e amor-próprio

O envelhecer é considerado um eterno e inacabado processo de subjetivação, dessa forma, considera-se que não exista um ser envelhecido, mas sim um ser envelhecendo. A primeira experiência com essa fase acontece pelas mudanças físicas e no próprio olhar da pessoa idosa sobre seu corpo diante de alterações físicas, químicas e biológicas. Com isso, socialmente há um anseio por viver vários anos, porém, há um sentimento de negação em querer vivenciar este ciclo em plenitude, sem falsas expectativas. Essa percepção está atrelada à visão estigmatizante idealizada pela sociedade sobre o envelhecer, diante disso, o indivíduo em processo de envelhecimento passa a abominar sua imagem, desorganizando sua autoestima e autoamor (VISCARDI; CORREIA, 2017; TAVARES et al., 2016).

A priori, a autoestima está relacionada à consciência e avaliação do indivíduo em torno de si, como este indivíduo se percebe diante de seus feitos e relacionamentos. Para essa autoavaliação, ele se baseia em suas capacidades, habilidades e desempenhos. A autoestima é um sentimento de satisfação e confiança em si, que permite ao ser humano defender seus interesses e necessidades com convicção (FONSECA et al., 2014).

O amor-próprio se relaciona com o amar a si, podendo ser expressado de maneiras distintas, conforme a cultura e as mudanças sociais vivenciadas. O idoso ativo é capaz de desenvolver outras habilidades e recuperar a sensação de autoeficácia, fortalecendo a conexão primordial entre o envelhecimento e a autoestima e o amor-próprio (ARMOGATHE, 2006; BAPTISTA; ROLDÃO, 2006).

Contudo, as discussões ocorreram fomentando o processo de envelhecimento e saúde mental, com enfoque no sentimento de negação que pode ser solidificado durante essa etapa da vida, entendendo que os idosos podem apresentar uma visão distorcida de si mesmos, o que torna esses indivíduos mais vulneráveis a sentimentos de baixa autoestima e desmerecimento perante os semelhantes.

Para incentivar a participação ativa dos idosos, foi realizada uma dinâmica onde todos foram convidados a sentir-se à vontade para participar e contribuir com a roda. Então foi apresentada a pergunta disparadora: “O que você tem feito como forma de autocuidado?” E solicitado a cada pessoa que mostrasse um objeto ou expressasse em palavras o seu autocuidado diário.

Na oportunidade, objetos pessoais e de uso cotidiano foram listados, entre eles, diários pessoais, o cuidado às plantas, a dança e a música também foram mencionadas. Essa estratégia contribuiu para disparar a reflexão sobre o autocuidado como mecanismo potencializador da autoestima e amor-próprio.

Exercitar o autocuidado através de formas saudáveis foi à perspectiva de educação em saúde proposta no encontro, pois fortalece as potencialidades de cada idoso e ajuda a construir uma autoestima, que nessa fase do desenvolvimento muitas vezes se encontra fragilizada, diante das mudanças de autoimagem corporal, do afastamento social pela aposentadoria, sensação de inutilidade, problemas familiares e ainda doenças crônicas que podem aparecer nessa fase da vida (NICOLATO; SANTOS; CASTRO, 2017).

Nessa perspectiva, faz-se necessário que sejam construídos momentos que contribuam para o desenvolvimento e promoção do amor-próprio de forma habitual. Essas atividades elevam o conceito acerca de si, de maneira a valorizar sentimentos de autoconfiança, autoaceitação e autovalorização. A soma desses sentimentos ao amor-próprio fortalece a autoestima, propiciando um bem-estar emocional e psicológico. É esse o mecanismo que pode oferecer ao idoso uma percepção mais qualificada de si, reafirmando o valor pessoal.

A poesia foi um recurso também utilizado como ferramenta de apoio no processo de educação em saúde. Para finalizar a roda, foi apresentada a poesia “E se”, de Bráulio Bessa, trazendo uma reflexão sobre as decisões que o ser humano se abstém por medo de errar e a importância da autoconfiança no enfrentamento dos desafios que venham a surgir durante o ciclo vital.

Percebeu-se neste momento uma expressiva reação de aceitação da intervenção por meio também de questionamentos e demonstrações de sensibilidade com a forma com que o tema foi abordado.

A abertura para o diálogo durante e após a fala dos facilitadores permite colher os frutos do preparo feito desde o acolhimento, perpassando todas as metodologias de construção afetuosa e cuidadosa do momento pedagógico.

O profissional de saúde educador compreende neste momento quão importante, relevante e imprescindível é o diálogo para o aprendizado mútuo, quebrando o sistema vertical de educação no SUS e para o SUS, horizontalizando e democratizando o processo através da abertura de possibilidades para cada um existir neste espaço de acordo com sua perspectiva e singularidade.

Considerações finais

Portanto, foi possível alcançar o objetivo proposto pelo estudo, referente a descrição da experiência na execução de uma atividade educativa *online* sobre envelhecimento, realizando reflexões essenciais sobre esse processo e a relação da autoestima e do amor-próprio, como ferramentas para maximizar a qualidade de vida nessa fase da vida.

Além disso, por meio desta intervenção, pode-se constatar que os idosos possuíam formas singulares de autocuidado. Sendo assim, reforçado pelos profissionais residentes, com intuito de fomentar essas atividades e possibilitar o reconhecimento por parte do público-alvo, da importância que essas ações têm, sobre o processo de autocuidado, da autoestima e do amor-próprio, frente a todas as mudanças ocorridas com o processo de envelhecimento.

Além do mais, a atividade proporcionou um espaço de acolhimento que possibilitou a troca de vivências de maneira criativa e interativa. A educação em saúde para idosos por meio de recursos digitais, está sendo uma iniciativa impulsionada pelo cenário pandêmico que promove aprendizagem remota, mantendo o distanciamento recomendado para diminuir risco de contaminação. Importante ressaltar que vieram à tona temáticas que não eram tão debatidas para esse público, mas que passaram a ser discutidas com mais intensidade e superando as discussões exclusivas acerca de múltiplos processos de saúde e doença.

Por fim, ressalta-se que esta intervenção, contempla os eixos formativos do programa de residência multiprofissional, por pautar ações voltadas a tríade do ensino-saúde-comunidade, contribuindo com a formação dos profissionais residentes envolvidos e incentivando as mudanças na forma de realizar educação em saúde. Espera-se que esta experiência direcione a realização de novas práticas e estudos.

Referências

ADAMO, C. E. et al. Universidade aberta para a terceira idade: o impacto da educação continuada na qualidade de vida dos idosos. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 20, n. 4, p. 550-560, 2017.

AIGEN, K. S. *The study of music therapy: Current issues and concepts*. **Routledge**, 2014, 262 p.

ALMEIDA, P. M.; MOCHEL, E. G.; OLIVEIRA, M. S. S. O idoso pelo próprio idoso: percepção de si e de sua qualidade de vida. **Kairós gerontologia**, v. 13, n. 2, p. 99-113, 2011.

ANJOS, A. G. et al. Musicoterapia como estratégia de intervenção psicológica com crianças: uma revisão da literatura. **Gerais, Revista Interinstitucional de Psicologia**, Belo Horizonte, v. 10, n. 2, p. 228-238, 2017.

ARMOGATHE, J. R. Pascal e o amor-próprio. **Kriterion: revista de filosofia**, v.27, n.11, p.223-236,2006.

BAPTISTA, P. C. D.; ROLDÃO, F. D. Significações e sentidos de amor na terceira idade: a perspectiva de idosas da FAE sênior. **Caderno PAIC**, v.17, n.1, p.623-647, 2006.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Portaria nº 13 de 28 de novembro de 2017**. Aprova o Protocolo Clínico e Diretrizes Terapêuticas da Doença de Alzheimer. Diário Oficial da República Federativa do Brasil, Poder Executivo, DF, 2017. Disponível em: <<https://portalarquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2017/dezembro/08/465660-17-10-MINUTA-de-Portaria-Conjunta-PCDT-Alzheimer-27-11-2017---COMPLETA.pdf>>. Acesso em 01 mar 2021.

CACHIONI, M. et al. Metodologias e Estratégias Pedagógicas utilizadas por Educadores de uma Universidade Aberta à Terceira Idade. **Educação & Realidade**, Porto Alegre, v. 40, n. 1, p. 81-103, 2015.

EXTENSÃO. Universidade Estadual do Piauí(UESPI). uespi.br. 2021. Disponível em: <<https://www.uespi.br/site/wp-content/themes/uespi/extensao.html>>. Acesso em: Acesso em 28 mar. 2021.

FONSECA, C. C. et al. Autoestima e satisfação corporal em idosas praticantes e não praticantes de atividades corporais. **Revista de Educação Física/UEM**, Maringá, v. 25, n. 3, p. 429-439, 2014 .

GATO, J. M. et al. Saúde Mental e qualidade de vida de pessoas idosas. **Avances en Enfermería**, v. 36, n. 3, p. 302-310, 2018.

GUERRA, A. C. L. C; CALDAS, C. P. Dificuldades e recompensas no processo de envelhecimento: a percepção do sujeito idoso. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 15, n. 6, p. 2931-2940, 2010.

LLOYD-SHERLOCK, P. et al. Suportando o peso da covid-19: idosos em países de baixa e média renda. *BMJ* [Internet]. 2020. [cited 2020 Apr 03]:368:m1052. Available from: <https://dx.doi.org/10.1136/bmj.m1052>

LUZ, L. T. **Musicoterapia na qualidade de vida em idosos institucionalizados**. 2015. 111 f. Dissertação (Gerontologia Biomédica) – Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre. Disponível em: <<http://repositorio.pucrs.br/dspace/bitstream/10923/7550/1/000474469-Texto%2bCompleto-0.pdf>>. Acesso em: 25 mar. 2021.

MALLMANN, D. G. et al. Educação em saúde como principal alternativa para promover a saúde do idoso. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 20, n. 6, p. 1763-1772, 2015.

MEIRA, S. S. et al. Autoestima e fatores associados às condições sociais em idosos. **Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online**, v. 9, n. 3, p. 738-744, 2017.

NICOLATO, F. V.; SANTOS, C. M.; CASTRO, E. A. B. Autocuidado e vivências do envelhecer de cuidadores familiares de idosos: contribuições para enfermagem gerontológica. **Tempus Actas de Saúde Coletiva**, v. 11, n. 1, p. 169-186, 2017.

ONU. United Nations, Department of Economic and Social Affairs, Population Division. **World Population Prospects: the 2017 revision**. New York; 2017 [cited 2021 Mar 21]. Disponível em :<http://esa.un.org/unpd/wpp/>»http://esa.un.org/unpd/wpp/https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5661:folha-informativa-envelhecimento-e-

saude&Itemid=820. Acesso em: 25 mar. 2021.

RODRIGUES, L. R. et al. Análise do comportamento sexual de idosas atendidas em um ambulatório de ginecologia. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v.21, n.6, p.724-30,2018.

SANTOS, S. S. C. Concepções teórico-filosóficas sobre envelhecimento, velhice, idoso e enfermagem gerontogeriátrica. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 16, n. 6, p. 1035-1039, 2010.

SILVA, G. M. L.; CAMINHA, I. O.; GOMES, I. S. O corpo e o tempo: a percepção dos idosos de um grupo de convivência. **Pensar a Prática**, Goiânia, v. 16, n. 4, 2013.

SIMÕES, W. M. B.; MOREIRA, M. S. A importância dos atributos: acolhimento, vínculo e longitudinalidade na construção da função de referência em saúde mental na atenção primária à saúde. **Enfermagem Revista**, v. 16, n. 3, p. 223-239, 2013.

TAVARES, R. E. et al. Envelhecimento saudável na perspectiva de idosos: uma revisão integrativa. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro, v. 20, n. 6, p. 889-900, 2017.

VERAS, R. P.; OLIVEIRA, M. Envelhecer no Brasil: a construção de um modelo de cuidado. **Ciência & Saúde Coletiva**. v. 26, n. 6, p. 1929-1936, 2018.

VISCARDI, A. A. F; CORREIA, P. M. S. Questionários de avaliação da autoestima e/ou da autoimagem: vantagens e desvantagens na utilização com idosos. **Revista Brasileira de Qualidade de Vida** v. 9, p. 261-80, 2017.

TAVARES, D. M. S, et al. Qualidade de vida e autoestima de idosos na comunidade. **Ciência & Saúde Coletiva**. v. 21, n. 11, p. 3557-64, 2016.

IDOSO E A ATIVIDADE FÍSICA: FATORES FAVORÁVEIS À ADESÃO E PERMANÊNCIA NO PROJETO DE EXTENSÃO NÚCLEO DE ATIVIDADE FÍSICA DA TERCEIRA IDADE (NUTI) EM TERESINA-PI

Joerbethe da Silva Oliveira

Emmanuel Wassermann Moraes e Luz

DOI: 10.29327/559569.1-7

Introdução

Sabe-se que a expectativa de vida vem aumentando no Brasil em função do seu desenvolvimento técnico científico, especialmente nas áreas da saúde. Dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) indicam em 2030, 41,5 milhões de brasileiros terão 60 anos ou mais (INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA, 2015). Em função disso, especialistas têm voltado sua atenção para o envelhecer saudável (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2015).

Para tanto, vem crescendo as recomendações para um estilo de vida mais saudável na terceira idade (COSTA, 2017). Dentre estas recomendações está a prática de exercícios físicos que, mesmo que não consiga interromper o processo biológico de envelhecimento, têm potencial para minimizar os efeitos fisiopatológicos e a progressão de doenças crônicas relacionadas à idade (BOOTH et. al, 2012; CAMPOS et al, 2014; FERREIRA et al, 2017).

Com isto, surge a necessidade da criação de políticas públicas no intuito de estabelecer novas vivências e perspectivas de atendimento a essa população nos que diz respeito ao lazer, trabalho, saúde, educação, dentre outros. Entretanto, observa-se que pouco tem sido feito para essa inserção da pessoa idosa nas diversas esferas da sociedade, ficando difícil atender às expectativas dos mesmos nessa etapa do desenvolvimento humano.

Em âmbito acadêmico, diversas variáveis representam incógnitas ainda nos estudos envolvendo o indivíduo idoso. Uma delas recai sobre o desenvolvimento e a oferta de programas de atividades físicas e o incentivo à prática regular dessas atividades, tendo em vista a necessidade de atender a esta demanda. Alguns estudos já têm evidenciado os benefícios obtidos pela prática de atividades físicas pelas pessoas idosas, destacando-se aquelas que

agem na melhoria da capacidade funcional (CARDOSO, et al., 2008), equilíbrio (FIGLIOLINO et al., 2009), força (PEDRINELLI et al., 2009), qualidade de vida (TOSCANO; OLIVEIRA, 2009) e redução da incidência de quedas (ROGATTO; CANDOLO; BRÊTAS, 2011).

Apesar da grande ascensão dos meios tecnológicos, muitos idosos ainda não têm acesso a certos equipamentos, por exemplo, um smartphone. Observa-se também que são poucas as informações necessárias para os mesmos se inserirem em programas de atividades físicas. Torna-se de real valor os estudos que tratam não só da inserção da pessoa idosa em práticas regulares de atividades físicas, como também, aqueles que apresentam iniciativas para democratizar o acesso à informação e a inclusão em programas já estabelecidos.

No que tange aos estudos que focalizam os fatores determinantes para a adesão de idosos a programas de exercícios físicos, tem-se ressaltado que esses estão associados, principalmente, à promoção da saúde e à busca pelo atendimento a ordens médicas (GOMES; ZAZA, 2009; EIRAS et al., 2010). Percebe-se que a maioria dos idosos que aderem aos programas de exercícios físicos, além da busca dos fatores supracitados acima, outro fator é a interação social.

Os motivos pelos quais se decidiu realizar um estudo investigativo sobre a terceira idade, estão relacionadas com o grande número de idosos que se encontram “isolados”, “esquecidos”, principalmente no âmbito familiar, tendo em vista que o apoio da família é essencial para uma melhor autoestima, autonomia, e bem-estar por parte dessa população. Outro propósito foi uma curiosidade em saber quais motivos que fazem as pessoas idosas a aderirem e permanecerem em programas de atividades físicas.

Desse modo, este estudo tem como objetivo geral investigar os principais fatores à adesão e permanência dos idosos no projeto de extensão núcleo de atividade física da terceira idade (NUTI) e como objetivos específicos, descrever os fatores que contribuem para a participação dos idosos no projeto; identificar aspectos motivacionais para as práticas das atividades e descrever os fatores que levaram a adesão e permanência ao NUTI.

Metodologia

Trata-se de uma pesquisa descritiva de campo quali-quantitativa, da qual foram entrevistados 20 idosos com faixa etária de 50 a 85 anos do projeto de extensão da Universidade Estadual do Piauí-UESPI. Este, é um projeto que atende cerca de 250 pessoas, buscando proporcionar uma melhor qualidade de vida por meio da participação em atividades físicas, culturais e de lazer. Foi implantado em maio de 2003, motivado pelo aumento da expectativa de

vida da população e a conseqüente necessidade de incentivo à adoção de uma alimentação mais equilibrada aliada à prática regular de atividades físicas. O objetivo é garantir o envelhecimento ativo e saudável com atividades junto à sociedade, proporcionando a elevação da autoestima. As atividades são desenvolvidas por alunos extensionistas dos cursos de Educação Física e Medicina. O núcleo funciona com encontros duas vezes por semana, com duração de uma hora/aula, nos turnos manhã e tarde. Nas aulas são desenvolvidas atividades físicas como: ginástica localizada, recreativa e aeróbica de baixo impacto, utilizando materiais alternativos como bola, toalha, bastões, halteres e elástico; além da dança e de jogos recreativos. Ações sociais também fazem parte da programação do NUTI, destacando-se as comemorações de datas, passeios e palestras.

Os idosos foram informados sobre a pesquisa e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido em duas vias, ficando uma de posse dos mesmos e outra dos pesquisadores.

O instrumento de coleta de dados foi um questionário adaptado sobre motivação para a prática de atividades físicas na terceira idade, com um rol das principais variáveis de adesão e permanência, segundo ordem de prioridade. A escala de frequência dos praticantes foi trabalhada em três dimensões. Na primeira, foram observadas as frequências dos sujeitos sobre os motivos de adesão, segundo os vinte três itens a serem respondidos. Os itens foram construídos considerando-se as dimensões relacionadas à saúde, à qualidade de vida, à prática de exercícios físicos, aos aspectos psicossociais, ao bem-estar, ao professor, ao uso do tempo e à influência da mídia.

Na segunda dimensão, foram trabalhadas as frequências dos praticantes segundo os motivos de permanência, em que foram contemplados vinte e sete itens sobre a prática do exercício destacando-se: saúde, bem-estar, ambiente da prática, aspectos psicossociais, qualidade do corpo docente e funcionários, e os valores estéticos.

Na terceira dimensão, foram observadas as frequências dos sujeitos quanto ao grau de importância de adesão ao projeto, numa escala de 4 pontos, dos quais, I sem importância, II pouco importante, III importante e IV importantíssimo. Os dados foram colhidos diretamente dos respondentes, levantados por meio de um questionário com perguntas feitas de forma escrita, sobre o que os levou a iniciar e a permanecer no Programa. Participaram da coleta de dados 02 (dois) estagiários treinados e coordenados pela equipe de pesquisa.

Para a aplicação do questionário, ocorreu agendamento individualizado com uma semana de antecedência da coleta. Os instrumentos foram explicados aos idosos no dia da coleta, onde foram feitas no período da manhã. Os resultados

obtidos foram expressos através de quadros e tabelas elaborados a partir do programa Microsoft Office Excel. O método de análise apresentado permitiu uma aproximação ao conteúdo e à estrutura própria da investigação descritiva, associada às técnicas qualitativas e quantitativas de análises.

Resultados e Discussão

O Quadro 1 revela que independentemente do tipo de sujeito de pesquisa, houve predominância do sexo feminino com 100%, em relação a faixa etária, a maior prevalência encontrada foi de pessoas com idade entre 61 e 70 anos de idade.

Quanto a escolaridade, 60% dos idosos têm ensino médio completo ou incompleto; 35% possuem ensino superior completo ou incompleto e 5% possuem ensino fundamental completo ou incompleto.

Todos os participantes do estudo são mulheres frequentadoras do projeto de atividades físicas oferecidas pela UESPI, fato este que pode estar relacionado a feminização no envelhecimento. Com a diminuição das taxas de mortalidade materna e de fertilidade por mulher, associado às melhorias do padrão de vida das pessoas de meia idade, houve a extensão da sobrevida na velhice, principalmente das mulheres, que já vinham mais protegidas em relação aos fatores de risco (NERI, 2007).

De acordo com Nicodemo e Godoi (2010), as mulheres constituem a maioria da população idosa em todas as regiões do mundo, e as estimativas são de que as mulheres vivam, em média, de cinco a sete anos a mais que os homens. De acordo com os dados recenseados do Brasil, o contingente feminino de mais de 60 anos de idade passou de 2,2% em 1940 para 4,7% em 2000; e 6% em 2010 (IBGE, 2010). Dados semelhantes podem ser observados em um dos estudos de Mazo, Lopes e Benedetti (2001), no qual a amostra foi composta de 88,3% mulheres idosas e apenas 11,7% homens idosos; no estudo de Freitas et al. (2007), as mulheres totalizaram 69,2% da amostra; e no estudo de Cardoso et al. (2008), as mulheres também eram maioria, com 84,6% idosas e 15,4% idosos. Um dos motivos para explicar essa diferença pode ser pelo diferencial de mortalidade, que determina uma vida média mais elevada para as mulheres. Deve-se considerar o horário e quais atividades são oferecidas pelo projeto e a possibilidade desses fatores favorecerem a participação do público feminino.

Quadro 1. Variáveis utilizadas para a identificação dos participantes do Projeto Núcleo de Atividade Física da Terceira Idade. Teresina, 2018

VARIÁVEIS	CATEGORIZAÇÃO	(%)
Sexo	1. Feminino	100%
	2. Masculino	---
Idade	1. 50 – 60 anos	5%
	2. 61 – 70 anos	65%
	3. 71 – 85 anos	30%
Raça/Cor	1. Branca	10%
	2. Preta	20%
	3. Amarela	5%
	4. Parda	65%
	5. Indígena	---
	6. Outras	---
Escolaridade	1. Ensino Fundamental (Completo ou Incompleto)	5%
	2. Ensino Médio (Completo ou Incompleto)	60%
	3. Ensino Superior (Completo ou Incompleto)	35%
	4. Pós-Graduação (Completa ou Incompleta)	---
Doenças	1. Ausência de doença	50%
	2. Hipertensão	---
	3. Diabetes	10%
	4. Doenças do coração	10%
	5. Câncer	---
	6. Outras	10%
	7. Mais de uma doença	20%
Tempo no programa	1. Até 2 anos	---
	2. 3 – 5 anos	55%
	3. 6 anos ou mais	45%
Frequência de participação	1. Menor que 3 dias	60%
	2. 3 dias	40%

Fonte: (PESQUISA DIRETA, 2018)

Ainda neste quadro, a maioria dos participantes da pesquisa se auto referiram em relação a raça/cor como sendo pardas (65%), seguidas de pessoas que se consideram brancas (10%) e negras (20%). Mais de 50% apresentaram entre 3 a 5 anos de tempo de participação no projeto e 60% frequentam menos de 3 dias ao projeto.

Quanto a escolaridade (60%) dos idosos indicaram ter ensino médio completo ou incompleto e apenas (5%) indicaram ter ensino fundamental completo ou incompleto. O fato da maioria dos idosos ter um grau completo do ensino médio pode estar relacionado com o ambiente que os mesmos frequentam o projeto, que é a Universidade Estadual.

Sobre a presença de doenças na população estudada, 50% afirmaram ausência de doença. Dos que afirmaram apresentar alguma doença, 10% diabetes, outras 10% doenças do coração e 10% outras doenças. A população estudada não apresentou doenças como hipertensão e/ou câncer e 20% informaram ter mais de uma doença.

Dentre os seis motivos mais apontados à adesão (Tabela 1), adotar um estilo de vida saudável foi o mais prevalente (100%), seguido de gostar de praticar exercícios (95%), aumentar seus conhecimentos na área da saúde (90%), melhorar seu desempenho físico (85%), melhorar a saúde (80%) e relaxar/reduzir o nível de estresse (80%). Os motivos que menos influenciaram os participantes do estudo na adesão ao projeto foram: localização do programa (35%), influência da televisão/mídia (20%) e período do ano (20%).

Comparando esses motivos com o estudo de Freitas et al. (2007), observou-se algumas categorias semelhantes como “motivos ligados a mídia” como a que menos influenciou os idosos a aderirem práticas de atividades físicas. Pode ser que a maioria dos idosos ainda não tenham acesso aos meios midiáticos, seja por meio das redes sociais, programas televisivos, jornais, revistas, dentre outros. Ou então a pouca divulgação por parte da mídia, favorecendo somente a comunidade que se encontra nas circunscrições do projeto.

Comparando com estudo de Freitas et al. (2007), observam-se resultados com o percentual superior no motivo de adesão: adotar um estilo de vida saudável e inferior no motivo melhorar a saúde, uma vez que quando comparado com os dois motivos de adesão, coincidiram com os da pesquisa os seguintes: adotar um estilo de vida saudável (100%), melhorar a saúde (80,2%). Os idosos estão cada vez mais ativo e cuidando da saúde, ao invés de passar horas em casa, estão participando de projetos e atividades culturais que contribuem para a melhoria da qualidade de vida.

Tabela 1. Motivos de Adesão ao Projeto Núcleo de Atividade da Terceira Idade. Teresina, 2018

MOTIVOS	N	%
Adotar um estilo de vida saudável	20	100
Gostar de praticar exercícios (hábito)	19	95
Aumentar seus conhecimentos na área da saúde	18	90
Melhorar seu desempenho físico	17	85
Melhorar a saúde (doenças)	16	80
Relaxar/ reduzir o nível de estresse	16	80
Confiança e compromisso da equipe e professor	15	75
Melhorar a autoestima	14	70
Apoio social dos amigos e colegas	14	70
Melhorar a autoimagem	13	65
Tempo disponível para a prática	13	65
Gostar de desafios	13	65
Para sair de casa	13	65
Aconselhamento médico	12	60
Recuperar-se das atividades do trabalho diário	11	55
Atividades oferecidas pelo programa (ginástica/corrida)	11	55
Apoio social da equipe e professor	11	55
Recuperação de lesões	9	45
Ampliar a rede social	9	45
Apoio social do (a) cônjuge e família	9	45
Localização do programa (acesso)	7	35
Influência da televisão/mídia	4	20
Período do ano (verão/inverno)	4	20

Legenda: **N** (número de participantes) % (resultado em porcentagem)

Fonte: (PESQUISA DIRETA, 2018)

Deschamps et al. (2009) chamam a atenção para a necessidade de ampliar o conhecimento sobre os variados motivos que contribuem para os indivíduos serem praticantes ativos de exercícios físicos no momento atual, para que se possa auxiliar na formulação de estratégias futuras mais eficazes, justamente para ampliar a adesão.

No perfil motivacional apresentado, a saúde foi apontada como o principal fator de adesão ao programa de exercícios físicos e este resultado corrobora outras investigações realizadas com idosos, quando a maioria é motivada pela manutenção da saúde e de bom nível de aptidão física para a saúde (FREITAS et al., 2007).

A Tabela 2 apresenta os motivos que favoreceram a permanência dos participantes ao projeto NUTI. Observou-se que os principais motivos foram: sensação de bem-estar proporcionado pelo exercício (85%), seguido de aumentar o bem-estar corporal (80%), círculo de amizades (80%), melhorar a postura (75%), por causa da alegria proporcionada no ambiente (75%) e liberar energias (75%).

Tabela 2. Motivos de Permanência ao Projeto Núcleo De Atividade Física da Terceira Idade. Teresina, 2018

MOTIVOS	N	%
Sensação de bem-estar proporcionado pelo exercício	17	85
Aumentar o bem-estar corporal	16	80
Círculo de amizades	16	80
Melhorar a postura	15	75
Por causa da alegria proporcionada no ambiente	15	75
Liberar energias	15	75
Sentir-se realizado	14	70
Reduzir o nível de estresse	14	70
Por causa dos incentivos do professor	14	70
Manter-se em forma	14	70
Prazer da prática	13	65
Por causa da atenção do professor	13	65
Conhecer seus limites	12	60
Sensação de bem-estar proporcionado pelo ambiente	12	60
Por causa da atenção da equipe do local	12	60
Segurança do local da prática	11	55
Ficar mais forte	11	55
Incentivo/apoio dos amigos e colegas	10	50
Atividades oferecidas e materiais utilizados	9	45
Facilidade de acesso	9	45
Aumentar o contato/rede social	9	45
Recuperar-se das atividades do trabalho diário	8	40
Melhorar a aparência	8	40
Por causa do local da prática	6	30
Incentivo/apoio do (a) cônjuge e família	6	30
Ter status social	5	25
Emagrecer	5	25

Legenda: N (número de participantes) % (resultado em porcentagem)

Fonte: (PESQUISA DIRETA, 2018)

Segundo Freitas et al. (2007) os principais motivos que levam os idosos a permanecer num programa de atividade física são: melhorar a postura (75%); promover o bem-estar (74,2%); manter-se em forma (70,8%); sentir prazer (66,7%); ficar mais forte e receber incentivos do professor (62,5%); sentir bem-estar provocado pelo ambiente (60%); sentir-se realizado e receber atenção do professor (57,5%).

Já no estudo de Eiras et al. (2010) os motivos mais citados para que os idosos se mantivessem na prática das atividades foram: promoção da saúde, bem estar, gosto pela atividade física, socialização, oportunidade de sair de casa, apoio dos parentes e\ou amigos e proximidade da moradia do local da prática.

Comparando com o estudo de Freitas alguns elementos apresentam percentuais semelhantes, onde observa-se que os idosos na capital Teresina a cada dia estão “ativamente dispostos” a manter a saúde, interagir no meio social e que apesar de algumas dificuldades seguem a incessante busca por uma qualidade de vida na “melhor idade”.

A seguir (Tabela 3) serão apresentados os resultados referentes aos motivos de adesão ao Projeto NUTI da cidade de Teresina-PI de acordo com a classificação de importância de cada um destes motivos, sendo elas: Sem Importância, Pouco Importante, Importante e Importantíssimo. Observou-se que os principais motivos que levaram os participantes a aderirem ao Projeto NUTI foram: Aconselhamento Médico (80%), Confiança e compromisso da equipe e professor (65%) e Apoio social do(a) cônjuge e família (65%).

Diferente do estudo de Francisco (2010), no qual os principais motivos de adesão quanto ao grau de importância foram: adotar um estilo de vida saudável (80,8%) e melhorar a autoimagem (69,2%). Acrescenta-se que os idosos do estudo de Francisco (2010), estavam vinculados a práticas de atividades físicas nas ATÍ's (Academias da Terceira Idade) da cidade de Londrina/PR.

Enquanto os motivos que menos influenciaram os participantes na adesão ao Projeto NUTI foram: Período do ano (45%) e Recuperar-se das atividades do trabalho diário (40%).

Tabela 3. Classificação quanto ao grau de importância à adesão ao Projeto Núcleo de Atividade Física da Terceira Idade. Teresina, 2018

DETERMINANTES	I	II	III	IV
Adotar um estilo de vida saudável	---	10%	40%	50%
Gostar de praticar exercícios (hábito)	---	5%	60%	35%
Aumentar seus conhecimentos na área da saúde	5%	15%	45%	35%
Melhorar seu desempenho físico	10%	30%	50%	10%
Recuperação de lesões	15%	25%	25%	35%
Melhorar a saúde (doenças)	---	---	45%	55%
Aconselhamento médico	5%	5%	80%	10%
Melhorar a autoimagem	10%	10%	45%	35%
Melhorar a autoestima	5%	10%	40%	45%
Relaxar/ reduzir o nível de estresse	5%	25%	30%	40%
Recuperar-se das atividades do trabalho diário	10%	40%	40%	10%
Influência da televisão/mídia	30%	35%	35%	---
Tempo disponível para a prática	---	30%	45%	25%
Período do ano (verão/inverno)	10%	45%	30%	15%
Localização do programa (acesso)	5%	20%	50%	25%
Atividades oferecidas pelo programa (ginástica/corrida)	---	---	50%	50%
Apoio social dos amigos e colegas	5%	30%	30%	35%
Ampliar a rede social	30%	25%	30%	15%
Apoio social do (a) cônjuge e família	---	---	35%	65%
Apoio social da equipe e professor	---	30%	30%	40%
Confiança e compromisso da equipe e professor	---	---	65%	35%
Gostar de desafios	---	---	40%	60%
Pra sair de casa	---	25%	50%	25%

Legenda: I (Sem Importância); II (Pouco importante); III (Importante); IV (Importantíssimo)

Fonte: (PESQUISA DIRETA, 2018)

Os achados deste estudo demonstram que os idosos apresentam diferentes fatores e altos índices motivacionais para a adesão e permanência em um projeto de atividades físicas. Porém, a adesão e permanência na prática

acontece de forma associada a uma oportunidade, ou seja, para que haja inserção e continuidade em projetos de exercícios físicos, há necessidade de serem oferecidos tais programas para os idosos.

Considerações Finais

O idoso, nesse estudo, foi analisado sob o prisma da vontade de viver digna e saudavelmente, tendo como referência os motivos que o levaram a sair do sedentarismo para uma vida ativa, como uma alternativa de aderir a um programa de exercícios; e entender o porquê do hábito saudável de sua permanência.

Os motivos mais importantes para a adesão dos idosos pesquisados foram: “adotar um estilo de vida saudável”, seguido de “gostar de praticar exercícios”. Percebe-se através das respostas obtidas que os idosos pesquisados se preocupam e buscam melhorar a saúde, apesar de toda a dificuldade encontrada com o processo natural do envelhecimento.

Os motivos mais relevantes para a permanência dos idosos pesquisados foram: “bem-estar corporal”, “círculo de amizade”. Depois, em números iguais, as opções assinaladas foram: “melhorar a postura”, “por causa da alegria proporcionada no ambiente” e “liberar energias”.

Algumas considerações podem ser feitas através desses resultados, como a necessidade de mais estudos que abordem essa temática para que se desenvolva e/ou aprimorem as estratégias de maneira a atender melhor os anseios da população idosa.

Sugere-se a realização desta pesquisa com idosos de outras regiões e em quantidades maiores, para maior percepção dos motivos de adesão e permanência do idoso na prática de qualquer atividade física. Também é importante realizar pesquisas semelhantes com pessoas de faixa etária diferente, pois é de fundamental importância.

Referências Bibliográficas

BOOTH, F.W. et al. Waging war on modern chronic diseases: primary prevention through exercise biology. **Journal of Applied Physiology**, v.88, n.2, p.774-787, 2012.

CAMPOS, A. C. V. et al. **Qualidade de vida de idosos praticantes de atividade física no contexto da estratégia saúde da família**. *Texto Contexto Enferm*, v. 23, n. 4, p. 889-97, 2014.

CARDOSO A. S. et al. Fatores influentes na desistência de idosos em um programa de exercício físico. **Rev Mov** 2008;14(1):225-39.

COSTA, A. S. **Estratégia nacional para o envelhecimento ativo e saudável 2017-2025**, 2017. Disponível em: <https://www.sns.gov.pt/wpcontent/uploads/2017/07/ENEAS.pdf>>. Acesso em:05 de junho de 2019.

DESCHAMPS, S.R. et al. Motivos, interesses e atitudes para a prática físico desportiva dos universitários de Educação Física. **Rev bras educ fís esp**. 2009; 23(1):51-9

FERREIRA, M. C.G. et al. Representações sociais de idosos sobre qualidade de vida. **Rev Bras Enferm**. v. 70, n. 4, p. 840-7, 2017.

FIGLIOLINO, J. A. M. et al. Análise da influência do exercício físico em idosos com relação a equilíbrio, marcha e atividade de vida diária. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro, v.12, n. 2, p. 227-238, 2009.

FRANCISCO, S. A. **Fatores de aderência e manutenção à prática de atividade física dos idosos frequentadores das academias da terceira idade na cidade de Londrina/PR**. Trabalho de conclusão de curso. Curso de bacharelado em Educação Física e Esporte. Universidade Estadual de Londrina, 2010.

FREITAS, C. M. et al. Aspectos motivacionais que influenciam a adesão e manutenção de idosos a programas de exercícios físicos. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**. 2007. 9 (1): 92-100.

GOMES, K. V; ZAZÁ, D. C. Motivos de adesão à prática de atividade física em idosos. **Rev bras ativ fís saúde** 2009; 14(2): 132-38.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Censo demográfico**, 2010. Disponível em:<http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/censo2010/default.shtm>. Acesso em: 14 de maio de 2019.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Mudança Demográfica no Brasil no Início do Século XXI Subsídios para as projeções da população**. 2015. Disponível em:< <http://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv93322.pdf> .> Acesso em: 20 set. 2018.

NERI, A. L. **Qualidade de vida e idade madura**. Campinas (SP): Papirus; 2007.

NICODEMO, D.; GODOI, M. P. Juventude dos anos 60-70 e envelhecimento: estudo de casos sobre feminização e direitos de mulheres idosas. **Revista Ciência em Extensão** v.6,nº.1,2010.Disponívelem:http://ojs.unesp.br/index.php/revista_proex/article/view/324/341. Acesso em: 20 de abril de 2019.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Relatório mundial de envelhecimento e saúde**, 2015. Disponível em: < <http://sbgg.org.br/wp-content/uploads/2015/10/OMSENVELHECIMENTO-2015port.pdf>>. Acesso em: 07 de março de 2019.

PEDRINELLI, A. et al. O efeito da atividade física no aparelho locomotor do idoso. **Rev. bras. ortop.**, Abr 2009, vol.44, no.2, p.96-101. ISSN 0102-3616.

TOSCANO, J. J. O.; OLIVEIRA, A. C. C. Qualidade de vida em idosos com distintos níveis de atividade física. **Rev bras med esporte** 2009;15(3):169-73.

ROGATTO, V.; CANDOLO. P. C.; BRÊTAS, C. Nível de atividade física e sua relação com quedas acidentais e fatores psicossociais em idosos de centro de convivência. **Rev. bras. geriatr. gerontol.**, 2011, vol.14, no.3, p.521-533. ISSN 1809-9823.

IDOSOS NA EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS: PERCEPÇÕES E DISCUSSÕES

Fabiana Rodrigues de Abreu

Camila Siqueira Cronemberger Freitas

DOI: 10.29327/559569.1-8

Introdução

O Processo de envelhecimento denota uma conquista cultural da sociedade, pois reflete em melhores condições na promoção da qualidade de vida da população. Nos últimos anos o número de pessoas acima de 60 anos vem aumentando significativamente e de acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), em seu último censo do ano de 2010, traz a soma de 23,5 milhões de brasileiros acima dos 60 anos.

As oportunidades que essa evolução demográfica apresenta são infindáveis, principalmente no que tange as contribuições que uma população em envelhecimento, social, economicamente ativa, segura e saudável pode trazer à sociedade, o que faz luz a reflexão sobre como esses números corroboram com a necessidade de construções de políticas públicas pensadas para o público idoso (BRASIL, 2013).

Diante dessa realidade, novas necessidades são demandadas por este público, desde aspectos relacionados à mobilidade e acesso às informações a serviços, segurança, saúde preventiva e educação. Dentre estes aspectos, a educação apresenta-se como um dos maiores índices de procura das pessoas na terceira idade que objetivam não só a alfabetização, aquisição de conhecimentos ou a conclusão dos estudos, mas melhores condições de trabalho ou vivenciar novas oportunidades com a aposentadoria.

Para tanto, o presente estudo buscou atentar-se para o seguinte questionamento: Quais as expectativas dos alunos idosos acerca de seu processo de aprendizagem na modalidade de ensino para jovens e adultos?

E tendo em vista responder este questionamento, propôs-se como objetivo geral: Investigar as expectativas dos alunos idosos acerca de seu processo de aprendizagem na modalidade de ensino para jovens e adultos. De maneira específica, buscou-se compreender as percepções dos alunos idosos sobre sua inserção na modalidade de Educação de Jovens e Adultos e identificar as possíveis estratégias de ensino e aprendizagem que favoreçam o processo de aprendizagem de conteúdos escolares por parte dos idosos.

Desenvolvimento

O estudo apresenta uma abordagem qualitativa de cunho descritivo e exploratório e como recurso investigativo utilizou-se a entrevista semiestruturada com seguintes questões norteadoras: Motivos que os levaram a procurar a Educação de Jovens e Adultos; Dificuldades na Educação de Jovens e Adultos; Expectativas e planos com a formação; Rotina de estudos e estratégias de aprendizado; Melhorias para o aprendizado. O estudo foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual do Piauí, CEP-UESPI com CAEE: 66475417.7.0000.5209.

Realizada com 10 (dez) participantes com idade acima de 60 anos, descritos por nomes fictícios (João, Maria, Francisco, Amélia, Antônio, Laura, Antônia, Cláudia, Sueli e Sara), que estudavam na Educação Básica, nos níveis de Ensino Fundamental e Ensino Médio, na modalidade de Ensino Jovens e Adultos (EJA) em 2 (duas) escolas da rede pública no município de Teresina-Piauí, tendo como critérios de inclusão alunos acima de 60 anos que estivessem matriculados e frequentando regularmente a instituição de ensino e exclusão alunos fora da faixa etária, no qual foi constatado junto à direção que não frequentavam regularmente às aulas.

Para análise dos resultados foi utilizado como referencial a Análise de Conteúdo de Bardin e as entrevistas foram gravadas mediante consentimento dos participantes e transcritas para posterior categorização e análise.

Diante dos dados coletados foram construídas 4 (quatro) categorias temáticas: Em busca de aquisição de novos conhecimentos com a Educação de Jovens e Adultos; Antecedentes históricos sobre a dificuldade em prosseguir com os estudos; Novas exigências e possibilidades para atuar no mercado de trabalho; Rotina do aluno idoso e propostas de melhorias no aprendizado.

Em busca de aquisição de novos conhecimentos com a Educação de Jovens e Adultos Unicovsky (2004), destaca que o processo de ensino-aprendizagem tem como objetivo proporcionar ao aluno idoso reflexões sobre seu ambiente concreto, das suas vivências e de sua realidade mais próxima. E este ator social investe na busca por esse conhecimento, sendo a educação considerada, portanto, um dos meios para que os idosos possam vencer os desafios impostos pela idade e pela sociedade, propiciando-lhes o aprendizado de novos conhecimentos e oportunidades em busca de seu bem-estar físico e emocional.

Ao analisar as entrevistas foi possível compreender quais as motivações que os alunos idosos manifestaram ao se inserir na Educação de Jovens e Adultos, principalmente no que se refere aos seus interesses em busca da alfabetização, aquisição de novos conhecimentos ou conclusão dos estudos. Como ressaltado nas falas a seguir:

[...] é meu plano mesmo é aprender a ler, que eu não sei ler né e nem escrever [...] (Laura, 63 anos).

[...] pra mim aprender mais, por que eu parei na quarta e não tinha a oportunidade de estudar, aí agora eu tenho mais oportunidade e voltei a estudar novamente [...] (Maria, 62 anos).

Os participantes apresentaram grandes expectativas sobre sua inserção na modalidade de ensino EJA, o que confirma as considerações de Unicovsky (2004), sobre a aprendizagem como um processo de permanente construção que se inicia ao nascer e se prolonga em todas as fases da vida, onde o indivíduo acredita em suas potencialidades.

Desta forma, o aluno idoso que em sua maioria, já possui uma bagagem histórica, perfazendo seu caminho por diversas fases de vida, tais como: infância, adolescência e adulta, apresentando-se como um sujeito autônomo e singular frente a essa nova realidade educacional de conhecimento.

Em seus estudos Arruda e Avansi (2014), perceberam que para a maioria dos alunos idosos sua grande preocupação é voltar à escola para aprender a ler e escrever, já que não conseguiram terminar seus estudos anos atrás ou por simplesmente ter que aprender tudo novamente, pois há muitas mudanças nos métodos de ensino, o que corrobora com as informações coletadas citadas acima, já que estes alunos relatam seus interesses na busca por este conhecimento na Educação de Jovens e Adultos.

O analfabetismo de jovens e adultos no Brasil vem sendo reduzido, passou de 11,5% no ano de 2004 para 8,7% no ano de 2016, sendo de forma mais intensa nas regiões Norte e Nordeste, onde estão localizados os maiores índices de analfabetismo do país. Percebe-se que dentre as razões que levaram os alunos idosos a procurar a EJA, estão a busca pela alfabetização e a identificação das limitações proporcionadas pela falta de ensino (MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO, 2017).

[...] muitas vezes você fica com vergonha, por que muitas vezes, muitas a pessoa pede para você ler uma coisa e você não sabe, aí eu me sinto com vergonha, agora que eu to começando a aprender, eu já sei umas palavrinhas, antigamente eu não sabia quase nada [...] (João, 60 anos).

[...] eu fui motivado através de uma matéria no jornal que passou na TV de crianças que estava no interior e acordava quatro horas da manhã para ir pra o colégio estudar, enquanto a gente mora praticamente

dentro do colégio e não tem aquela coragem de dizer eu vou sair hoje e procurar algo bom pra mim que pode servir lá na frente que é dentro de casa que eu moro aqui perto, poucos metros [...] (Francisco, 60 anos).

[...] pra mim melhora muito por que ai eu para assim de ingulir letra, por que sempre é danado para ingulir letra, vou continuar fazendo umas letras melhor, vou continuar fazendo um texto mais perfeito né, aprender pra mim é maravilhoso, como para todo mundo né, eu creio que seja [...] (Antônia, 64 anos).

[...] Como eu falei, aqui eu to pra terminar só o Ensino Médio...”; [...] eu não quero mais trabalhar [...]; [...] eu não sou aquela pessoa de tá em cima de livro, eu gosto de estudar, gosto de aprender, gosto de falar direito [...] (Sara, 63 anos).

A falta de escolarização apresenta consequências ao longo da vida de jovens, adultos e idosos. Com o avanço das tecnologias de ensino, cresce em contrapartida o preconceito e a discriminação, o que pode acarretar sentimento de vergonha por parte destes alunos por não corresponderem às expectativas da sociedade, assim como podem passar por situações constrangedoras em seu cotidiano, podendo atrapalhar na aquisição de conhecimentos, na assiduidade deste aluno e em sua produtividade (FERRARO; KREIDLOW, 2004; MARQUES; PACHANE, 2010).

Segundo Oliveira e Oliveira (2008), percebe-se que por meio da educação o aluno idoso passa a refletir sobre sua vida, desenvolve e amplia suas habilidades, elabora novos objetivos e traça novas estratégias para alcançá-los, como salientado por Francisco que procura essa qualificação, visando que esta contribua no ramo profissional.

[...] para me qualificar e também com certeza a empresa que a gente entrar, conseguir se encaixar ela venha crescer né, é isso também, influi muito no que a gente está querendo mesmo que é o conhecimento [...] (Francisco, 60 anos).

Com esse intuito a formação de alunos idosos surge com a condição de permitir aos idosos acompanharem as constantes evoluções da sociedade, adaptando-se e participando ativamente desse ritmo acelerado de mudanças, reforçando a participação e integração dos idosos na sociedade, indo contra as possíveis negatividades estereotipada para com a pessoa idosa (OLIVEIRA; OLIVEIRA, 2008).

Assim ao indagá-los sobre suas motivações, percebe-se que a aquisição de novos conhecimentos, permeia por todo o discurso dos participantes, trazendo assim, reflexões sobre como este conhecimento está sendo repassado e quais as implicações nesse processo de ensino-aprendizagem.

Antecedentes históricos sobre a dificuldade em prosseguir com os estudos

De acordo com Maques e Pachane (2010) a educação apresenta-se como importante pilar para o desenvolvimento da consciência cidadã, seja em ambiente formal ou informal de ensino, na qual propõe-se a ser ponto de partida, para uma ação reflexiva sobre o processo de historicidade do indivíduo. Portanto, seguindo essa via de processo de formação, muitos são os percalços, em específico aos participantes que ressaltam com base em sua história de vida, sobre como se deu seus primeiros contatos com o ambiente escolar e quais foram os impedimentos.

[...] olha pra começar eu comecei a estudar [...], [...] ia fazer onze anos de idade na época e fiz seis anos consecutivos, era primeira série, primário, tinha primeira, segunda, terceira, quarta série e fiz a quinta e a sexta também, então fiquei, parei e depois veio o trabalho, cinco anos depois o casamento, primeira vez, voltei a estudar foi em 2006, aí conclui o ensino fundamental sétima e oitava série e logo depois o primeiro ano do ensino médio, então veio uma proposta de trabalho muito longe de casa, já quase saindo de Teresina, então era muito longe moro na zona norte, ficava muito ao sul de Teresina e aí dependendo de condução na época, não tinha transporte próprio, chegava tarde do trabalho e consequência disso foi a desistência, parei de estudar novamente e só agora este ano estou retornando [...] (Antônio, 60 anos).

Essa evasão escolar apresenta-se como um desafio para a escola, os pais e para o sistema educacional, que buscam de estratégias que mantenham esses alunos motivados dentro do ambiente escolar. Os alunos idosos relatam sobre essa dificuldade em continuar seus estudos. Atualmente este problema é crescente, como constatado pelo Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (Inep) 11,2% nos alunos abandonaram os estudos.

Diante desse quadro, tem-se o percentual de abandono dos estudos, citado acima, para os anos finais do ensino fundamental 5,4% dos alunos deixavam as escolas antes da formatura e nos anos iniciais apresenta-se com 2,1%. Sendo que a evasão maior se encontra nas escolas de zonas rurais, em todas as etapas de ensino (INEP, 2017).

Como consequência da evasão escolar, surge o processo de migração para Educação de Jovens e Adultos, onde esta é mais expressiva ao final do ensino fundamental, quando chega a 3, 2% e 3, 1%, no 7º e 8º ano, respectivamente. No que se refere à rede de ensino, a migração é maior na rede municipal dos anos finais do ensino fundamental, alcançando uma taxa de 3, 8%, já no Ensino Médio, a migração é mais expressiva na rede estadual de ensino, com taxa de 2, 2%. (MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO, 2017).

Importante ressaltar que é de responsabilidade da rede municipal, ofertar vagas para as crianças na Pré-escola e vagas para o Ensino Fundamental e cabe a rede estadual ofertar vagas para o Ensino Médio. No que se refere à Educação de Jovens e Adultos, o financiamento é proveniente da modalidade de ensino em que os alunos estão matriculados.

A realidade socioeconômica dos alunos, quando crianças, apresenta-se como um dos motivos para evasão escolar. Arruda e Avansi (2014) em sua pesquisa sobre o Analfabetismo na Terceira Idade, identificaram que muitos dos alunos idosos que iniciam a alfabetização, mas a maioria deles não consegue concluir o ensino fundamental, devido às atividades laborais, como trabalhos nas lavouras, falta de apoio dos pais, fato este que pode ser observado nas seguintes verbalizações:

[...] antigamente os pai botava os filhos pa trabalhar muito cedo e o estudo, não tinha estudo, ou você trabalhava, ou então em casa faltava comida, ai por isso que eu vim estudar, já depois de com minha idade já bem avançada [...] (João, 60 anos).

[...] passei 20 anos sem estudar, só pisava no colégio para trazer motivo, hoje esse eu já piso para estudar e esse período que eu passei de 20 anos atrás sem vim para o colégio eu pensei assim, não com certeza eu não vou conseguir e eu vi que tudo era diferente, não era da forma que eu pensava, essa forma que eu to falando, eu to melhorando a minha leitura, melhorando a minha escrita eu era muito rabiscado [...] (Francisco, 60 anos).

Para que se tenha uma educação global, na qual se trabalhe todos os aspectos do ser humano, percebe-se a importância da união dos três pilares do âmbito educacional: comunidade, família e escola para que esses alunos recebam total apoio para dar continuidade em seus estudos, assim como a necessidade de estar atento às condições de vulnerabilidades econômicas, no caso do aluno idoso o apoio familiar é de suma importância, pois estes incentivam e contribuem para assiduidade destes alunos (RODRIGUES; ARRUDA, 2013).

Diante da pesquisa realizada, percebe-se que muitos idosos identificaram a necessidade do ensino em suas vidas, voltando a estudar depois de certa idade, visando melhoria de sua qualidade de vida perante a sociedade. Como relatado pela participante Amélia, a seguir:

[...] tá com muitos anos, há oitos anos atrás eu voltei, só que eu não tive sabedoria, não ficou bem na semana, aí voltei agora o ano passado 2016, mas me fez falta, me fez falta por que muitas portas que estavam abertas para mim foram fechadas, por que falta estudo, falta conhecimento, depois que eu voltei a estudar até a conversar melhor, foi bom por que eu não sabia nem assim é dialogar com uma pessoa de forma correta, parecia que eu tava na década de setenta, eu não tava vivendo, tava vegetando, aí devido a essa minha vegetação, a minha ignorância ne, achar que só tem que casar, ter filho, é casar

ter filho pra mim seria o básico, mas não é e outra e eu descobri que quanto mais se estuda, mais adquirir conhecimento da aquela vontade grande, uma ansiedade, uma necessidade de conhecer mais e mais [...] (Amélia, 65 anos).

Com este relato, percebe-se a importância atribuída aos estudos pelo aluno idoso que procuram por melhores condições de vida, na qual possam opinar, dialogar sobre determinado assunto, possam fazer com que suas vozes sejam ouvidas que muitas vezes pela falta de alfabetização estavam caladas, por não saber responder aquilo que não compreendiam.

Novas exigências e possibilidades para atuar no mercado de trabalho

Naiff e Naiff (2008) em sua pesquisa que objetivava identificar as possíveis representações sociais que os alunos da Educação de Jovens e Adultos possuem sobre o tema “estudar”, relacionaram que dentre os motivos que levavam esses alunos a retornar para a escola estariam as exigências de um mercado de trabalho moderno, que necessita cada vez mais de mão de obra qualificada e por conta da baixa remuneração para os empregos que exigiam pouca qualificação.

Percebe-se no discurso dos participantes da pesquisa, como objetivo desse retorno ao ambiente escolar, a busca por essa qualificação, principalmente no que se refere a atender às exigências do mercado de trabalho como exemplificado, abaixo:

[...] hoje você tem que ter pelo menos o básico pra você querer trabalhar no serviço em um trabalho mais ou menos [...]; [...] os meus planos é de eu ir te onde eu fazer meu, acabar meus estudos, assim muitas vezes a empresa vai ter uma reunião manda você fazer uma coisa e quando chega minha vez eu fico com vergonha por que eu não sei [...] (João, 60 anos).

[...] O motivo é por que a gente hoje, toda área que a gente vai procurar um emprego, qualquer forma, um serviço, hoje eles “pede” muito escolaridade essas coisas e o motivo foi esse que no grau de estudo que a pessoa se encontra não é possível um emprego digno, só emprego braçal, então hoje o motivo é esse de um dia chegar além do que a gente “veve” hoje [...] (Francisco, 60 anos).

[...] dentre elas adquirir mais conhecimento, mercado de trabalho muito exigente, hoje em dia o mercado de trabalho procura gente que, dificilmente eles contratam pessoas com grau de escolaridade inferior ao Ensino médio e isso fez com que eu voltasse a escola, a conclusão do ensino médio [...] (Antônio, 60 anos).

O aluno idoso na Educação de Jovens e Adultos, ao adentrar nesse espaço apresenta planos e motivações, por estar em um contexto, onde em sua história de vida passaram por situações no qual puderam identificar as exigências do mercado de trabalho, passam a reconhecer e traçar estratégias

para que possam corresponder com as expectativas, bem como passam a ser protagonistas de sua história no momento em percebem como buscar essa qualificação.

Siqueira (2009), Ferreira e Matinelli (2016) em seus estudos sobre as razões que fazem homens e mulheres retornarem à escola após muitos anos, o que mais se destaca está a busca por qualificação profissional, aquisição de conhecimentos e relações interpessoais, busca por melhores condições de vida, o que se ressalta na fala dos participantes da pesquisa.

[...] eu espero que eu venha conseguir é chegar a me formar, conseguir chegar a um dia fazer também uma faculdade também, chegar ali a conseguir como é que se diz se qualificar em alguma profissão boa que venha melhorar a minha vida, a vida da minha família [...]; [...] é um curso que eu sempre falo em minha casa é Engenharia Civil [...] (Francisco, 60 anos).

[...] fazer curso técnico, eu já trabalhei muito tempo, mais de vinte anos de carteira assinada né, então tive que voltar para melhorar mais meu currículo..."; "na área de Massoterapia" [...] (Cláudia, 61 anos).

[...] fazer um curso de Informática (risos) [...] (Maria, 62 anos).

O número de idosos matriculados no Ensino Superior cresceu nos últimos anos, Oliveira e Oliveira (2008) ressaltam que as instituições de ensino, entre as quais as universidades, precisam romper com seus muros e diminuir a distância que existe com a sociedade, oportunizando conhecimentos e interesses para os idosos. Atualmente, nas Instituições de Ensino Superior (IES), existem programas como Universidade Aberta da Terceira Idade (UNATI), Núcleo de Atividade Física da Terceira Idade (NUTI), bem como atividades de extensões diversas.

Cabe ressaltar que a inserção de idosos nas universidades apresenta-se também nos cursos da instituição, onde estes alunos, com pretensões a essa formação superior, conseguem pleitear uma vaga, por meio do Exame Nacional do Ensino Médio (ENEM).

[...] ah no meu futuro eu tenho um monte de planos e projetos, só que eu não sei por onde começar, é que penso hein, eu trabalho com salgado a mais de vinte anos né, aí eu não quero ficar só nessa mesmice, eu tenho outro foco, tenho o foco de botar uma loja de calçado [...] (Amélia, 65 anos).

[...] projetos futuros, formação superior eu vou me empenhar pra isso, esse ano vou concluir o segundo ano e próximo ano terceiro ano e futuramente o ensino superior [...] (Antônio, 60 anos).

[...] por que como eu trabalho em casa de família, é um emprego que eu já tô nele há doze anos e eu não tive nenhuma evolução no trabalho entendeu, é o tempo só passa e eu não ganhei nada com isso, o salário

além de ser pouco, não é um meio de vida, onde eu possa terminar o resto da minha vida quero uma coisa melhor pra mim, onde eu tenha um emprego fixo, um emprego [...] (Sueli, 60 anos).

Com base nos participantes entrevistados, percebe-se o quanto esses estão engajados na busca por melhores condições de vida e encontraram nos estudos essa oportunidade de alcançar seus planos, com esse intuito nos seus relatos como a maioria exerce algum tipo de atividade remunerada, a busca por melhorar seu desempenho na atividade exercida ou a procura por novas oportunidades, apresenta-se como situações motivadores para continuar na escola.

Rotina do aluno idoso e propostas de melhorias no aprendizado

A prática pedagógica destinada ao público idoso precisa está organizada através de uma ação consciente, que reconheça as especificidades deste segmento e que estabeleça uma metodologia e materiais adequados para atender a esta demanda, assim como, o preparo de profissionais que possam atender aos alunos idosos em suas mais variadas necessidades educacionais (SCORTEGAGNA; OLIVEIRA, 2013).

Alunos na Educação de Jovens e Adultos, possuem diversas especificidades, em sua maioria, estão exercendo alguma atividade durante o dia e assistem as aulas no turno da noite, o que acaba acarretando dificuldades em organizar uma rotina de estudos sistemática para que possa revisar o conteúdo visto em sala e buscar compreender melhor o assunto repassado. Diante disto, os participantes da pesquisa relataram suas dificuldades em ter esse momento para os estudos ao longo de seu dia.

[...] eu só estudo é na escola, por que eu não tenho tempo de manhã e nem a tarde, eu saio de casa sete e meia e só chego seis e meia, faço só banhar e venho para o colégio para não faltar, até hoje eu nunca faltei [...] (João, 60 anos).

[...] e por que eu trabalho durante o dia e quando eu tiro um horário para estudo é só aqui na escola em casa é mais difícil de eu chegar e pegar aquele momento para estudar, algum momento que eu pego assim um computador que eu vou dá uma estudada, mas é pouco, mas o tempo mesmo é aqui no colégio [...] (Francisco, 60 anos).

[...] mais no colégio, em casa quase não tenho tempo para estudar, é mais no colégio mesmo [...] (Laura, 63 anos).

[...] pra estudar só aqui, é muita correria, pela manhã estou na igreja, quando dá nove horas tenho que fazer almoço, depois meus salgados, depois tenho que fazer a janta, depois venho para o colégio, quando chego em casa tento pegar o caderno um pouco para dá uma olhada, não que seja para estudar mesmo [...] (Amélia, 65 anos).

Nesse cenário, percebe-se a dificuldade dos participantes em estabelecer um horário para estudar em suas rotinas, trazendo à tona a reflexão sobre como são realizadas as atividades passadas para casa, trabalhos em grupo e como estas são cobradas destes alunos. Cabendo ao professor, em uma sala tão múltipla compreender essas condições e trabalhar atividades que mais se adequem as realidades dos alunos.

Silva e Martins (2015), ressaltam sobre os grandes índices de faltas por parte dos alunos, quando matriculados na EJA, devido a vários motivos, dificuldade em conciliar horários de estudos com os horários de trabalho e família, por exemplo, entretanto, deve-se compreender que esses índices de falta não se relacionam com o conceito de evasão escolar, sendo está caracterizada na EJA, como abandono por tempo determinado ou não.

Apesar das dificuldades apresentas pelos participantes, ainda com suas rotinas programadas, percebe-se o interesse destes alunos com a escola, mesmo com as atividades do dia a dia, muitos encontram um momento para se organizar para a aula e realizar as atividades solicitadas, como relatado nas seguintes falas:

[...] eu venho pra cá a noite, aí de manhã eu faço as coisas e de meio dia pa tarde eu vou estudar, fazer as tarefas que eu levo pa fazer [...] (Maria, 62 anos).

[...] olha eu trabalho né e eu tento administrar o máximo de tempo que eu tenho, então assim a noite chego da escola, tendo em vista que não vou ter tempo durante o dia, então a conclusão dos estudos, tarefas, outras coisas e os trabalhos da escola, tenho que fazer a noite quando chego, tendo tempo durante o dia eu faço, se não vai ter que ser mesmo a noite, no mesmo dia ou no dia seguinte, contato que seja dias anteriores a próxima aula da referida matéria, por que tem que trabalhar né, mas eu tento conciliar as duas coisas [...] (Antônio, 60 anos).

[...] eu tenho tempo, apesar dos problemas de saúde, tiro um tempinho para estudar, eu tenho uns problemas de saúde e aí eu tenho que ficar mais em casa [...] (Cláudia, 61 anos).

[...] o meu período que eu tenho pra estudar, pra escrever uma tarefa é muito curto, e é muito trabalho agora que a gente está no ensino médio [...] (Sueli, 60 anos).

[...] Tenho, eu tenho um tempozinho para estudar na tarde eu estudo, eu não tenho é paciência, não tenho mais aquela paciência de ficar estudando, pegar um livro aí e vou estudar pra mim tirar, não eu não tenho esse negócio de ficar essa paciência, acabou a paciência de eu tentar e ficar estudando, se eu pegar uma prova agora pra fazer a noite, não aprendo aí eu só tenho que estudar praticamente em cima da hora pra mim pegar alguma coisa, não é por que eu esqueça não, mas o que eu aprendo, eu aprendo, não tenho esse problema não [...] (Sara, 63 anos).

Segundo Marques e Pachane (2010) os alunos idosos apresentam necessidades específicas, podendo considerar este grupo duplamente excluído, primeiramente, por se encontrar em uma faixa etária na qual, de maneira geral, o indivíduo não é mais economicamente ativo e, por outro lado, no caso específico da EJA, por se tratar de um grupo composto por pessoas iletradas, ou que tiveram pouco contato com a escola.

Quando questionados sobre o que poderia ser melhorado no ambiente escolar, ou na metodologia de ensino, eles conseguiram especificar tanto questões estruturais, como das relações professor e as relações dos alunos com demais colaboradores na instituição.

Segundo Marques e Pachane (2010) o professor possui diversas funções em sala de aula, dentre elas procurar recursos que mantenham esse aluno engajados nas atividades, estabelecer intervenções que trabalhem a aprendizagem e o desenvolvimento humano, de acordo com os perfis que se encontram em sala de aula, como relatado pelos participantes, que perceberam este profissional sob diversos ângulos.

[...] vou te dizer o seguinte, tem uns professores aqui que eu mesmo acho que eles não querem ensinar não, eu acho [...] (Cláudia, 61 anos).

[...] por que é (como é que vou explicar) os professores eles são bacanas, o que falta mesmo é eu me empenhar um pouco mais, entendeu? Os professores são tudo bacana, faz tudo para ajudar a gente, se a gente tiver dificuldade eles ajudam muito, agora o resto é só comigo mesmo [...] (Sueli, 60 anos).

A quantidade de profissionais e a estrutura das escolas são um problema recorrente quando se discute essa temática. Com base no site do Ministério da Educação, os investimentos na Educação Básica aumentaram em 5% nos últimos anos. De acordo com a Lei das Diretrizes e Bases, os investimentos para Educação são provenientes da receita própria de impostos da União, dos Estados, Distrito Federal e dos Municípios, cada um com um valor percentual previsto na lei. No entanto, ainda é pouco quando se constata a situação das instituições escolares e a expectativa dos profissionais da Educação.

Os participantes trouxeram essa reflexão em suas falas, com base em suas experiências de vida e na passagem em instituições escolares em diversas épocas.

[...] ter mais professor e na sala né por que a primeira sala que a gente tava não tinha só um ventilador e não tinha, só uma lâmpada a gente buscou mudar da sala pra outra né pra ta melhor [...] (Maria, 62 anos).

[...] se tiver mais iluminação nas salas de aula tem pouca, eu nem falo nem por conta da climatização, falo por conta da iluminação hoje nós temos os professores aqui que são muito bons e são umas pessoas que sabe conversar, sabe explicar e eu tenho aprendido [...] (Francisco, 60 anos).

[...] meus colegas parem para ouvir mais, converse menos, respeite mais o professor, respeite mais os colegas, não fique na sala um do outro atrapalhando, respeite mais a direção da escola todinha, tanto como o vigia, como as moças que faz o lanche, por que é um desrespeito, como é que eu pego uma coisa para lanchar aqui e vou jogar na sala de aula [...] (Amélia, 65 anos).

O público que ingressa na Educação de Jovens e Adultos, tem como objetivo obter conhecimentos que possam contribuir em suas rotinas, melhorar aspectos em suas vidas, em especial aos alunos idosos, pois em sua maioria, em algum momento já passaram por instituições de ensino e desta forma compreendem as facilidades e dificuldades que os rodeiam, no entanto, precisam de atenção em atividades que os proporcionem experiências eficazes e contextualizadas e principalmente que se adequem a suas rotinas.

Considerações finais

A escola apresenta-se como um espaço dinâmico e com diversas possibilidades, independentemente da idade, série ou modalidade de ensino, portanto, oportunizar ao aluno idoso passar por essa experiência, significa um avanço nas políticas de inclusão para terceira idade.

Ao se investigar acerca das expectativas dos alunos idosos sobre seu processo de aprendizagem na modalidade de ensino para jovens e adultos, percebe-se o quanto esses almejam alcançar seus objetivos por meio da educação, sendo esta considerada pelos alunos como porta de entrada para muitas atividades, principalmente para o mercado de trabalho, promoções no emprego, ou novos negócios.

Compreende-se que os alunos idosos como já passaram em algum momento de sua vida por escolas, percebem sua inserção na modalidade de Educação de Jovens e Adultos, como uma oportunidade nessa etapa na vida de traçar novos planos ou fortalecer os que já possuem. Os alunos idosos muitas vezes observam as relações dos professores, alunos, colaboradores, onde podem identificar as problemáticas e o que ainda pode ser melhorado, desde questões estruturais, como as relações interpessoais de todos os que representam a escola.

Na identificação das possíveis estratégias de ensino e aprendizagem que favoreçam o processo de aprendizagem de conteúdos escolares por parte dos idosos, percebe-se que as rotinas dos alunos da Educação de Jovens e Adultos, muitas vezes dificultam o processo de estudo, onde estes precisam dividir seu tempo em diversas atividades e acabam por ter acesso aos conteúdos somente na escola.

Desta forma, ainda há muito a ser feito para uma educação de qualidade, principalmente com atenção a cada público que dela depende, mas acreditar nessa educação como transformadora é o primeiro passo para traçar planos e vislumbrar melhorias considerando as particularidades de cada público presente em sala de aula.

Referências

ARRUDA, Lucimar Menegon de; AVANSI, Tatiane Almeida. Analfabetismo na Terceira Idade: pesquisa de analfabetismo em Sinop-MT. **Revista Eventos Pedagógicos**, Mato Grosso. v. 5. n. 2. p. 435-442. 2014.

.BRASIL. Dados sobre o envelhecimento no Brasil. **Secretaria Nacional de Promoção Defesa dos Direitos Humanos**. 2013.

BRASIL. **Lei de Diretrizes e Base da Educação Nacional** nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996. Brasília. 1996.

FERRARO, Alceu Ravello; KREIDLOW, Daniel. Analfabetismo no Brasil: configuração e gênese das desigualdades regionais. **Educação e Realidade**, Porto Alegre. v. 29. n. 2. p. 179-200. 2004.

FERREIRA, Andressa Aparecida; MATINELLI, Selma de Cássia. Estudantes na Educação de Jovens e Adultos: considerações sobre o perfil e desempenho escolar. **Educação: teoria e prática**, Rio Claro. v. 26. n. 52. p. 312-331. 2016.

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Banco de dados. Disponível em < <http://censo2010.ibge.gov.br/>>. Acesso em 14 de setembro de 2016.

Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (Inep). Banco de dados. Disponível em: < <http://www.inep.gov.br/http://portal.inep.gov.br/situacao-do-aluno>>. Acesso em 13 de julho de 2017.

MARQUES, Denise Travassos; PACHANE, Graziela Giusti. Formação de Educadores: uma perspectiva de educação de idosos em programas de EJA. **Educação e Pesquisa**, São Paulo. v. 36. n. 2. p. 475-490. 2010

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. Banco de dados. Disponível em: <<http://portal.mec.gov.br/component/tags/tag/34167>>. Acesso em: 11 de julho de 2017.

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. Banco de dados. Disponível em: <<http://www.brasil.gov.br/educacao/2017/06/evasao-escolar-cai-em-todas-as-etapas-de-ensino>>. Acesso em: 13 de julho de 2017.

NAIFF, L. A.; NAIFF, D. G. M. Educação de Jovens e Adultos em uma Análise Psicossocial: Representações e Práticas Sociais. **Psicologia & Sociedade**, Brasília. v. 20. n. 3. p. 402-407. 2008

OLIVEIRA, Rita de Cássia; OLIVEIRA, Flávia da Silva. Políticas Públicas, Educação e o Protagonismo dos Idosos na Universidade. **Educere**, Curitiba. v. 1. n. 1. p. 1-12. 2008.

RODRIGUES, Sonia Regina.; ARRUDA, Roberto Alves de. Educação na melhor idade. **Revista Eventos Pedagógicos**, Mato Grosso. v. 4. n. 2. p. 211-220. 2013.

SCORTEGAGNA, Paola Andressa; OLIVEIRA, Rita de Cássia da Silva. Emancipação Política e a Educação para Terceira Idade. **HISTEDBR**, Brasília. v. 1. p. 1-15. 2013.

SILVA, Letícia Luana Claudino da; MARTINS, Gessiane Karla Ramos. Psicologia e Educação de Jovens e Adultos: compromissos e desafios. Campina Grande. **Anais**. Centro Multidisciplinar de Estudos e Pesquisas. p. 1-5. 2015

SIQUEIRA, A. B. O retorno de jovens e adultos aos estudos formais após 20, 30, 40 anos. **Poésis**, Santa Catarina. v. 2. n. 1. p. 32-43. 2009.

UNICOVSKY, Margarita Ana Rubin. A Educação como meio para vencer desafios impostos aos idosos. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília. v. 25. n. 2. p. 241-243. 2004.

LETRAMENTO DIGITAL DE PESSOAS IDOSAS EM MOMENTO DE PANDEMIA

Emanuela Ferry de Oliveira Moreira

DOI: 10.29327/559569.1-9

Introdução

O Brasil é um país marcado por suas diferenças e desigualdades sociais em seus mais variados aspectos onde o sujeito idoso, aquele com 60 anos ou mais (Lei nº 10.741/03), torna-se vulnerável ao cenário de exclusão social por estar longe das relações resultantes do trabalho ou muitas vezes isolados até mesmo da família, sem autonomia física e com dificuldades de adaptação às tecnologias digitais (GARCIA, 2001).

O aumento da expectativa de vida dos brasileiros e da quantidade de idosos no país que atualmente corresponde à 10,53% da população (FGV SOCIAL, 2020), fez-se necessário políticas públicas que os atendam, bem como o compromisso de promover possibilidades para que esses sujeitos possam participar ativamente na sociedade em que atuam.

O período pandêmico que, iniciou-se no ano de 2020 trouxe recomendações como o distanciamento físico e o auto isolamento como medidas para redução na transmissão do novo coronavírus, fato este que impacta na vida do idoso e nas suas atividades diárias, como as idas aos clubes, reuniões familiares, locais de celebração religiosa e a Universidade Aberta a Terceira Idade - UNATI.

A comunicação é um aspecto de grande relevância para a qualidade de vida no isolamento social, sendo o uso das tecnologias digitais de informação e comunicação (TDIC) recursos capazes de atenuar o impacto das restrições na participação em atividades rotineiras, além de ser um meio para promover conexões sociais (SEIFERT; COTTEN; XIE, 2021).

As TDIC_s favorecem o gerenciamento de comunicação e participação social (AOTA, 2020), contribuem para o bem-estar físico e psicológico, auxiliam na redução do isolamento (ball et al., 2019) e no engajamento em atividades de lazer (Larssonlund; Nyman, 2020), além de promover conexões sociais e possibilitar a participação em videoconferências, cursos remotos, acesso a serviços de telessaúde e *delivery* (SEIFERT; COTTEN; XIE, 2020; XIE et al., 2021).

Além de aspectos como a aposentadoria que na maioria das vezes é considerada a ideia de que o indivíduo deixa de exercer seu papel na sociedade, assim como o período de luto por companheiros e entes queridos, os idosos

também são considerados os mais “infoexcluídos” se comparado às demais faixas etárias, uma vez que, ao longo de suas vidas, suas experiências foram adquiridas com tecnologias muito diferentes do ambiente tecnológico existente atualmente (BALL et al., 2019).

Acresce a isso, obstáculos de ordem pessoal, contextual ou decorrente da própria tecnologia, que aumenta, ainda mais, a restrição para incluir essas tecnologias ao cotidiano da pessoa idosa (TAVARES; SOUZA, 2012).

Ao considerar o “confinamento” imposto pela pandemia, a pessoa idosa pode se sentir duplamente excluída nessa sociedade dominada pela tecnologia, seja pelo distanciamento físico ou pela dificuldade em utilizar, assimilar ou compreender o dispositivo tecnológico (SEIFERT; COTTEN; XIE, 2021).

Frente aos desafios apresentados, a criação e o desenvolvimento de programas de inclusão digital para idosos tem sido reconhecida como um caminho potencial para capacitar e promover independência no uso da tecnologia, com vistas à facilitar as conexões entre pessoas, auxiliar na redução da sensação de isolamento, contribuir para o bem-estar e favorecer a participação em atividades do cotidiano e a aprendizagem ao longo da vida (AOTA, 2020; BALL et al., 2019; EYNON; MALMBERG, 2021).

Na condução desses programas, aspectos relacionados ao ambiente físico e social, ao processo de letramento digital, a própria tecnologia, assim como os fatores pessoais da pessoa idosa devem ser considerados para atingir o sucesso na aprendizagem das novas tecnologias (ALVARENGA; YASSUDA; CACHIONI, 2019; PÁSCOA; GIL, 2019).

Diante do exposto surgem reflexões e indagações ao considerar qual a potencialidade de programas que visem instrumentalizar idosos no letramento digital para o uso de TDIC_s em um cenário em que as autoridades sanitárias recomendam permanecer em casa e evitar contatos sociais.

Desde modo, construir estratégias de abordagens educacionais para preparar idosos para o domínio operacional dessas novas tecnologias, gerar a alfabetização da nova linguagem que se faz presente em todos os setores da sociedade e promover a inclusão do idoso na era digital, são questões importantes que podem gerar intervenções.

Enquanto a alfabetização digital se refere ao processo inicial de aprender a utilizar o computador, o letramento digital envolve competências como compreender, assimilar, reelaborar e chegar a um conhecimento, a partir de práticas de leituras, releituras de informações e a escrita, a fim de utilizar as TIC como benefício na vida pessoal e coletiva.

Como os idosos acumulam uma experiência crescente, o que constitui um recurso rico para o aprendizado, que deve ser a base do letramento digital, que devem direcionar o idoso pela aplicação imediata do conhecimento na prática (ALVARENGA; YASSUDA; CACHIONI, 2019; PÁSCOA; GIL, 2019).

Com isso, privilegia-se a abordagem voltada para a resolução de problemas e os idosos são motivados a aprender preferencialmente por fatores internos que por fatores externos, o que leva a satisfação em aprender e o alcance de metas pessoais são exemplos que tem maior efeito frente a recompensas e incentivos externos.

A partir das questões norteadoras, o objetivo desse artigo foi avaliar o nível de letramento digital de estudantes da UNATI UESPI.

Descrição do Método

Trata-se de um estudo de abordagem qualitativa, que foi realizada com alunos do programa de extensão Universidade Aberta a Terceira Idade-UNATI do curso de Licenciatura Plena em Educação Física da Universidade Estadual do Piauí-UESPI que possui um total de 350 (trezentos e cinquenta participantes). Nossa amostra foi de 38 idosos determinada estatisticamente determinada com base na população finita, para tanto utilizaremos o teste t de uma amostra.

O estudo ocorreu no mês de novembro de 2020 no município de Teresina, estado do Piauí. Foi adotado como critérios de inclusão idosos com idade igual ou superior a 60 anos de ambos os gêneros que voluntariamente aceitassem em participar do estudo. Para critérios de exclusão, definiu-se aqueles indivíduos que não possuem acesso à internet e os que não aceitaram participar da pesquisa.

Como instrumento de coleta de dados, foi utilizado um questionário, com perguntas abertas e fechadas, compreendendo que essa é uma técnica de investigação que permite atingir um nível maior de sujeitos e tem o objetivo de conhecer tanto o objeto pesquisado quanto o entorno que o cerca (CHAER; DINIZ; RIBEIRO, 2011).

Tal questionário foi aplicado via formulário *Google forms* com 7 perguntas totais, com propósitos distintos. A primeira pergunta “Idade do participante” - objetivou filtrar os idosos para atender o critério de inclusão. A segunda pergunta “Você utiliza a internet? Se sim, em quais dispositivos. Se não, por quê?” - objetivou mapear o contato com as TICs, tendo em vista a inclusão digital do idoso. A terceira pergunta “Para que você utiliza a internet?” - objetivou flagrar práticas sociais que eram realizadas através das TICs, tendo em vista o letramento digital dos participantes. A quarta pergunta “As aulas que você tem na UNATI proporcionam o uso de tecnologias digitais com acesso à internet?” objetivou

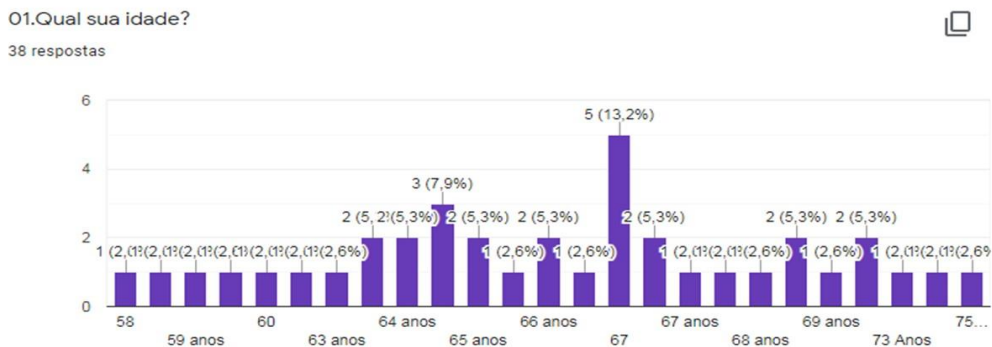
identificar o contato com as TICs no contexto da universidade formal. A quinta pergunta “Você utiliza a internet para os desafios e reuniões em casa que são passadas pelos seus professores da UNATI?” – objetivou elucidar a promoção do letramento digital de forma indireta para além do espaço físico formal de educação. A última pergunta “O uso da internet ocasionou mudanças em sua rotina? Se sim, quais?” - objetivou analisar a autocrítica dos participantes em relação à possibilidade de expansão de suas práticas sociais de leitura e escrita. O referido questionário foi enviado por meio do *WhatsApp*.

Quanto aos aspectos éticos que norteiam a pesquisa seguiu-se a Resolução 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde. Após esclarecimentos sobre o estudo, os idosos assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido também enviado pelo *Google forms* e responderam o questionário elaborado pelos pesquisadores.

Resultado e Discussão

O estudo foi realizado com 38 idosos pertencentes a Universidade Aberta a Terceira Idade-UNATI da Universidade Estadual do Piauí, com média de idade $67,0 \pm 0,1$ anos. Os resultados da primeira pergunta: Qual sua Idade? Encontram-se no **gráfico 01**.

GRÁFICO 01: Resposta da primeira pergunta: Qual é sua idade?



Fonte direta da pesquisa

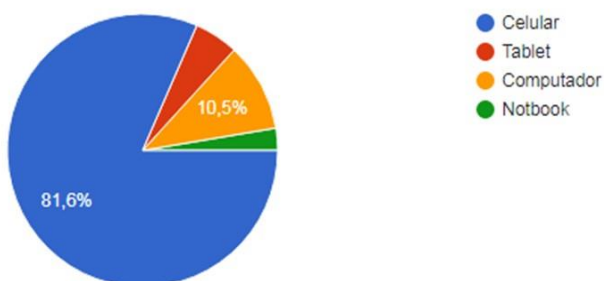
Quanto a nossa segunda pergunta: Você utiliza Internet? Percebemos que 100% dos participantes responderam que sim, esta resposta mostra que o trabalho realizado no período pandêmico foi executado com êxito mas destaca-se que este fato não é uma realidade no Brasil quando comparados com o estudo de Vilma, (2020), que mostra apenas um expressivo número de idosos com uso da internet, correspondendo a 15% da população e este fato segundo a autora está diretamente ligado a educação recebida no ensino médio.

Já a pergunta 03 está relacionada a qual meio é utilizado para ter esse acesso, o que é demonstrado no gráfico 03.

GRAFICO 03 Qual meio é utilizado para ter esse acesso a Internet

03.Com relação a pergunta anterior se você respondeu sim, por qual meio:

38 respostas



Fonte direta da Pesquisa

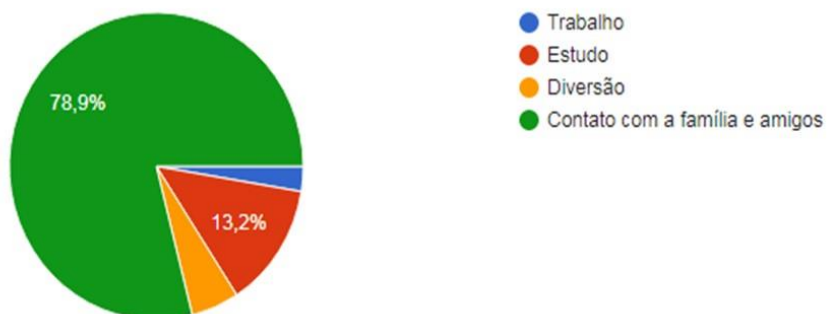
Percebe -se que 81,6% dos entrevistados têm o celular para uso da internet por ser um meio considerado mais acessível para a comunicação, comparando com as demais opções. Outra afirmação relaciona-se as aulas ministradas na UNATI que têm como objetivo aproximar o idoso ao espaço das TICs expandindo o conhecimento e proporcionando a percepção das várias utilidades que as tecnologias, como os telefones celulares, podem proporcionar hodiernamente.

No gráfico 04 o idoso foi questionado para que ele utiliza a internet.

GRAFICO 04- Para que você utiliza a internet?

04.Para que você utiliza a internet?"

38 respostas



Fonte direta da pesquisa

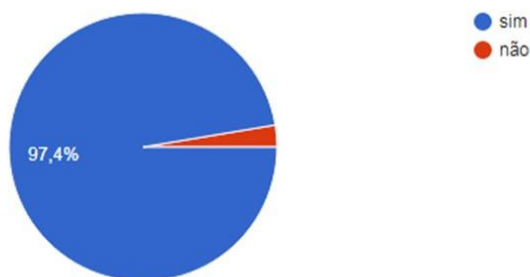
Obteve-se 78,9% das respostas referente a utilização da internet para contato com a família e amigos neste período pandêmico, 13,2 % para estudo, 2,6% para trabalho e 5,3% para diversão o que corrobora com o estudo de Lima e Almeida (2020), onde afirma que o uso das TICs estreita laços durante a pandemia e oferece novas oportunidades para o idoso no seu dia a dia.

No gráfico 05 demonstra que as aulas da UNATI ajudaram no uso das TICs neste período de isolamento social.

GRÁFICO 05 O idoso foi questionado se as aulas oferecidas pela UNATI proporcionaram um melhor uso da TICs.

05.As aulas que você tem na UNATI proporcionam o uso de tecnologias digitais com acesso à internet?"

38 respostas



Fonte direta da pesquisa

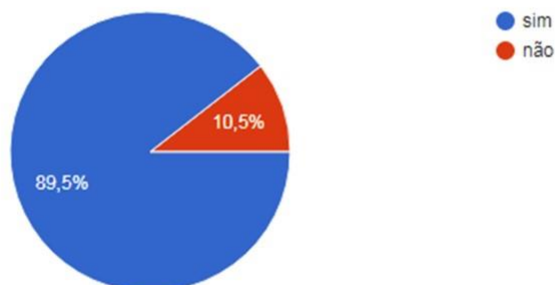
97,4% dos entrevistados afirmaram que as aulas ministradas proporcionam o uso das TICs. Este dado leva a refletir sobre a necessidade da participação da UNATI em proporcionar aos idosos uma maior interação durante este período pandêmico, bem como nas aulas remotas num movimento de transformação social pelo qual se vive. Vale ressaltar que estes dados vão de encontro aos dados apresentados por Lima e Samuel (2020).

Na sexta pergunta, o idoso participante foi indagado se, com as aulas recebidas, ele utilizou a internet para participar das reuniões e desafios propostos pelos professores da UNATI, demonstrado no gráfico 06.

GRÁFICO 06 Você utiliza a internet para participar das aulas e desafios propostos pelos professores da UNATI?

06. "Você utiliza a internet para os desafios e reuniões em casa que são passadas pelos seus professores da UNATI?"

38 respostas



Fonte direta da pesquisa

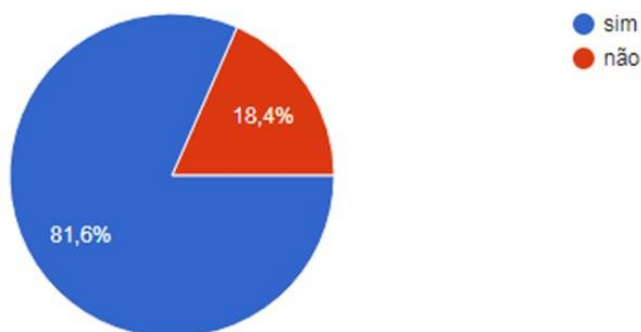
Percebe -se que 89,5% responderam que SIM, corroborando com o estudo de Kachar (2009), que o uso das TICs proporciona benefícios amplos na vida dos sujeitos idosos, e afirma que “a internet possibilita à terceira idade a aprendizagem contínua, a ampliação da autonomia e da comunicação, para manter contatos e estabelecer novas relações, amenizando a solidão e as perdas afetivas”.

Os idosos foram questionados se o uso da internet ocasionou mudança em sua rotina na pergunta de número 07.

GRÁFICO 07 O uso da internet ocasionou mudança em sua rotina?

07. O uso da internet ocasionou mudanças em sua rotina?

38 respostas



Fonte direta da pesquisa

81,6% afirmaram que SIM, o uso da internet ocasionou mudança na rotina, o que é confirmado em todas as respostas anteriores. Assim a UNATI oportunizar uma oferta de ensino-aprendizagem que reflita preocupação com essa conjuntura.

Por meio dos dados obtidos no questionário aplicado, é possível verificar que o uso das TICs na educação de idosos ainda é um procedimento ausente no processo de ensino-aprendizagem dos mesmos, mas demonstra que a educação é um meio de reinserção dos idosos na vida social, é válido refletir sobre a ausência da promoção de letramento digital dos idosos.

Considerações finais:

A promoção dos letramentos pode ser um dos aliados dos sujeitos idosos nesse processo de busca de maior autonomia e participação ativa na sociedade da qual se constitui cidadão, sobretudo quando pensado o letramento digital. No entanto, foi possível observar, na realidade pesquisada, a ausência de incentivos de usos das TICs e promoção, em potencial, do letramento digital. Os dados obtidos pela pesquisa mostraram, ainda, que os idosos possuem interesse em aprender a utilizar essas tecnologias.

Assim, é preciso promover a realização de mais práticas de letramento mediadas pelas TICs no contexto das UNATI's, já que essas práticas podem ser extremamente novas para os idosos. Portanto, nosso desejo com esta discussão é que a realidade de negação e exclusão tecnológica que muitos idosos vivenciam possa ser alterada e que outros debates venham a ser travados, dentro das UNATI's por ter papel fundamental processo de letramento digital.

Referências

ALVARENGA, G.M.O.; YASSUDA, M.S.; CACHIONI, M. Inclusão digital com tablets entre idosos: metodologia e impacto cognitivo. **Psicologia, Saúde & Doenças**, v. 20, n.2, p. 384-401, 2019.

AOTA. AMERICAN OCCUPATIONAL THERAPY ASSOCIATION. Occupational therapy practice framework: Domain and process. **American Journal of Occupational Therapy**, v. 74, n.2 (supl), p. 7412410010p1-7412410010p87, 2020.

BALL, C. *et al.* The physical–digital divide: Exploring the social gap between digital natives and physical natives. **Journal of Applied Gerontology**, v. 38, n. 8, p. 1167-1184, 2019.

- BORGES, G. R. *et al.* Um estudo preliminar dos fatores perceptivos subjacentes da preferência dos brasileiros por aparelhos celulares. **Perspectivas em Gestão & Conhecimento**, v. 6, n. 1, p. 255-269, 2016.
- CALLOW, M. A.; CALLOW, D. D.; SMITH, C. Older adults' intention to socially isolate once COVID-19 stay-at-home orders are replaced with "Safer-at-Home" public health advisories: A survey of respondents in maryland. **Journal of Applied Gerontology**, v. 39, n.11, p. 1175-1183, 2020.
- CASTRO, C. S. S. *et al.* Distanciamento social durante a pandemia da COVID-19, uso de tecnologias e seus impactos para os idosos no Brasil. **Population Horizons - LARNA Special Issue**, p. 1-10, 2020.
- DAVID, M. E.; ROBERTS, J. A. Smartphone Use during the COVID-19 Pandemic: Social Versus Physical Distancing. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 18, n. 3, p. 1-8, 2021.
- EYNON, R.; MALMBERG, L. E. Lifelong learning and the Internet: Who benefits most from learning online?. **British Journal of Educational Technology**, v. 52, n. 2, p. 569-583, 2021.
- GRÁCIO, R. Museums working with older people in times of pandemic. **Working with Older People**, v. 24, n. 4, p. 313-319, 2020.
- IYENGAR, K. *et al.* COVID-19 and applications of smartphone technology in the current pandemic. **Diabetes & Metabolic Syndrome: Clinical Research & Reviews**, v. 14, n. 5, p. 733-737, 2020.
- KHILNANI, A.; SCHULZ, J.; ROBINSON, L., "The COVID-19 pandemic: new concerns and connections between eHealth and digital inequalities", **Journal of Information, Communication and Ethics in Society**, v. 18, n. 3, p. 393-403, 2020.
- LARSSON-LUND, M.; NYMAN, A. Occupational challenges in a digital society: A discussion inspiring occupational therapy to cross thresholds and embrace possibilities. **Scandinavian journal of occupational therapy**, v. 27, n. 8, p. 550-553, 2020.
- MARTINI, R. Inclusão digital & inclusão social. **Inclusão social**, v. 1, n. 1, p. 21-23, 2005.

MACHADO, L. R. *et al.* Mapeamento de competências digitais: a inclusão social dos idosos. **ETD-Educação Temática Digital**, v. 18, n. 4, p. 903-921, 2016.

MENDES, J. R. *et al.* Ações educativas em alimentação e nutrição através de tecnologias digitais para um grupo de idosos durante pandemia de Covid-19. **Raízes e Rumos**, v. 8, n. 1, p. 223-233, 2020.

NUNES, A. L. P. F.; DA CRUZ SILVA, M. B. A extensão universitária no ensino superior e a sociedade. **Mal-Estar e Sociedade**, v. 4, n. 7, p. 119-133, 2011.

PÁSCOA, G.; GIL, H. Envelhecimento e tecnologia: desafios do século XXI. In: **Iberian Conference on Information Systems and Technologies (CISTI)**. p. 19-22. Coimbra, Portugal. 2019.

RAYMUNDO, T.; GIL, H.; BERNARDO, L. Desenvolvimento de projetos de inclusão digital para idosos. **Revista de Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento**, v. 24, n. 3, p. 22-44, 2019.

UNIVERSIDADE ABERTA À TERCEIRA – UNATI/ UESPI E PRÁTICAS DOCENTE: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Gildeene Silva Farias

Renata Costa Silva

Alexon Fabiano Silva Alexandre

DOI: 10.29327/559569.1-10

Introdução

Envelhecer é considerado como um fenômeno complexo no qual cada vez mais há uma necessidade de estudos multidisciplinares para que se possa ter uma melhor compreensão e entendimento desse fenômeno (OLIVEIRA; REIS, 2017). Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), o envelhecimento é definido como “o processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas ficam mais velhas” (SILVA; LIMA; GALHARDONI, 2010).

Diante desse conceito, parte do pressuposto que o envelhecer pode significar, no entanto, criar oportunidades favoráveis no qual o indivíduo tenha o direito de escolher o estilo de vida de forma saudável, controlando sua própria saúde e dessa forma melhorar sua qualidade de vida (SOUZA et al., 2020). A velhice, no entanto, pode ser indicada como status de ser “velho”, sendo condicionado como um modo de envelhecer, no qual diversas gerações vivenciaram e vivenciam diante dos contextos sociais, individuais e políticos. No Brasil a população tem envelhecido de forma acelerada nos últimos 50 anos, e o grupo chamado de terceira idade aumentou de 4,7% (1960) para 12,6% (2012), o que faz com o cenário onde as crianças e jovens que se constitui a maior grupo da pirâmide etária brasileira, poderá se inverter em poucos tempos, tendo em vista que até 2030, esse grupo de terceira idade poderá superar o grupo de crianças com idade de até 14 anos (DOLL et al., 2015).

Diante do contexto o envelhecimento da população vem despertando maior interesse referente as questões relacionadas ao bem-estar e a qualidade de vida (LE PHAM; 2015). Dessa forma esse fato ainda é uma preocupação bem recente, tendo em vista que no início dos anos 60 o Brasil era considerado uma país com maioria de jovens, pois a população com idade maior que 60 anos era menor que 5%, o que o que acarretava uma visibilidade insuficientes gerando poucas ações sociais e educacionais com foco para essa população, e essas

poucas ações da época ainda limitava-se a caráter apenas assistencialista com auxílio em carências básicas, com objetivo de diminuição do sofrimento em decorrência da miséria e da doença, no qual aconteciam na grande maioria através de instituições como asilos mantidas pelo estado ou por centros religiosos, com finalidade de garantia da sobrevivência física do idoso (BRAZ; ZAIA; BITTAR, 2015; SILVA; SOUZA; GANASSOLI, 2017).

Na sociedade, envelhecer muitas vezes ainda é vista de forma negativa e preconceituosa, dificultando que as demandas oriundas para essa faixa etária sejam valorizadas as vezes até mesmo pelo próprio idoso, no qual verifica-se em estudos atitudes consideradas preconceituosas que idosos praticantes de atividades física em situações do dia a dia, sentindo-se ignoradas ou não levadas a sério em ocasiões que emitem suas opiniões (DÁTILLO; MARIN, 2015).

No entanto com objetivo de oferecer melhor qualidade de vida para o idoso, surge a primeira experiência no Brasil no contexto educacional e cultural para essa população, que foi implementado sob influência francesa pelo Serviço Social do Comércio (SESC) de São Paulo, em 1963. Era oferecido eventos educativos, bailes, passeios, jogos de salão além de comemorações de aniversários consideradas como as primeiras atividades em benefícios de um envelhecimento mais saudável, e a partir dessas ações houve uma revolução quanto ao trabalho de assistência social na terceira idade, que antes cuidava apenas quanto as questões de idoso em asilos (CAMARO; PASINATO, 2005).

Já no início da década de 70 na França foi criada a Universidade de Ciências Sociais de Toulouse, na ficou conhecida como o berço das primeiras Universidades da Terceira Idade (The University Of The Third Age U3A), e a partir dessa ação o movimento conhecido como UNATI (Universidade Aberta à Terceira Idade) difundiu-se para todo o mundo, e hoje milhões de pessoas idosas participam de uma diversidade de atividades, físicas, intelectuais e culturais que vem contribuindo para um envelhecimento mais ativo e uma terceira idade com mais qualidade de vida (CACHIONE; ORDONEZ, 2011). No Brasil o primeiro programa seguindo o modelo de UNATI foi implantado na Universidade Federal de Santa Catarina como programa de extensão universitária na área de gerontologia no início da década de 80, no qual ganhou expansão a partir da década de 90 sendo implantadas em todo território nacional tanto em instituições privadas como públicas (CACHIONE; AGUILAR, 2008).

No Piauí foi criado no ano de 2007, pela Universidade Estadual do Piauí (UESPI) como projeto de extensão Universidade Aberta à Terceira Idade (UNATI), no qual atende pessoas a partir de 55 anos com objetivo de desenvolver aspectos cognitivos, e sócio afetivos, considerando as perspectivas da educação

continuada e a necessidade de estimular o resgate da cidadania, as aulas são ministradas por professores da UESPI e convidados externos de forma voluntária (MONTE et al, 2013).

Diante do exposto considera-se que o programa das Universidades Abertas à Terceira Idade (UNATI) tem por finalidade colaborar, no sentido de melhorar a autoestima e cidadania do idoso, de forma a buscar alternativas para que os participantes se sintam inseridos na sociedade e incentivando-os a serem independentes, e sendo de fundamental importância a participação e interação dos professores através de práticas docentes de forma eficientes para alcançar os objetivos propostos conforme planejado, dessa forma o objetivo do presente estudo é relatar a experiência quanto as práticas docentes de professores ministrantes de disciplina da UNATI-UESPI, os principais benefícios alcançados sob uma perspectiva de um olhar docente.

Metodologia

O presente estudo trata-se de um relato de experiência quanto as práticas docentes relativas as atividades e procedimentos metodológicos desenvolvidos nas disciplinas “Ritmo e Memória” e “Zumba Adaptada” vivenciada por professores Profissionais de Educação Física, no qual são voluntários do projeto de extensão Universidade Aberta à Terceira Idade (UNATI) implantada pela Universidade Estadual do Piauí na cidade de Teresina, PI, no Campus Universitário Poeta Torquato Neto. O projeto é oferecido a comunidade em geral e atende pessoas com idade a partir de 55 anos, no qual são desenvolvidas atividades intelectuais, considerando as perspectivas da educação continuada e estimulando o resgate da cidadania.

O projeto oferece disciplinas de diversas áreas, distribuídas em 5 módulos com 4 disciplinas por semestre, com aulas acontecendo em dois dias da semana, sendo na terça e quinta no turno da manhã, com uma carga horária total de 400 horas e duração de 2 anos e meio, ministradas por professores efetivos da UESPI, ex-alunos e/ou professores convidados da comunidade, além das aulas nos dois dias da semana fixo, também fazem parte da programação atividades sociais, palestras, passeios agendados, comemorações de datas festivas, além de participação em eventos científicos e culturais em todo o Brasil.

As turmas eram formadas em sua grande maioria por mulheres sendo que a disciplina zumba adaptada era composta por 90 alunos enquanto que a de ritmo e memória tinha um total de 98 alunos, e eram oferecidas para os blocos do 3º, 4º, 5º, 6º, 7º e 8º períodos da UNATI. As duas disciplinas possuíam

uma carga horária de 30h/aula, sendo composta por aulas teóricas e práticas, na qual as práticas poderiam acontecer tanto na sala de aula quanto na quadra poliesportiva da UESPI, sendo programada antecipadamente na aula anterior.

As disciplinas eram compostas pelos conteúdos quanto aos conceitos, estágios e tipos de memórias, aquecimentos, jogos de estimulação cognitiva, tipos de ritmos, relação entre ritmo, música, dança e expressão corporal, exercícios de fixação do conteúdo, palestras interdisciplinares além das aulas prática. Durante as aulas prática na disciplina de ritmo e memória era composta por alongamentos, dança e movimentos corporais seguindo o ritmo marcado pela voz, pelo batimento das mãos ou pés, por instrumentos de percussão como tambor, cuíca, agogô, ganzá, maracá chocalho ou pela música.

Na disciplina de zumba adaptada foram utilizados os conteúdos citados anteriormente, porém por se tratar de um tipo de dança com ritmos predominante de músicas latinas, utilizou-se de metodologias e estratégias para ensinar ritmos como merengue, salsa, cumbia, bachata e reagaeton, já que eram movimentos ainda pouco conhecidos dos alunos em questão.

Cabe ressaltar que por se tratar de um relato de experiência não houve necessidade da submissão e apreciação ao Conselho de Ética e Pesquisa (CEP/ CONEP), considerando que o presente estudo tem como proposta a contribuição para promoção de saúde da política de envelhecimento ativo.

Resultados e Discussões

O relato de experiência do presente estudo descreve como ocorreu a prática docente das disciplinas de zumba adaptada e ritmo e memória de dois professores voluntários do projeto de extensão UNATI/UESPI em Teresina, PI, analisando suas metodologias e aplicabilidade e benefícios sob um olhar mais amplo quanto a prática docente.

A presença da pessoa idosas no processo educativo faz-se dominante à sua qualidade de vida, pois poderão manter-se ligados à sociedade, podendo desenvolver seu senso crítico, sendo revelados como intermediários da sua própria história (MARTINS; CASSETTO. GUERRA, 2019). Assim, a execução das disciplinas possibilitou, além do conhecimento adquirido através dos conteúdos, a oportunidade de encontros interdisciplinares e a troca de experiências entre docentes e os idosos contribuindo para uma formação cidadã mais ativa.

As atividades educacionais propostas pela disciplina ritmo e memória fizeram com que os alunos entendessem a importância dela em suas vidas acadêmica e cotidiana, compreendendo-se tanto a vivência total do movimento (ritmo/expressão) como a estimulação da criatividade, inteligência (memória). O que contribui para esse resultado, já que são atividade lúdicas, pois esse

tipo de atividade pode ser aplicado como possibilidades para que o indivíduo possa construir experiências de modo a viabilizem uma consciência sobre si, e sobre o mundo. Nesse caso é uma atividade que proporciona plenitude da experiência, pois quando o indivíduo age de forma lúdica, ele pode vivenciar uma experiência plena, podendo ajudar a manter-se mais flexível, alegre e saudável (SANCHES, 2007)

Como resultados da disciplina percebeu-se que houve ganhos consideráveis no desenvolvimento de habilidades, como usar movimentos corporais para produzir sons, manifestando sensações, sentimentos e emoções: raciocínio lógico-matemático, criatividade e concentração. Segundo estudo aulas de ritmo pode ser considerado como forma de estimulação rítmica – sonora, ou seja, são atividades físicas planejada, estruturada, repetitiva, que objetiva a aptidão física, além da auxiliar na reabilitação orgânico funcional e habilidades motoras (BERESFORD et al., 2011)

Quanto a disciplina de zumba adaptada, foi preciso ter um olhar mais didático pensando no público da terceira idade, e qual seria a melhor forma de aplicar os ritmos propostos sem sair do modelo zumba conhecido. Tendo em vista que zumba é um programa de aulas fitness desenvolvido para um público de jovens e adultos, e não específico para idoso, pois trata-se e uma aula conhecida utilizando método de treinamento de força, resistência muscular e aeróbico, com músicas latinas e coreografias bem complexas (PEREZ (PEREZ E GREWOOD-ROBSON, 2009).

Diante dessa situação foi necessário fazer uma adaptação quanto ao método original para aplicação das aulas nos grupos da UNATI, pois a zumba utiliza-se de músicas com intensidade altas como é o caso do merengue e a salsa, e outras com intensidade mais baixas como a cumbia e regaeton. Inicialmente foi apresentado cada estilo de forma individual apresentando 4 movimentos específicos, mostrando melhor forma de execução utilizando metodologias simples, deixando os movimentos a vontade e após a técnicas de contagem de 4 ou 8 tempos.

No decorrer das aulas foram acontecendo e sendo apresentado os estilos de forma lúdica, dança individual, duplas, grupos deixando a música fluir e cada vez mais cada uma sentindo-se à vontade com os estilos apresentados. Estudo apontam que a dança como atividade física, pode favorecer os princípios de qualidade de vida sendo uma atividade estimuladora, promovendo integração geradora de movimentos, que vão evoluindo levando o idoso a deixar a vida sedentária e que pode complementar os movimentos necessários podendo inclusive obter os benefícios que o movimento corporal pode trazer (SALVADOR, 2004).

Ao final de primeiro semestre foi percebido-se a melhoria quanto ao ritmo dos alunos, coordenação motora e percepção de espaço e tempo já estavam bem melhores quando se comparado ao início, além de haver uma melhora na autoestima dos alunos sentindo-se capaz. Dessa forma no semestre seguinte foi acrescentado novos estilos e novos movimentos ainda desconhecidos da turma, tendo em vista que os movimentos básicos já estavam bem definidos podendo passar para movimentos mais complexos, porém respeitando o limite do grupo em questão.

Conforme observação do presente relato, corrobora com estudo Garcia et al (2009), quando diz que a dança é uma atividade física que pode auxiliar o idoso a sair do isolamento, contribuindo para sua independência social, melhorando a condição geral do idoso, sentindo-se útil, que contribui para a diminuição do preconceito cultural imposta pela sociedade. Ainda relatando a observação das aulas em questão, pode-se perceber uma melhoria na possibilidade de lazer durante as aulas, os alunos conforme as aulas iam acontecendo estavam bem mais soltos e a vontade, vendo a dança como uma possibilidade de socialização, educação, arte e exercícios, favorecendo o reconhecimento do percurso natural da vida.

Percebeu-se que ao entrar em contato com a dança os idosos perdem seus medos, incertezas e dúvidas, o que os tornam pessoas mais receptivas aos relacionamentos interpessoais, facilitando na formação de grupos, fazendo-o aprender o verdadeiro caráter das danças como forma social, bem como o valor de um abraço, já que a dança pode ser praticada sozinha, em dupla ou em grupo. Além do mais foi percebido uma melhora significativa com as disciplinas relatadas principalmente relacionado ao ritmo, agilidade, coordenação motora, além de poder proporcionar melhora nas relações sociais entre o grupo.

Um momento mais esperado de todos os participantes no projeto UNATI/UESPI, acontece sempre ao final de cada semestre, onde os professores preparam apresentações práticas dos resultados das disciplinas que aconteceram durante todo o período, é um dia de apresentações artísticas onde conta com a participação de todos os alunos, professores e familiares e convidados, essa é a hora de perceber o crescimento de cada idoso tanto na melhoria dos aspectos físico e psicológicos.

Segundo Silva e Mazo (2007) em seu estudo, foi apresentado que em um programa de dança com a terceira idade durante um período de 4 meses, foi capaz promover mudanças significativas como alterações na agilidade dos alunos, melhora no equilíbrio, ainda contribuindo para o aumento da flexibilidade

dos praticantes, ainda mais afirma que a dança é uma atividade física bem aceita pelos idosos, o que favorece os relacionamentos e recordações pessoais, podendo apresentar grandes riquezas de gestos e movimentos.

Pode-se destacar que a dança como atividade física, seja social, educativa, lúdica ou mesmo para benefícios psicológicos, pode desempenhar uma função significativa na vida dos alunos, auxiliando ainda na estimulação e prevenção e ou retardo de sintomas depressivos, dessa forma promovendo mais saúde e qualidade de vida (CHECOM; GOMES, 2015). Diante disso pode inferir que com o aumento da idade, pode haver uma perda da funcionalidade, e isso pode ser minimizado através da prática de exercícios físico (MARTINS et al., 2016). O que pode ser justificado tendo em vista que as disciplinas relatadas no presente estudo são consideradas como exercícios físicos

Durante o desenvolvimento das ações ficou evidente a identificação quanto a relevância da implantação de atividades que trabalha ritmo e dança para a terceira idade, visto que as mesmas são consideradas como aliadas para o processo de recuperação da saúde. Percebe-se, no entanto, que as práticas desse tipo de atividades podem favorecer a momentos de interação e felicidade entre os idosos, além dos mais essas práticas torna-se uma fonte de benefícios como fortalecimento ao psicossocial, visto que os praticantes podem levar isso para o seu dia a dia, de forma a incorporar em hábitos saudáveis no seu estilo de vida.

Diante dos relatos constatou-se que nas duas disciplinas apresentadas obtiveram resultados satisfatórios, no qual percebeu-se que as metodologias utilizadas quanto as práticas aplicadas pelos professores foram eficazes, apresentando benefícios para os idosos participantes do projeto de extensão da UNATI/UESPI, benefícios essa que pode auxiliar na melhoria da qualidade de vida dos idosos facilitando para a atividade funcional no dia a dia de cada um além de contribuir para melhorias tanto nos aspectos físicos, mental e social.

Considerações finais

Conclui-se que o uso da metodologia aplicada nas disciplinas ofertadas para o grupo de idosos pode colaborar com a manutenção da saúde (física e mental), e interação social entre os idosos, percebeu-se, entretanto, que os mesmo mostraram-se motivados e solícitos a dinâmicas propostas pelas aulas, além de considerar que a dança ou as atividades rítmicas expressivas aplicadas nas disciplinas tem um poder de sociabilizar, e motivar os praticantes, pois dançando todos se sentem bem.

Diante disso o intuito de levar a dança para os idosos é poder mostrar para os mesmos da importância dos movimentos praticados para seu bem-estar, levando-os a sensação de prazer, alegria, auxiliando na diminuição do estresse e contribuindo para sua saúde. No entanto se faz necessário que essas práticas sejam inseridas não só no contexto da terceira idade, mas sim para toda população, tendo em vista que a dança pode ser uma fonte de benefícios para a saúde da população e dessa forma chegar a uma velhice com mais qualidade de vida.

Referências

BERESFORD, Heron. et al. Uma avaliação da eficácia da estimulação rítmico-sonora voltada para idosos. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 14, n. 1, p. 59-64, mar. 2011.

BETO, Perez; GREENWORD-ROBSON, Marconi. (2009) Zumba: Ditch the Workout, Join the party The Zumba Weight Loss Program. New York: **Grand Life & Style**.

BRAZ, Igor Augusto; ZAIA, José Eduardo; BITTAR, Célia Maria Lobo. Percepção da qualidade de vida de idosos participantes e não participantes de um grupo de convivência da terceira idade de catanduva (SP). **Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento**, v. 20, n. 2, 6 nov. 2015.

CAMARANO, Ana Amélia; PASINATO, Maria Tereza. O envelhecimento populacional na agenda das políticas públicas. In: CAMARANO, Ana Amélia (Org.). Os idosos e os seus novos papéis sociais. Rio de Janeiro: IPEA, 2005, p. 251-289.

CACHIONI, Meire; ORDONEZ, Tiago Nascimento. Universidade da Terceiridade. In: FREITAS, Elizabete Viana de; PY, Ligia (Org.). **Tratado de Geriatria e Gerontologia**. 3. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2011, v. 1. P. 1655-1663.

CACHIONI, Meire; AGUILAR, Luiz Enrique. A Convivência com Pessoas Idosas em Instituições de Ensino Superior: a percepção de alunos da graduação e funcionários.

Revista Kairós Gerontologia, São Paulo, v. 11, p. 79-104, 2008.

CHECOM, Daiane de Carvalho; GOMES, Geni Col. A influência da dança na melhoria da qualidade de vida do idoso. **REVISTA UNINGÁ REVIEW**, v. 24, n. 2, 2015. ISSN 2178-2571.

DÁTILO, Gilsenir Maria Prevelato de Almeida.; MARIN, Maria José Sanches. O envelhecimento na percepção de idosos que frequentam uma universidade aberta da terceira idade. **Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento**, v. 20, n. 2, 6 nov. 2015.

DOLL, Johannes; Ramos, Anne Carolina. Apresentação - Educação e Envelhecimento. **Educação & Realidade**, v. 40, n. 1, p. 9-15, mar. 2015.

GARCIA, Janaina Leandra et. al. A influência da dança na qualidade de vida dos idosos. **Revista EFDeportes.com**, 2009.

LE PHAM, Phu Dac; VO, Trung Quang. Assessment of psychometric properties of WHOQOL-OLD instrument: a literature review. *International Journal of Pharmacy and Pharmaceutical Research*, Baltimore, v. 4, n. 4, p. 53-66, 2015.

MARTINS, Maria Manuela; MONTEIRO, clara; MARTINHO, Júlia; GUERRA-

MARTIN, Maria Dolores. Atividade física nos mais de 65 anos e a Promoção de Saúde. **Actas de Gerontologia: Congresso Português de Avaliação e Intervenção em Gerontologia Social**. V. 2, n. 1, p. 2182-9314, 2016.

OLIVEIRA, Albermara Leite; REIS, Luciana Araújo. Produção do conhecimento em estudos brasileiros sobre envelhecimento no período de 2005 a 2015. **Revista de Saúde Coletiva da UEMS**, v. 7, n. 1, p. 58-63, 22 jul. 2017.

SALVADOR, M. A importância da atividade física na terceira idade: uma análise da dança enquanto atividade física. **Revista Primeiros Passos**, 2004.

MAZO, Geovana Zarpellon; Silva, Aline Huber. Dança para Idosos: uma alternativa para o exercício físico. **Cinergis**. v.8, n.1, Jan/Jun. Florianópolis, SC, p.25-32, 2007.

SILVA, Henrique Salmazo; LIMA, Ângela Maria Machado; GALHARDONI, Ricardo. Envelhecimento bem-sucedido e vulnerabilidade em saúde: aproximações e perspectivas. 2010

SILVA, J. A. C. DA; SOUZA, L. E. A. DE; GANASSOLI, C. Qualidade de vida na terceira idade. **Revista da Sociedade Brasileira de Clínica Médica**, v. 15, n. 3, p. 146–149, 7 nov. 2017.

SOUZA, Francisco Elba Pereira; et al. EDENTULISMO E QUALIDADE DE VIDA: PERCEPÇÃO DE PACIENTES DA TERCEIRA IDADE. **Revista E-Ciência**, v. 7, n. 2, 15 fev. 2020.

SOBRE OS ORGANIZADORES E AUTORE(A)S

ORGANIZADORES:

Ivaldo Coelho Carmo

Graduado em licenciatura em Educação-UFPI, Graduado em Odontologia-UFPI, Especialista em Educação Infantil-UECE, Especialista em Nutrição para o Firmes e para o Treinamento Desportivo-UESPI, Mestre em Ciências da Saúde-UFRN, Doutorando em Biotecnologia-UFPI Coordenador do curso de Bacharelado em Educação Física-IESM, Coordenador Geral dos Cursos de Educação Física-PARFOR, Coordenador da Universidade Aberta da Terceira Idade-UNATI/UESPI, Professor do Curso de Educação Física da UESPI.

Email: ivaldocoelho@ccs.uespi.br

Lattes: CV: <http://lattes.cnpq.br/4932351196057193>

Moisés Mendes da Silva

Professor Efetivo do Curso de Educação Física da Universidade Estadual do Piauí Graduado em Licenciatura plena em educação física-UFPI, Especialista em Educação Física Escolar-UFPI, Mestre em Ciências e Saúde-UFPI, Coordenador da Universidade Aberta a Terceira Idade-UNATI e do Núcleo de Atividade Física para a terceira Idade-NUTI da UESPI, campus Poeta Torquato Neto, Doutorando em Biotecnologia-UFPI.

Email: moisesendes@ccs.uespi.br

Lattes: CV: <http://lattes.cnpq.br/4679083551616427>

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7544-6379>

Raimundo Dutra de Araújo

Doutor em Educação /Universidade Metodista de Piracicaba/SP (UNIMEP). Realizou Pós-Doutorado em Educação / Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP). Realizou Estágio de Pós-graduação em Educação (Doutorado Sanduíche PDSE / CAPES) na Unidade Transdisciplinar de Investigação em Supervisão (UTIS) do Centro de Investigação Didática e Tecnologia na Formação de Formadores (CIDTFF), no Departamento de Educação da Universidade de Aveiro/Portugal. É Professor da Universidade Estadual do Piauí (UESPI). É membro do Grupo de Estudos e Pesquisas Histórico-Culturais em Formação de Professores e Prática Pedagógica (GEHFOP/UESPI) e do Núcleo de Estudos e Pesquisas em Educação na Psicologia Sócio-Histórica (NEPSH/UFPI). É autor de livros e artigos científicos na área da educação. Exerce atividades docentes em cursos de graduação e de pós-graduação. Atua, dentre outros, nos seguintes

temas: *Formação de professores, Estágio Supervisionado, Gestão Educacional, Práticas Pedagógicas, Didática, Docência do Ensino Superior, Coordenação Pedagógica. Ensino-aprendizagem. Pesquisa educacional.*

AUTORES:

Alana Maria Oliveira Nunes

Graduanda em Bacharelado em Educação Física na Universidade Estadual do Piauí – UESPI. Integrante no Grupo de pesquisa Biotecnologia e Bioprocessos aplicados a saúde, da Universidade Estadual do Piauí. Estagiária do Núcleo de Atividade Física para a terceira Idade-NUTI da UESPI, campus Poeta Torquato Neto.

Email: alananunes@aluno.uespi.br

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/6241079005468938>

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5315-8077>

Alexon Fabiano Silva Alexandre

Especialista em Gerontologia (UFPI)

Especialista em Docência do Ensino Superior (FAEMA)

Docente Instituto de Ensino Superior Múltiplo – IESM, Timon, MA

Link lattes: <http://lattes.cnpq.br/6574590511453485>

Andréa Conceição Gomes Lima

Fisioterapeuta. Mestre em Biologia Urbana pelo Centro Universitário Nilton Lins. Doutora em Engenharia Biomédica pela Universidade do Vale da Paraíba. Tutora do Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família e Comunidade pela Universidade Estadual do Piauí (UESPI).

Edvaldo Cesar da Silva Oliveira

Graduação em Licenciatura em História pela Universidade Federal do Piauí (1996) e graduação em Licenciatura em Educação Física pela Universidade Federal do Piauí (1999), Especialista em Docência do Ensino Superior pela Faculdade Santo Agostinho com ênfase em currículo, Mestre em Educação Física e Saúde pela Universidade Católica de Brasília - DF com ênfase em políticas públicas de esporte e lazer, Doutor em Educação Física e Saúde pela Universidade Católica de Brasília-UCB com ênfase em apropriação de espaços de lazer pelos movimentos sociais para comunidade negra. Atualmente é professor do Instituto Federal do Piauí campus Angical -IFPI. Participante do grupo de pesquisa OBCORPO, tem experiência na área de História, com ênfase em história da Educação física, historia medieval, história das ideias políticas

atuando nos seguintes temas: história, orientações, formação de professores, metodologia de ensino, metodologia científica, dança, sociologia do esporte e estudos sobre o corpo.

Email: edvaldooliveira32@hotmail.com

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/0097595277903070>

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2300-5803>

Elzivane Emanuelle da Rocha Teles

Acadêmica do curso de Bacharelado em Educação Física da Universidade Estadual do Piauí (UESPI). Acadêmica do curso de Bacharelado em Direito do Centro Universitário Santo Agostinho (UNIFSA). Integrante do Grupo de pesquisa em Biotecnologia e Bioprocessos aplicados a saúde, da Universidade Estadual do Piauí. Estagiária no Núcleo de Atividade Física para a Terceira Idade (NUTI) da UESPI, campus Poeta Torquato Neto.

Email: elzivaneteles@aluno.uespi.br

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/2115848890448510>

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3422-6601>

Emanuela Ferry de Oliveira Moreira

Mestra em Comunicação pela UFPI (2017). Especialista em Docência do Ensino Superior pela UESPI (2014). Especialista em Gestão Empresarial pelo CESVALE (2009). Bacharela em Administração pelo ICF (2007). Estudos com ênfase em fatores humanos no trabalho, atuando principalmente nos seguintes temas: inclusão, promoção da saúde, estilo de vida, necessidades especiais e burnout, estresse, área da mídia e produções de subjetividades. Atualmente, professora substituta pela UEMA e IFPI.

EMAIL: emanuelaferry1@gmail.com

LATTES: <http://lattes.cnpq.br/6956932513045921>

ORCID <https://orcid.org/0000-0002-8621-6587>

Emmanuel Wassermann Moraes e Luz

Possui graduação em Licenciatura Plena em Educação Física pela Universidade Estadual do Piauí (1999), mestrado em Genética e Toxicologia Aplicada pela Universidade Luterana do Brasil (2009) e doutorado em DOUTORADO EM BIOTECNOLOGIA pela REDE NORDESTE DE BIOTECNOLOGIA (2015). Atualmente é efetivo de 1º e 2º graus do Instituto Federal do Piauí. Tem experiência na área de Educação Física, com ênfase em Educação Física, atuando principalmente nos seguintes temas: mutagênese, genotóxicos, antioxidante, fisiologia do exercício e atividade física. Atua como diretor de pós-graduação do IFPI.

E-mail: emmanuel.luz@ifpi.edu.br

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/0336848402405205>

Esther Rodrigues Fernandes do Nascimento

Graduanda em Bacharelado em Educação Física na Universidade Estadual do Piauí - UESPI. Integrante no Grupo de pesquisa Biotecnologia e Bioprocessos aplicados a saúde, da Universidade Estadual do Piauí. Estagiária na Academia TimeFit, atuando em musculação, funcional kids e funcional para adultos. Estagiária no Núcleo de Atividade Física para a Terceira Idade - NUTI da UESPI, campus Poeta Torquato Neto.

Email: esthernascimento@aluno.uespi.br

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/2506154161566479>

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1879-1704>

Gildeene Silva Farias

Mestre em Educação Física (UFTM)

Especialista em Dança Educacional (CENSUPEG)

Especialista em Lesão no Esporte e Prescrição do Exercício Físico (UESPI)

Docente Faculdade Estácio de Teresina, Teresina, PI

Docente Instituto de Ensino Superior Múltiplo - IESM, Timon, MA

Link lattes: <http://lattes.cnpq.br/1996959307202349>

Ivaldo Coelho Carmo

Graduado em licenciatura em Educação-UFPI, Graduado em Odontologia-UFPI, Especialista em Educação Infantil-UECE, Especialista em Nutrição para o Firmes e para o Treinamento Desportivo-UESPI, Mestre em Ciências da Saúde-UFRN, Doutorando em Biotecnologia-UFPI Coordenador do curso de Bacharelado em Educação Física-IESM, Coordenador Geral dos Cursos de Educação Física-PARFOR, Coordenador da Universidade Aberta da Terceira Idade-UNATI/UESPI, Professor do Curso de Educação Física da UESPI.

Email: ivaldocoelho@ccs.uespi.br

Lattes: CV: <http://lattes.cnpq.br/4932351196057193>

João Caio Silva Castro Ferreira

Enfermeiro. Pós-graduando do Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família e Comunidade pela Universidade Estadual do Piauí (UESPI).

Joerbeth da Silva Oliveira

Possui graduação em Licenciatura Plena em Educação Física pela Universidade Estadual do Piauí (2017). Especialização em Nutrição, atividade física e promoção de saúde pelo Instituto Federal do Piauí (2019). Foi professor na Universidade Aberta da Terceira Idade-UNATI (2018).

E-mail: joerbeth.s@hotmail.com

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/8973427689921373>

Luís Felipe Oliveira Ferreira

Enfermeiro. Mestrando em Enfermagem pela Universidade Federal do Piauí (UFPI). Pós-graduado em Atenção Básica e Saúde da Família. Programa de Residência Multiprofissional - UFPI.

Michelle Vicente Torres

Fisioterapeuta. Mestre em Saúde Pública pela Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo. Tutora do Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família e Comunidade pela Universidade Estadual do Piauí (UESPI).

Moisés Mendes da Silva

Professor Efetivo do Curso de Educação Física da Universidade Estadual do Piauí Graduado em Licenciatura plena em educação física-UFPI, Especialista em Educação Física Escolar-UFPI, Mestre em Ciências e Saúde-UFPI, Coordenador da Universidade Aberta a Terceira Idade-UNATI e do Núcleo de Atividade Física para a terceira Idade-NUTI da UESPI, campus Poeta Torquato Neto, Doutorando em Biotecnologia-UFPI.

Email: moisesendes@ccs.uespi.br

Lattes: CV: <http://lattes.cnpq.br/4679083551616427>

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7544-6379>

Nanielle Silva Barbosa

Enfermeira. Pós-graduanda do Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família e Comunidade pela Universidade Estadual do Piauí (UESPI).

Orlane Carla Macêdo Costa e Silva

Bacharelanda em Administração pela UEMA

E-mail: lanne_macedo@hotmail.com

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/2794904215608463>

ORCID: 0000-0001-5482-5081

Paloma Soares Mota

Graduada em Fisioterapia pela Universidade Estadual do Piauí – UESPI

Renata Costa Silva

Especialista em Fisiologia do Exercício e Treinamento Personalizado (UNIFSA)

Especialista em Desporto Escolar (IFPI)

Universidade Estadual do Piauí

Link lattes: <http://lattes.cnpq.br/1996492162535950>

Suzy Romere Silva de Alencar

Enfermeira. Pós-graduanda do Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família e Comunidade pela Universidade Estadual do Piauí (UESPI).

ÍNDICE REMISSIVO

A IMPORTÂNCIA DA MOTIVAÇÃO NA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA PARA IDOSOS

Atividade Física (8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15).

Benefícios (8, 11, 13).

Convivência (10, 11, 12, 15).

Entrevista (9, 10, 12, 13).

Envelhecimento (11,13, 14, 15, 16).

Idosos (8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16).

Motivação (8, 9, 10, 11, 13).

Prazer (10, 11, 12, 14).

Qualidade de vida (14, 15, 16).

Saúde (8, 10, 11, 13, 14, 15, 16).

O EMPREENDEDORISMO NA TERCEIRA IDADE: O USO DAS REDES SOCIAIS

Digital (19, 20, 21)

Empreendedoras (19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29)

Empreendedorismo (18, 19, 20, 25, 29)

Empreendedorismo Feminino (19, 20)

Idosos (17, 18, 28, 29)

Mulheres (18, 19, 20, 22, 23, 26)

Negócios (18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27)

Perfil empreendedor (22, 23, 26, 28, 31)

Redes Sociais (18, 19, 20, 21, 22, 27, 28, 29)

Terceira Idade (18, 19, 22, 24, 28)

ENVELHECIMENTO E SAÚDE UNATI-UESPI ENVELHECIMENTO UESPI

CONCEPÇÕES DE SAÚDE NO ENVELHECIMENTO: REFLEXÕES DE PESSOAS ACOLHIDAS EM CENTRO DE CONVIVÊNCIA EM TERESINA – PI

Bem-estar (41, 45, 46, 47, 50, 51, 52, 53, 54)

Capacidade funcional (40, 45, 47, 48, 49, 51, 54)

Centro de Convivência (40, 42, 43)

Concepções de saúde (40, 41, 42, 44, 45, 54)

Doenças (40, 41, 43, 50, 51, 54)

Envelhecimento (40, 41, 42, 44, 45, 47, 48, 50, 51, 52, 53, 54)

Envelhecimento Saudável (40, 41, 49, 53, 54)

Idoso (40, 41, 45, 46, 47, 48, 49, 51, 52, 53, 54)

Saúde (40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54)

Saúde do Idoso (41, 46, 48, 50, 52)

EMPREENDEDORISMO NA MELHOR IDADE

aposentadoria: 58, 59, 60, 61, 63, 64, 65

empreendedorismo: 58, 59, 61, 62, 63, 64, 65, 66

envelhecimento: 58, 59, 60, 62

idoso: 60, 62

oportunidade: 60, 62

qualidade de vida: 59, 60, 62, 64, 65, 66

sistema previdenciário: 58, 65

terceira idade: 58, 59, 63, 66

trabalhador: 60, 64, 65

trabalho: 59, 60

ENVELHECER BEM: PROMOVENDO A AUTOESTIMA E O AMOR-PRÓPRIO NA TERCEIRA IDADE

IDOSO E A ATIVIDADE FÍSICA: FATORES FAVORÁVEIS À ADESÃO E PERMANÊNCIA NO PROJETO DE EXTENSÃO NÚCLEO DE ATIVIDADE FÍSICA DA TERCEIRA IDADE (NUTI) EM TERESINA-PI

Adesão (81, 82, 83, 86, 87, 89, 90, 91)

Escolaridade (84, 85, 86,)

Fatores (81, 82, 84, 90,)

Idosos (82, 83, 84, 86, 89, 90, 91)

Motivos (82, 83, 86, 87, 88, 89, 91)

Mulheres (84,)

Nuti (81, 82, 83, 88, 89,)

Permanência (81, 82, 83, 88, 90, 91)

Projeto (81, 82, 83, 84, 85, 86, 88, 89, 90,)

Saúde (81, 82, 83, 86, 87, 89, 91)

IDOSOS NA EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS: PERCEPÇÕES E DISCUSSÕES

Aprendizagem (94, 95, 96, 97, 103, 104)

Dificuldades (94, 95, 96, 97, 98, 99, 102, 103, 104)

Educação (94, 95, 96, 97, 98, 99, 101, 102, 103, 104, 105)

Educação de Jovens e Adultos (94, 95, 97, 98, 99, 101, ,104, 106)

Ensino (94, 95, 96, 97, 98, 99, 102, 103, 104)

Envelhecimento (94, 106)

Idosos (94, 95, 96, 97, 98, 100, 101, 103, 104)

Percepções (94, 106)

População (94, 106)

Potencialidades (95, 106)

LETRAMENTO DIGITAL DE PESSOAS IDOSAS EM MOMENTO DE PANDEMIA

comunicação: 108, 114

idoso: 108, 109, 110, 111, 112, 113, 114, 115

inclusão: 109, 110,

internet: 110, 111, 112, 113, 114

isolamento: 108, 113

letramento digital: 108, 109, 110, 111, 115

pandemia: 108, 109, 113

TDIC: 108, 109

TIC: 109, 110, 111, 112, 113, 114, 115

UNATI: 108, 110, 111, 112, 115

**UNIVERSIDADE ABERTA À TERCEIRA – UNATI/UESPI E PRÁTICAS
DOCENTE: RELATO DE EXPERIÊNCIA**



ACADÊMICA
Editorial

**PROCESSOS SOCIOEDUCATIVOS
DA PESSOA IDOSA:
múltiplos contextos e olhares**