

**Atividades educacionais
participativas e seus efeitos
benéficos na vida, pessoal e social,
de pessoas idosas — caso da
Faculdade da Idade da Razão
(FIR/FIG/UNIMESP)***

*Participatory educational activities and their
beneficial effects on life, personal and social, of the
elderly - the case of the Faculty of Age of Reason
(FIR/FIG/UNIMESP)*

Nadia Dumara Ruiz Silveira
Flamínia Manzano Moreira Lodovici
Flávia Settanni P. Gonçalves Bitelli

RESUMO: O presente estudo objetivou analisar os efeitos, que se mostraram benéficos, resultantes de atividades participativas em grupo desenvolvidas em uma Universidade particular, no presente caso, a Faculdade da Idade da Razão (FIR), integrante do Centro Universitário Metropolitano de São Paulo (FIG/UNIMESP), às pessoas idosas frequentadoras da sua programação. A pesquisa de natureza qualitativa, de caráter exploratório, teve como instrumento de coleta de dados um questionário aplicado em entrevista a vinte e três sujeitos, os quais se apresentaram voluntariamente para participar da investigação. Os resultados obtidos revelam que a adesão à FIR permitiu que se considerassem algumas atividades como de maior interesse ou prazerosas: ioga, pilates, dança, excursões e espanhol, além de aulas sugeridas pelos alunos, as de informática dentre outras. As principais repercussões dessa experiência participativa na vida dos idosos indicam melhoria da saúde em geral, com a sensação de bem-estar pessoal, e muito especialmente a ressignificação da convivência social e a revitalização dos contactos familiares, além de fazerem ver uma inesperada reconcepção

*FIR (FIG/UNIMESP): Faculdade da Idade da Razão (ligada às Faculdades Integradas de Guarulhos, que constituem o Centro Universitário Metropolitano de São Paulo), situada no município de Guarulhos (SP), Brasil.

da condição de “aposentado”, aspectos estes que se traduzem em sentimentos ratificados por todos, como o de felicidade.

Palavras-chave: Educação de idosos; Bem-estar pessoal; Convivência Social.

ABSTRACT: *The present study aimed to analyze the effects, which proved beneficial, resulting participatory activities in a private university, in this case, the School of the Age of Reason (FIR), a member of the Metropolitan University Center of São Paulo (FIG/UNIMESP), attending to its programming elderly. The qualitative research, exploratory, had as an instrument of data collection, a questionnaire interview in twenty-three subjects, who have volunteered to participate in the investigation. The results show that joining the FIR allowed some activities were considered as higher interest or enjoyable: yoga, pilates, dance, tours and Spanish in addition to lessons suggested by the students, the computer among others. The main impact of this participatory experience in the lives of the elderly indicate improved overall health, feeling of personal well-being, beyond the redefinition of social coexistence, the revitalization of family contacts, and enable an unexpected redesign the condition retired, these issues translate into feelings ratified by all, such as happiness.*

Keywords: Education elderly; Well-being; Living Social.

Introdução

“Na história, temos visto com frequência, infelizmente, que o possível se torna impossível e podemos pressentir que as mais ricas possibilidades humanas permanecem ainda impossíveis de realizar. Mas vimos também que o inesperado torna-se possível e se realiza; vimos com frequência que o improvável se realiza mais do que o provável; saibamos, então, esperar o inesperado e trabalhar pelo improvável.” (Morin, 2000).

Os dizeres dessa epígrafe bem podem, *mutatis mutandis*, traduzir a motivação de um acontecimento, de início, *improvável* — o engajamento de pessoas idosas em projetos novos de vida —, mas que vem resultando em um feliz *inesperado*: um vivificar de espíritos criativos, a olhos vistos, em muitos espaços educacionais de nosso país e, a um só tempo, em muitos outros países. E não apenas viável em espaços como universidades públicas e comunitárias que, via de regra, preocupam-se em atender

problemáticas de certos segmentos fragilizados da sociedade, mas também em universidades particulares, tal como descreve o presente estudo, quando um fez *inesperado* se fez ver.

Essa abertura das portas universitárias às gerações mais antigas evidencia diferenças positivas quanto à concepção do que é ser velho, do processo de envelhecimento e da velhice, com implicações e decorrências bem-sucedidas, em função da adesão a esse novo ideário que ora se configura, e não apenas manifesto por parte dos idosos, mas das famílias, da sociedade em geral, destacando-se, nesse movimento, o envolvimento de grande número de profissionais que passam a se especializar nas problemáticas da questão emergente deste século XXI — a longevidade humana e o envelhecimento estendido, especialmente o feminino.

Ratificando as mudanças trazidas desde a sua implantação, a frase entusiasta de Cachioni (2012, p.2), ao pôr em evidência o avanço das formas dessa nova prática cultural e intelectual:

Mil idosos em um único programa [o primeiro criado por Pierre Vellas, na França, em 1973] e na virada do século XX [para o século XXI], mais de cinco mil programas espalhados por todo o mundo, em diferentes continentes, com milhares de pessoas idosas participando de atividades intelectuais e culturais, em busca de uma velhice bem-sucedida...

Não é novidade que as pessoas com 60 anos e mais anos compõem o contingente populacional de maior representação na última e na presente década. De acordo com a Pesquisa Nacional de Amostra por Domicílio (PNAD/2012), o Brasil já conta, hoje, com 24.800.000 de pessoas idosas, correspondendo aproximadamente a 10,98% da população brasileira, e se considera que está sendo este o segmento populacional que mais cresce.

Projeções para o ano de 2025 apontam que o Brasil terá cerca de 36 milhões de pessoas com 60 ou mais anos (Brasil, 2013), e mais de 2,6 milhões de pessoas com mais de 80 anos, ou seja, será o sexto país do mundo, em números absolutos de população idosa (WHO, 2005). Em se consolidando as projeções, em 2050 quase 30% da população brasileira terá 60 ou mais anos.

Um envelhecimento da população, que é mundial e reflete a combinação complexa de fatores, tais como: a curva negativa da natalidade, a redução da mortalidade infantil, o aumento da expectativa de vida, pelo avanço no campo dos cuidados com a saúde, das novas tecnologias médicas, as melhorias na educação, na renda e nas condições de vida – o que acarretou mudanças dramáticas nas estruturas sociais de modo geral e na família em particular. Isso tudo a despeito das desigualdades cada vez mais evidentes entre as camadas da população e consequentes problemáticas sociais e ambientais.

A respeito de um futuro próximo, cerca de mais duas décadas, a demógrafa Camarano (2013) projeta que os idosos estarão por volta de 40 milhões:

É provável que o Censo de 2030 encontre o número máximo de brasileiros que se pode vislumbrar, cerca de 208 milhões, dos quais 20% serão idosos. A partir daí, mantidas as mesmas tendências, esse contingente começará a diminuir e o formato da pirâmide etária se inverterá. Os *baby boomers* estão envelhecendo e se transformando nos *elderly boomers*. A preocupação com o “excesso” de crianças está dando lugar para o “excesso” de idosos. Já se notam duas consequências desse processo: contração da população e superenvelhecimento. O Brasil não é mais um país de jovens.

As preocupações que esse fenômeno vêm acarretando aos estudiosos do envelhecimento são tantas, a ponto de a *Revista Ciência & Saúde Coletiva*, em sua edição 18(12), de dezembro de 2013, intitulada: “Envelhecimento: bônus demográfico e desafio para o setor saúde”, iniciar com um editorial bastante instigante da demógrafa Ana Amélia Camarano que questiona se a sociedade estará, de alguma forma, preparada para enfrentar essa nossa realidade de um veloz e acelerado crescimento da população idosa, acarretador de desafios outros, não previstos antes: enquanto não se duvida dos números constatadores de um crescimento acelerado da população idosa nos próximos 30 anos, não se tem certeza sobre como sobreviverão esses idosos em termos de saúde, inclusive autonomia e renda. Ressalta ainda esse número temático tal “bônus demográfico”, que evidencia as problemáticas a serem enfrentadas pelo setor da saúde, quando 90% da população acima de 60 anos terá apenas a instância do SUS a recorrer.

Mudanças importantes ocorreram nas últimas décadas, dentre elas, interessando-nos mais de perto aqui, as mudanças nos arranjos familiares, com a participação maior da mulher no mercado de trabalho, a redução nos diferenciais por gênero na vida privada e social, a redução no número de cuidadores familiares. Apesar de algumas conquistas em direitos sociais pelos idosos, como a universalização da aposentadoria, as filas especiais em Bancos, aeroportos etc., os assentos reservados nos transportes públicos, a gratuidade nos transportes urbanos, a meia entrada, dentre outras (Camarano (2013), outras áreas, como a saúde e a educação, cada vez mais se agravam na atualidade; imagine-se um futuro próximo em que haverá percentagem imensa de idosos fragilizados e dependentes.

Um contexto assim alarmante requer ações novas e criativas no sentido de envolvimento das várias gerações, dos próprios idosos em trabalho participativo, de modo que o planejamento urbano se volte para o atendimento, de forma outra, dos novos desafios impostos pelas mudanças, tal como o provimento de equipamentos, serviços, adequados para atender à população envelhecida tão rapidamente.

De acordo com Oliveira (1996), ainda não se reconhece devidamente os idosos como sujeitos ativos, identificação esta que, via de regra, é atribuída, e de modo estigmatizado, somente àqueles que são jovens e se encontram verdadeiramente engajados no sistema produtivo.

É preciso que idosos sejam vistos como seres participativos da sociedade, com contribuição experienciada a oferecer à sociedade. Complica-se, entretanto, esse problema em nosso país, diante de sua extensão geográfica, da permanência da elevada desigualdade social, quando é facilmente constatável o ainda insuficiente e inadequado oferecimento de oportunidades destinadas às pessoas idosas em espaços de convivência social como trabalho, lazer, cultura, dentre outros.

No âmbito da educação, em particular, não se pode deixar de considerar a relevância das Universidades Abertas à Terceira Idade (UATIs ou UnATIs) que vêm, há algumas décadas, favorecendo a implementação de programações que atendem às demandas por projetos sociais e educacionais voltados ao segmento idoso. Estas resultaram de iniciativas que surgiram por volta da década de (19)60, na França, no período considerado como da primeira geração das UATIs. A partir de 1973, o tributo vai àquele que nelas acreditou e se tornou seu implementador, em Toulouse, na França,

Pierre Vellas, voltando-as nessa ocasião para o ensino e a pesquisa.¹ As UTIs – em sua segunda geração – passaram, a partir de então, a se expandir consideravelmente pela França, sendo que, em 1975, foi criada a Associação Internacional das Universidades da Terceira Idade e, em 1980, a União Francesa de Universidades da Terceira Idade, chegando a 59 UTIs em 1981 na França, daí se difundindo para outros países da Europa (Veras & Caldas, 2004).

A terceira e atual geração das UTIs caracterizaram-se, segundo Peixoto (1997), “(...) pela elaboração de um programa educacional mais amplo, voltado à oferta de alternativas diversificadas a uma renovada população de aposentados, cada vez mais escolarizada, a exigir cursos universitários formais, com direito a créditos e diploma”.²

No Brasil, a proposta pioneira, segundo Cachioni (1998), em favor da pessoa surgiu em 1977, com o Serviço Social do Comércio de Campinas (SP) (SESC), com um espaço que passou a propiciar atividades culturais e de sociabilidade, ocupando o tempo livre dos idosos, promovendo as relações sociais e a educação permanente.

Segundo a autora, a partir da década de (19)80, dezenas instituições de ensino superior, motivadas pela percepção da realidade emergente do envelhecimento populacional em nosso país, passaram a abrir o espaço educacional também aos profissionais interessados no estudo das questões do envelhecimento, quando então se criaram programações voltadas para questões pertinentes ao segmento idoso, integrando-as às funções básicas de ensino, pesquisa e extensão. Neri e Debert (1999) destacam esse momento:

Esse interesse se traduziu na constituição de centros de estudo e de formação de profissionais voltados para trabalhar com idosos, na abertura de espaços para reuniões e discussões sobre essa temática e na criação de áreas especificamente voltadas para o estudo do envelhecimento, no interior de disciplinas acadêmicas plenamente constituídas (como citado em Prado & Dutra, 2004).

Estudo realizado pelo Grupo de Pesquisa Educação, Longevidade e Qualidade de Vida – ELO, do Programa de Estudos Pós-Graduados em Gerontologia da PUC-SP, ao qual pertencem as presentes articulistas, identificou, em 2007, vinte UNATIs na capital paulistana.

¹ Cf. descrito em Vellas, P. (1997). *Le troisième souffle*. Paris (France): Grasset.

² Recuperado em 20 fevereiro 2012, de: <http://www.portaldateceiraidade.50webs.com/unatis.html>

Suas programações caracterizam-se pela diversidade de conteúdos e atividades, comumente fazendo-se diferenciar do ensino formal-acadêmico. De modo geral, as propostas dessas programações visam à valorização pessoal, à convivência grupal, ao fortalecimento da participação social, ao bem-viver; em suma, à formação de um cidadão idoso consciente de seus direitos e responsabilidades, diante de si e do outro, a fim de, a partir de tais mudanças, ganhar maior autonomia e garantir-se uma vida digna durante toda a velhice.

Singularidades de uma experiência

A Faculdade da Idade da Razão (FIR) existe desde 2004 como integrante do Centro Universitário Metropolitano de São Paulo (FIG-Unimesp de Guarulhos) e, a cada ano, reinicia suas atividades com grupos de alunos situados na faixa etária acima dos cinquenta anos. De modo geral, a experiência tem comprovado que envelhecer também pode ser sinônimo de saúde, produtividade, beleza, elegância e sensualidade, possibilitando a autovalorização e a melhoria do relacionamento familiar e social.

O curso, que funciona às segundas, quartas e sextas-feiras, das 13h30min às 18h00min, inclui em sua programação as seguintes disciplinas com suas atividades respectivas: Ioga e Alongamento; Atividades Aquáticas e Desportivas; Voleibol; Dança, Vida e Saúde; Teatro, Literatura, Desenho e Pintura; Espanhol, Inglês, Jogos Cognitivos, Fotografia, além de disciplinas sugeridas pelos alunos como Dança de Salão e Comunicação Eletrônica (Informática via micro e telemóveis).

A proposta da FIR tem como pressuposto que “Viver é aprender”, no sentido de um indivíduo manter-se física e mentalmente ativo, o que justifica seu objetivo de proporcionar, a uma parcela significativa da população com mais de cinquenta anos, a oportunidade de continuidade de estudos, mas, principalmente, aprender a bem-viver, consigo próprio e com o outro. Essa cooperação entre os participantes pode ser dita, a exemplo do proposto pelo filósofo Cortella (2013), como a atitude ética de se dar conta de que “... ‘ser humano é ser junto’, [pois] o que nos fez sobreviver a todas as intempéries que vitimaram muitas outras espécies foi a força gregária, o trabalho junto, o esforço coletivo, que nos dá realmente a marca da Humanidade” (p.41)... ‘a ética da vida coletiva” (p.54).

O grupo de idosos que participa, coletivamente, das atividades demonstra que aprendeu a vivenciar de forma cooperativa esse seu cotidiano estudantil, passando a desenhar mudanças nos projetos de vida para o presente e um futuro próximo, dentro dessa filosofia. As lembranças remanescentes do passado são encaradas como estímulo à construção de novos planos, a propor mudanças pessoais resultantes de sua participação e interesses renovados nas atividades oferecidas,

Configurações da pesquisa empírica

Este estudo propiciou a compreensão do processo vivenciado pelos idosos sujeitos da pesquisa e a identificação dos efeitos de uma participação cooperativa na vida estudantil dos frequentadores do curso da Faculdade da Idade da Razão (FIR). A metodologia adotada, de caráter qualitativo-exploratório, seguiu a orientação de Richardson (1989), possibilitando a compreensão dos fenômenos sociais, das atitudes, e das particularidades da vida dos entrevistados. A pesquisa exploratória permitiu adentrar o universo da população analisada, o que nos auxiliou no conhecimento do presente desses idosos e facilitou nossa reflexão sobre os fatos observados naquela instituição (Barros & Lehfeld, 2000).

O procedimento de coleta dos dados iniciou-se a partir de consulta à coordenação do referido projeto para obtenção da sua anuência, o que possibilitou o contato com os profissionais responsáveis pelo desenvolvimento das atividades da FIR.

No contato com os alunos, foi explicitada a proposta e a importância do estudo, e que seu anonimato seria preservado mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Solicitou-se, a seguir, aos voluntários o preenchimento de questionário por meio de entrevistas. Esse questionário semiestruturado, continha perguntas abertas e fechadas, o que viabilizou, de forma facilitada, a análise das respostas, considerando o contingente dos sujeitos participantes. A aplicação do instrumento metodológico foi individual, entre o término de uma atividade e o início de outra, momento em que se concentrava o maior número de interessados.

A amostra aleatória acabou sendo viabilizada com vinte e três sujeitos, selecionados independentemente do nível de escolaridade e profissão antes exercida,

sendo um homem e vinte e duas mulheres, todos frequentadores da FIR. A idade das mulheres variou entre 52 e 84 anos, tendo, o participante do sexo masculino, 64 anos.

Em relação à baixa participação masculina nos projetos organizados para a terceira idade, Vendrusculo e Lovisolo (1997) constataram que os homens com mais de sessenta anos têm mais opções de pontos de encontros, tais como bares, cafés públicos, clubes, grêmios recreativos, praças públicas etc., do que as mulheres. Os autores mencionaram que as instituições, que organizam projetos e/ou atividades para os idosos, talvez, sem pretender, estejam aumentando as possibilidades de participação feminina em locais de convívio social.

O idoso em novos cenários: repercussões no seu cotidiano

A FIR caracteriza-se como um dos espaços existentes no ambiente paulista que abre possibilidades para que as pessoas idosas reconheçam outros cenários, nos quais possam se inserir de maneira autônoma e com opções para escolher e sugerir atividades das quais participem, em correspondência a seus desejos.

A respeito do reconhecimento das possibilidades de cooperação dos idosos à sociedade, Minayo (2011) coloca suas reflexões que advogam a necessidade de a sociedade enfrentar mitos ainda existentes, supostamente protetores, e que limitam de forma muito restritiva a vida da pessoa idosa.

Enfatizando a importância de uma perspectiva renovada sobre o envelhecimento e a velhice, a autora recomenda que é preciso assegurar a “positivação da identidade do idoso”. A este sentido de positivação corresponde o real enfrentamento de mitos como o “aparente cuidado social” que define as posições a serem destinadas e ocupadas pelos idosos na família e sociedade. Essa proposta exige que todos se alertem para a observação de que “(...) esse lugar social estereotipado, quase sempre se coloca na contramão do papel real dos idosos na conjuntura atual do país no que tange à vida econômica, política, cultural e social (Minayo, 2011, p.10).

É preciso levar em conta que o idoso acalenta desejos que o motivam à descoberta de novos espaços de convivência e cooperação, onde ele possa fazer valer, dentro de um grupo de pessoas, seus interesses e escolhas na busca de novos saberes e

possibilidades práticas de ação, o que se torna possível ao participar das programações propostas pelo ambiente estudantil, no presente caso, na FIR.

Nessa direção, configura-se a FIR como um de novos cenários revelando as repercussões dessas vivências no cotidiano dos idosos entrevistados, ao se abordarem aqui dimensões configuradas em três eixos temáticos: O despertar e a satisfação do desejo; Afinidades relativas às atividades programáticas; Ganhos com as novas vivências e o sentido de ser idoso.

O despertar e a satisfação do desejo

Os depoimentos obtidos sobre os motivos maiores que levam os idosos a frequentar a Faculdade da Idade da Razão (FIR) concentram-se, basicamente para a maioria, na busca de envolvimento em novas práticas em grupo, como a atividade física, o que se associa ao desejo de conquistar amizades, representando, para alguns, o modo de “fugir da solidão”, cf. a resposta de um dos entrevistados, a seguir:

“A solidão é o meu estado atual, em que a depressão vem rapidamente. Então a melhor saída é me desligar do vazio e procurar atividades e pessoas para meu crescimento pessoal.” (JP).

O gráfico 1, a seguir, retrata percentualmente essa realidade e pede alguns comentários:

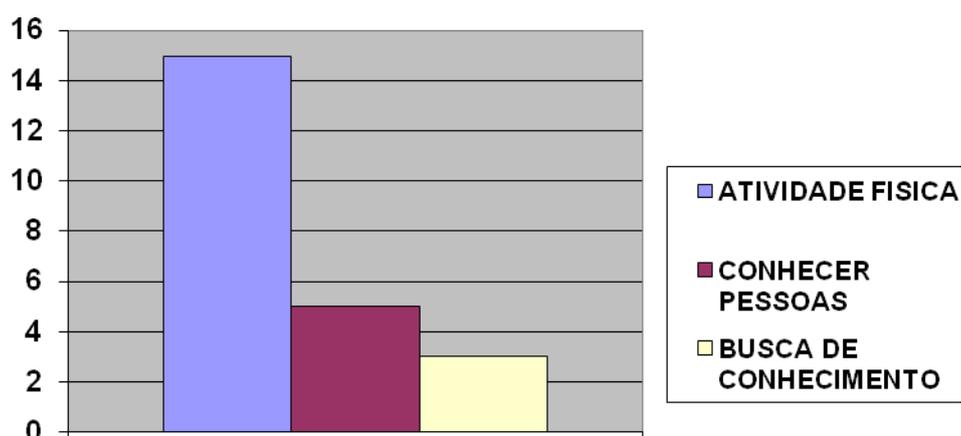


Gráfico 1: Motivo(s) para frequentar as atividades da FIR

Indicam os dados acima que quinze, dos vinte e três entrevistados, demonstram interesse pelas atividades físicas em grupo, ou as sentem como atividade prazerosa; cinco expressam seu desejo de conhecer pessoas; e três buscam novos conhecimentos via atividades grupais. Os estratos das entrevistas, abaixo, retratam essas motivações:

“Depois que me tornei viúva, a solidão veio rápido, principalmente por meus netos e filhos morarem no interior. A falta de atividade em casa me fez querer ir para um centro de educação para idosos para trabalhar a mente e fazer amizades.” (MI).

Constatou-se que os idosos procuram ressignificar suas rotinas de vida, por meio da aquisição de novos conhecimentos, troca de experiências de vida e outras formas prazerosas de “preencher o tempo livre”. As viagens turísticas junto com os colegas, assim como a participação em atividades culturais, teatro, cinema, música e dança, permitem preencher o tempo livre, partilhando esse prazer com pessoas de idade equivalente, o que possibilita usufruir de um sentido de bem-estar geral:

“O medo de me tornar triste me fez antes de tudo procurar amigos e atividades com eles.” (A.P).

Afinidades relativas às atividades programáticas

A ioga e a dança converteram-se em atividades expressivamente apontadas como as preferidas pelos participantes da FIR. Chama a atenção que essas escolhas reportem-se a práticas de natureza diferenciada; ao congregarem, porém, vários colegas, são consideradas ainda mais prazerosas pelos idosos.

Além disso, verificou-se, conforme atesta o gráfico 2, a seguir, a afinidade dos idosos pelo aprendizado de línguas, em especial o espanhol, ao lado das práticas de teatro, artes, pilates, natação e vôlei:

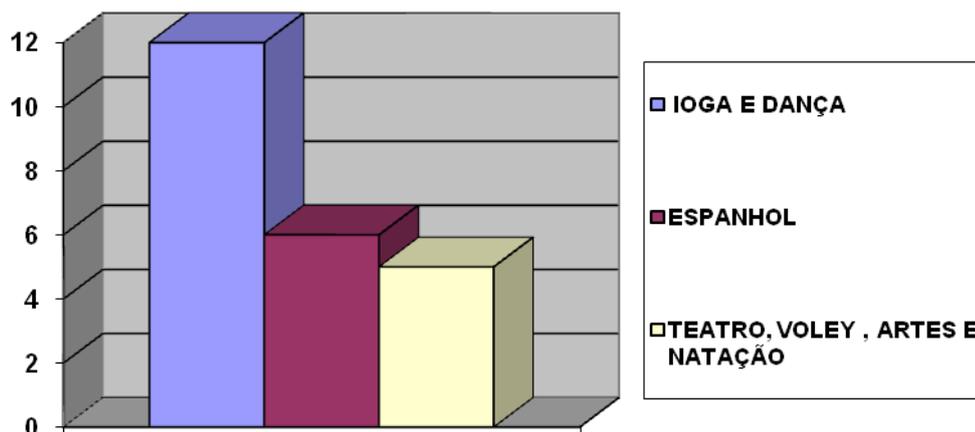


Gráfico 2: Preferência ou prazer maior em atividades oferecidas pela FIR

A representação gráfica 2, acima, revela que, dos vinte e três idosos participantes deste estudo, doze relataram sua preferência pela ioga e dança. Seis sujeitos demonstraram afinidade com as aulas de espanhol, enquanto cinco manifestaram interesse por teatro, artes, vôlei e natação.

A respeito das atividades físicas, um dos entrevistados argumenta a seu favor:

“... as atividades físicas proporcionaram um alongamento melhor e uma qualidade de vida maravilhosa. Agora, quase nunca tenho dor.”

(A.M).

Ganhos com as novas vivências e o Sentido de ser idoso

“Nunca tive muitos amigos. Depois que fiquei viúva, entrei na FIR e pude fazer muitas amizades. Hoje, todo sábado e domingo, saio com minhas amigas do curso, mesmo se formos apenas à feira.” (L.H).

As novas amizades, como demonstra o depoimento acima, sustentado pelo gráfico 3 a seguir, é o aspecto mais apontado como benefício conquistado pelos idosos investigados, sendo os demais aspectos consequentes a este, o que indica que seu desejo de frequentar as programações da FIR, para “conhecer outras pessoas” e “fugir da solidão”, concretizou-se para um número expressivo dos sujeitos:

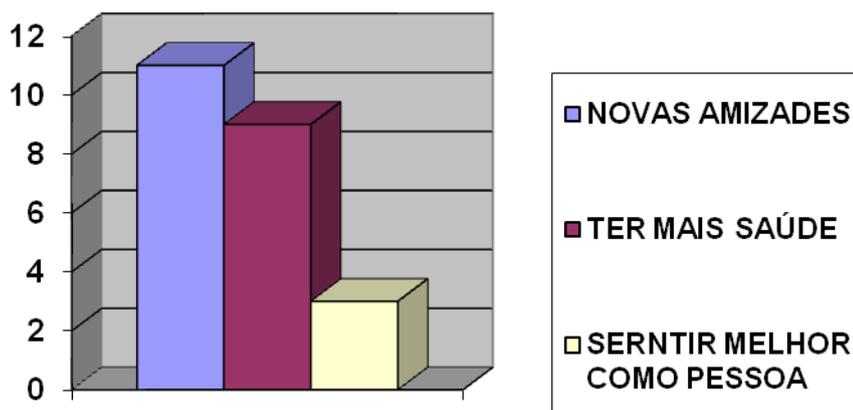


Gráfico 3: Benefícios obtidos por frequentar as atividades da FIR

Constata-se, a partir do gráfico 3, acima, que onze, dos vinte e três idosos, relataram como conquistas, a partir do momento que passaram a frequentar a FIR, a aquisição de novas amizades (onze sujeitos), ganhos com a saúde (nove idosos) e três com o depoimento de se sentirem “melhores como pessoas”, após o engajamento nos grupos de amigos da FIR.

Segue-se a esses ganhos, a percepção de uma melhora da saúde, o que revela que os idosos conseguem perceber de modo mais amplo o sentido da dimensão da vida que usufruem, não a associando unicamente à ausência de doença como seria muitas vezes apontado. A revelação de que participar das atividades participativas dos grupos lhes permitiu se sentirem “melhores como pessoas” confirma essa concepção diferenciada.

Relevâncias temáticas finais

Os dados resultantes deste estudo encontram respaldo nada menos senão na Constituição Federal, que aponta, como um dos objetivos fundamentais da República, a necessidade de construir uma sociedade livre, justa e solidária, promovendo o bem de todos, sem preconceito de origem, raça, sexo, cor, idade e quaisquer outras formas de discriminação (art. 3º, I e IV).

Nesse sentido, a realidade analisada sustenta a consideração à necessidade da proteção ao idoso que se encontra estampada no art. 1º da referida Constituição, ao

estabelecer que a República Federativa do Brasil tem como fundamento de relevância a dignidade da pessoa humana.

A participação de idosos no projeto oferecido pela FIR possibilita a disseminação de uma visão sobre a velhice que anuncia condições efetivas de enfrentamento a preconceitos, apoiadas em uma concepção do envelhecimento voltado para o bem-estar subjetivo de seus participantes e da valia benéfica à saúde em geral advinda das atividades participativas em grupos. Cachioni (2012) é uma das pesquisadoras que, no decorrer de décadas, vêm corroborando essas ponderações em seu estudo sobre o envelhecimento bem-sucedido, em programa de universidade aberta à terceira idade, realizado em instituição oficial de ensino superior.

A pesquisa de Rahal (1994) enfatiza que idosos manifestam grande interesse em participar de programas destinados ao segmento, especialmente por proporcionar a possibilidade de estabelecer novas amizades e o incentivo ao estreitamento das ligações afetivas com vizinhos e familiares. Os resultados deste estudo mostram que os elementos motivadores para os idosos procurarem a FIR são a prática de atividades prazerosas em grupo, como as atividades físicas e culturais, a riqueza de novas amizades, a interação com professores e colegas, o turismo em grupo, manifestas no bem-estar geral — o que evidencia a qualidade dos efeitos obtidos nesses participantes idosos.

O turismo de um grupo de idosos, familiarmente partilhado, que pode ser um passeio, uma viagem, uma caminhada, uma turnê, um excursão é, segundo Cortella (2013, p.56), “... uma forma exuberante de fruir o ócio, no caso um ócio recreativo profundamente sábio, pois rompe a rotina, aumenta o conhecimento, expande o repertório intelectual e educa os múltiplos sentidos”. O turismo de um grupo de idosos resulta de uma escolha livre e prazerosa, em relação ao que desejam fazer, de modo a escaparem da monotonação do dia a dia, de se sentirem donos de seu próprio tempo, sendo provocados a reinventar horizontes, e desafiados a passear para dentro e para fora de si mesmos, ganhando arejamento do espírito de forma mais substantiva e menos passageira, uma maior produtividade de ideias e ações e, claro, vitalidade e bem-estar.

É inegável a importância das atividades vivenciadas no grupo de idosos e os benefícios decorrentes à sua saúde física e mental, o que resulta na valorização de aspectos primordiais de uma vida com qualidade.

O idoso deixar de se sentir apenas mais um aposentado, ou um problema nas famílias, é a grande conquista de um programa como o da FIR.

A aposentadoria, de fato, não deixa de representar, tal como afirmaram Chrisostomo e Macedo (2011, p.149), “uma transição importante na vida do idoso, [mas] que pode ser encarada de forma positiva ou não, conforme sua história, expectativas e experiências”. Ainda segundo as autoras (p.151),

O trabalho, como categoria, na perspectiva psicológica, é uma afirmação da autoestima e com uma função séria na sociedade; enquanto processo produtivo é assimilado sob aspectos fisiológicos, morais, sociais e econômicos. O trabalho ocupa um importante espaço na vida humana. Ao se aposentar, grande número de pessoas perde seu ponto de referência; não será mais o fulano da empresa X. As consequências, muitas vezes, são desastrosas: depressões, doenças físicas e emocionais.

O trabalho, como instituição, segundo Chrisostomo e Macedo (2011, p.151), dispõe às pessoas um ambiente estruturante que funciona como um sistema de referência. Nele, as pessoas se tornam componentes de um grupo social, reconfigurando sua identidade social, sua posição e lugar em um grupo, seu papel e seu engajamento social, sendo pois onde se estruturam espaço, tempo e relações sociais.

O trabalho, como valor econômico, ainda segundo as autoras, constitui o meio principal de independência da maioria dos trabalhadores, sendo ligado à segurança econômica e, em certas profissões, à realização pessoal, na medida em que ele pode ser fonte de poder, de independência e de reconhecimento. Cada pessoa investe mais ou menos em seu papel profissional, segundo suas necessidades, motivações e aspirações.

O trabalho enaltecido em seus altos valores ganha, assim, tal dimensão na sociedade, a ponto de o senso comum definir o afastamento do exercício de uma profissão ou trabalho - a aposentadoria -, de forma negativa, na maior parte das vezes articulando-a à decadência ou inatividade física e psíquica e à velhice.

De forma diferente é encarada a condição do aposentado, que continua ocupado em atividades, por exemplo, quando volta aos estudos na Universidade. Isso é expresso como um acontecimento positivo em sua vida, propiciador de novos referenciais: a reconfiguração de sua identidade social, de sua posição na família, assegurando-lhe o

reconhecimento social, e segundo suas necessidades, motivações ou aspirações para esse período de aposentadoria; é justamente, após a aposentadoria, quando dispõe de mais tempo para atividades outras que não as obrigatórias do emprego regular de mercado. Tal qual o justificam Chrisostomo e Macedo (2011, p.151), em suas considerações:

Inúmeras pessoas têm-se aposentado, e em diferentes momentos de suas vidas: algumas mais cedo, outras mais tardiamente, pessoas que pararam de trabalhar em definitivo, outras que pararam e por algum motivo voltaram, e outras que optaram por não parar de trabalhar, mesmo com a chegada da aposentadoria.

Efeitos muito valiosos da experiência de retorno à Universidade na vida dos idosos podem ser inferidos e se substanciam em um visível processo de desenvolvimento qualitativo de cada participante, que lhes traz mudanças pessoais significativas resultantes, muitas vezes: de uma mudança de valores que ocorre durante as atividades em grupos; da melhoria da saúde em geral; da revitalização da convivência familiar e social.

Possibilita-se, o que representou o *inesperado* nesta investigação: uma reconcepção do que é aposentar-se, podendo-se, pois, na própria voz dos aposentados aqui em foco, compreender o sentido de um incremento de atividades em seu cotidiano, continuando até mais ativos que antes, agora por opção, atendendo ao desejo de fazer sentido de suas vidas de aposentados. Sentido que se traduz em sentimentos ratificados por todos os participantes da FIR, como o de serem férteis em novas ideias, produtivos em novas ações, enfim, felizes na sua liberdade criativa. A felicidade experimentada e afirmada nos dizeres das pessoas idosas participantes das atividades da FIR parece ser muito bem traduzida nos fragmentos da escrita do filósofo Cortella (2013, p.27-31) a seguir:

... fertilidade e felicidade são ocorrências que, no nosso dia a dia, vêm à tona quando sentimos que a vida pulsa... Porque felicidade é sinônimo de fertilidade... e para ter fertilidade é preciso ser capaz de transbordar... precisamos transbordar, ir além da borda, sermos inconformados com as amarras que nos contêm, nos aprisionam e nos infelicitam.

Com o intuito de sumarizar as reflexões da pesquisa realizada, este estudo foi proposto, tendo como meta identificar atividades educacionais no âmbito de alguma universidade particular, e seus efeitos sobre a vida das pessoas idosas, no presente caso, com a investigação se dando na Faculdade da Idade da Razão de Guarulhos (SP) (FIR/FIG/UNIMESP). Comparando os determinantes ligados à participação dos idosos e recuperados em entrevista, relacionados ao grau de motivação pelas atividades oferecidas de forma similar a homens e mulheres, pôde-se identificar as mudanças pessoais relatadas pelos próprios entrevistados, ao longo da participação nas atividades do projeto. Mudanças essas resultantes das atividades participativas em grupo e de sugestões outras feitas pelos próprios participantes, tendo-se como principais repercussões dessa experiência: a melhoria da saúde em geral, a revitalização da convivência familiar e social, e, para a vida destes idosos, uma *inesperada* reconcepção da condição de “aposentado”, aspectos estes que se traduzem em sentimentos ratificados por todos, como o de felicidade.

Referências

- Barros, A.J.S. & Leheld, N.A.S. (2000). *Fundamentos de metodologia científica*. (2ª ed.). São Paulo (SP): Makron Books do Brasil.
- Cachioni, M. (1998). Envelhecimento bem-sucedido e participação numa universidade para a terceira idade: a experiência dos alunos da Universidade São Francisco. Dissertação de mestrado em Educação. Campinas (SP): Faculdade de Educação, Universidade Estadual de Campinas.
- Cachioni, M. (2012, dez.). Universidade da Terceira Idade: história e pesquisa. *Revista Temática Kairós Gerontologia*, 15(7), 01-08. Online ISSN 2176-901X. Print ISSN 1516-2567. São Paulo (SP), Brasil: FACHS/NEPE/PEPGG/PUC-SP. Recuperado em 10 agosto, 2013, de: URL <http://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/15225/11354>.
- Camarano, A.A. (2013). O novo paradigma demográfico. (Editorial). *Ciência Saúde Coletiva*, 18(12), pp.3446-3446. Recuperado em 20 setembro, 2013, de: <http://www.scielo.br/pdf/csc/v18n12/a01v18n12.pdf>
- Cortella, M.S. (2013). *Não se desespere: provocações filosóficas*. (3ª ed.). São Paulo (SP): Vozes.
- Chrisostomo, A.C.R. & Macedo, R. (2011, março). O trabalho segundo a visão de um grupo de aposentados. *Revista Kairós Gerontologia*, 14(1), pp. 149-161. ISSN 2176-901X. Print ISSN 1516-2567. São Paulo (SP), Brasil: Editorial FACHS/NEPE/PEPGG/PUC-SP. Recuperado em 30 julho, 2012, de: URL: <http://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/6933/5025>

- Minayo, M.C.S. de. (2011). Envelhecimento demográfico e lugar do idoso no ciclo da vida brasileira. In: Trench, B. & Costa Rica, T.E (Orgs.). *Nós e o outro: envelhecimento, reflexões, práticas e pesquisa*. São Paulo (SP): Instituto da Saúde.
- Oliveira, P.S. (1996). Universidade aberta e co-educação de gerações. *A Terceira Idade*, 12, 6-9. São Paulo (SP): SESC-SP.
- Peixoto, C. (1997). De volta às aulas ou de como ser estudante aos 60 anos. In: VERAS, R. (Org.). *Terceira idade: desafios para o terceiro milênio*. Rio de Janeiro (RJ): Relume-Dumará.
- PNDA (2012). Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios (setembro de 2013). Ministério da Fazenda. Recuperado em 20 setembro, 2013, de: http://www1.fazenda.gov.br/spe/publicacoes/conjuntura/informativo_economico/2013/2013_09/emprego_renda/IE%202013%2009%2027%20-%20PNAD%202012.pdf
- Prado, S.D. & Dutra, J. (2004). A pesquisa sobre envelhecimento humano no Brasil: grupos e linhas de pesquisa. Rio de Janeiro (RJ): *Ciência & Saúde Coletiva*, 9(1).
- Rahal, E.R.L. (1994). Faculdade da terceira idade de São José dos Campos: reflexos na vida de seus alunos. *A Terceira Idade*, 8, 52-69. São Paulo (SP): SESC-SP.
- Richardson, R.J. (1989). *Pesquisa social: métodos e técnicas*. (2ª ed.). São Paulo (SP): Atlas.
- Vendrusculo, R. & Lovisolo, H.R. (1997). Representações de pessoas idosas sobre as atividades corporais. Rio de Janeiro (RJ): *Motus Corporis*, 4(2), 14-48.
- Veras, R.P. & Caldas, C.P. (2004, Apr.-June). Promovendo a saúde e a cidadania do idoso: o movimento das universidades da terceira idade. Rio de Janeiro (RJ): *Ciência Saúde Coletiva*, 9(2).

Recebido em 02/09/2013

Aceito em 22/09/2013

Nadia Dumara Ruiz Silveira - Doutorado em Ciências Sociais/USP-SP. Mestrado em Ciências Sociais/PUC-SP. Graduação em Pedagogia. Professora-titular do Departamento de Fundamentos da Educação da Faculdade de Educação e do Programa de Estudos Pós-Graduados em Gerontologia/FACHS/PUC-SP. Atuação na área da Educação, Ciências Humanas, Sociais e da Saúde e na área da Gerontologia. Líder do Grupo de Pesquisa ELO-Educação, Longevidade e Qualidade de Vida; e Vice-líder do Grupo de Pesquisa Educação Social e Meio Ambiente, ambos certificados pelo CNPq.
E-mail: ndrs@uol.com.br / ndrs@pucsp.br

Flamínia Manzano Moreira Lodovici – Doutorado em Linguística-IEL-Unicamp. Mestrado em Linguística Aplicada e Estudos da Linguagem-LAEL/PUC-SP. Especialização em Linguística; Especialização em Língua e Literatura Francesa; Especialização em Teoria da Literatura. Graduação em Letras. Docente, pesquisadora filiada ao Departamento de Linguística/FAFICLA/PUC-SP e Programa de Estudos Pós-Graduados em Gerontologia/FACHS/PUC-SP. Atuação na área da Linguagem, das Ciências Humanas, Sociais e da Saúde e na área da Gerontologia. Participa de vários Grupos de Pesquisa, dentre eles do Grupo de Pesquisa ELO-Educação, Longevidade e Qualidade de Vida e do Grupo de Moradia, certificados pelo CNPq. Membro do OLHE-Observatório da Longevidade Humana e Envelhecimento.
E-mail: flalodo@terra.com.br / flodovici@pucsp.br

Flávia Settanni Pinto Gonçalves Bitelli – Mestra em Gerontologia, Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP). Especialista em Fisioterapia Cardiorrespiratória, Universidade Gama Filho. Atualização Profissional em Psicobiologia - Universidade Federal de São Paulo – UNIFESP. Graduação em Fisioterapia. Tem experiência na área de Educação com ênfase em Anatomia e Fisiologia, no Serviço Nacional de Aprendizagem Comercial (Senac).
E-mail: fla_setanni@yahoo.com.br