

Universidade Aberta Para a Terceira Idade - Projeto Maioridade

Área Temática de Saúde

Resumo

No Brasil há 15 milhões de idosos, sendo que os de 80 anos ou mais tem aumentado, modificando composição etária dentro do grupo da população idosa. Objetivos: favorecer acesso à Universidade para encontrar formas de re-inserção social e valorização de experiência de vida e possibilitar a integração interdisciplinar. Funciona a cada segundo semestre do ano, em módulos teórico-práticos sobre Envelhecimento, Saúde, Qualidade de Vida, Aspectos Psicológicos e Sócio-Culturais. Em 2003 participaram 48 idosos, com média de idade de 70,5 +/- DP 6,42 anos. Envolveu 30 professores (oito com formação em gerontologia), uma aluna bolsista e outra voluntária. A participação dos idosos possibilitou uma busca de conhecimentos, criando um ambiente de livre participação e reciprocidade. A história de vida, as experiências e a sabedoria dos participantes foram utilizadas sistematicamente ao longo das atividades. Houve oportunidade de interação social e troca de experiência intergeracionais. Desenvolveram-se ações críticas, para a construção de um saber mais sistematizado em relação ao trabalho educacional com idosos. Proporcionou aos idosos não apenas conhecimento sobre os aspectos biopsicossociais que interferem no processo de envelhecimento, mas também despertou a capacidade de se estabelecerem novas e significativas redes de relações sociais e exercício de cidadania.

Autores

Profa. Dra. Marcella Guimarães Assis Tirado (coordenadora)

Profa. Dra. Rosângela Corrêa Dias (coordenadora)

Nayere Rodrigues Ruas (bolsista - terapia ocupacional)

Thaís Helena Ferreira Cardoso (acadêmica voluntária - terapia ocupacional)

Instituição

Universidade Federal de Minas Gerais - UFMG

Palavras-chave: idosos; integração social; qualidade de vida

Introdução e objetivo

Os idosos são o segmento da população que mais cresce no Brasil. O número de idosos (60 anos e mais) cresceu de três milhões em 1960, para sete milhões em 1975 e hoje ultrapassa os 15 milhões de brasileiros. Em 20 anos deverá atingir um total de 32 milhões de pessoas (Veras, 2002; Camarano, 1999). Cabe destacar que a proporção da população “mais idosa” (80 anos e mais) também tem aumentado, acarretando uma modificação na composição etária dentro do grupo da população idosa.

O envelhecimento populacional tem se processado de forma rápida e tem gerado novas demandas por políticas públicas e novos desafios para o Estado, a sociedade e a família. O País precisa se preparar para responder ao crescimento da proporção de idosos na população e ao aumento de expectativa de vida, com propostas efetivas nas diferentes áreas da saúde, educação, social e econômica.

A universidade brasileira tem um papel fundamental a assumir neste processo, no sentido de fornecer subsídios às pessoas que estão envelhecendo para viverem sadamente e

com qualidade esta fase da vida. Por outro lado, necessita investir na formação e qualificação de recursos humanos para atuarem junto à população idosa (Veras, 2003).

No Brasil, o Serviço Social do Comércio (SESC) foi o pioneiro no trabalho educacional com idosos, criando nos anos 70, as primeiras Escolas Abertas para Terceira Idade.

Nas universidades, as ações pioneiras foram no âmbito da extensão universitária na área de gerontologia, no início dos anos 80, mas estes programas de extensão universitária destinados a idosos só ganharam destaque nos anos 90 quando se multiplicaram nas universidades brasileiras (Cachioni, 2003, Palma, 2000, Peixoto, 1997).

Segundo Debert (1999) os idosos brasileiros ganharam visibilidade nesta última década que foi marcada pela criação de espaços voltados para esta faixa etária, como os centros de convivência e as "universidades abertas para a terceira idade".

Na Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG) vem sendo realizado, há 12 anos, o "Projeto Maioridade - Universidade Aberta para a Terceira Idade", que é um projeto ligado à Pró-Reitoria de Extensão. Este projeto se propõe a contribuir para um envelhecimento bem sucedido, uma vez que, os programas educacionais podem possibilitar o aprendizado de conhecimentos fundamentais para que o idoso possa buscar seu bem-estar físico e emocional (Santos e Sá, 2000). O projeto contribui também para formação de recursos humanos através das atividades desenvolvidas pelo Programa "Promovendo a Autonomia e Independência do idoso na Comunidade" do qual é integrante.

O projeto tem como objetivo principal permitir às pessoas idosas o acesso à Universidade numa perspectiva de educação permanente, e nesta perspectiva, busca estimular o cidadão idoso a encontrar outras formas de re-inserção social e valorizar de sua experiência de vida. O projeto oferece às pessoas idosas informações sobre os aspectos biopsicossociais do processo de envelhecimento, capacitando-as para viver com qualidade esta fase da vida.

Outro objetivo do Projeto é possibilitar a integração de profissionais de diversos cursos da UFMG e da comunidade, como por exemplo, os profissionais que são membros de sociedades científico-culturais, que há muito vêm trabalhando nas áreas de geriatria e gerontologia, em um trabalho interdisciplinar e interdepartamental.

Metodologia

O "Projeto Maioridade - Universidade Aberta para a Terceira Idade" da UFMG é destinado a pessoas com 60 anos e mais, independente de seu nível de escolaridade. As atividades são desenvolvidas, semestralmente, de agosto a dezembro, totalizando 96 horas/aula.

Segundo Cachioni (2003), os programas para terceira idade devem levar em consideração as características específicas dessa clientela e as experiências acumuladas ao longo do curso de vida que conferem aos idosos a autonomia para decidir como e o que aprender.

Assim, no projeto Maioridade, a metodologia de ensino visa privilegiar o idoso como agente de seu próprio processo de aprendizagem e privilegia as atividades teórico-práticas. Os idosos que freqüentam o projeto relatam suas expectativas e motivações e indicam os conteúdos que gostariam que fossem abordados a cada semestre, sinalizam os temas que demandam maior aprofundamento e também aqueles que devem ser excluídos do programa, uma vez que, não atingiram as necessidades do grupo.

Para Cachioni (2003), a necessidade de aprender apresenta um significado próprio em cada fase da vida que se expressa de forma característica e por meio da busca de novos objetivos.

Os coordenadores e professores também sugerem temas a partir da escuta das demandas dos idosos e de suas experiências acadêmicas. Através de uma relação participativa

entre professores e alunos e de um processo de críticas e reflexões, os diferentes conteúdos abordados são adaptados às demandas do grupo e são trabalhados visando uma aproximação com o cotidiano dos idosos, um enriquecimento pessoal e uma melhoria da qualidade de vida.

Segundo Palma (2000) a metodologia utilizada deve possibilitar a autonomia do grupo e a resolução de conflitos e contradições da vida cotidiana coletiva. Deve-se destacar ainda a importância do ambiente de aprendizagem que deve ser encorajador e positivo para que o idoso sinta-se a vontade para expressar críticas e fazer avaliações (Santos e Sá, 2000; Novaes, 2000).

Os conteúdos teórico-práticos são distribuídos em módulos e no ano de 2003 foram oferecidos: módulo I: Envelhecimento e Saúde; módulo II: Movimento e Qualidade de Vida; módulo III: Aspectos Psicológicos e Sociais e módulo IV: Cotidiano e Cultura.

O Módulo I "Envelhecimento e saúde" constituiu-se em conjunto de conferências, palestras, mesas redondas, oficinas, dinâmicas e aulas práticas sobre os processos naturais do envelhecimento e as medidas de prevenção e de promoção de saúde.

O módulo II "Movimento e Qualidade de Vida" privilegiou atividades práticas relacionadas à importância das atividades físicas, recreativas e de lazer na velhice.

O módulo III "Aspectos Psicológicos e Sociais" apresentou a mesma estrutura e dinâmica do primeiro módulo, e abordou temas psicológicos relacionados à memória, humor, auto-estima e aspectos sociais referentes às redes de relações sociais na terceira idade e ao trabalho voluntário.

O módulo IV "Cotidiano e Cultura" mesclou diversas apresentações culturais (música e cinema), visitas a exposições e a museus, com questões do cotidiano favorecendo o acesso a bens culturais da comunidade no sentido de assimilar traços culturais, aumentar a crítica para o exercício da cidadania e potencializar as iniciativas dos participantes.

Atividades de socialização foram realizadas nos módulos II, III e IV com o objetivo de propiciar uma maior convivência entre os idosos e favorecer a vida associativa. Neste semestre foi realizado um passeio a um hotel fazenda onde os idosos passaram o dia e realizaram diversas atividades de lazer e recreativas, e uma visita ao Centro Esportivo Universitário, quando tiveram uma prática de exercícios físicos e de alongamento. Entre as atividades socialização foi ainda realizada uma confraternização natalina que contou com a participação de familiares e amigos dos idosos. O passeio e a visita ao Centro Esportivo Universitário possibilitaram um rico convívio intergeracional.

Segundo Palma (2000), na convivência intergeracional "afloram conflitos e entendimentos, num processo dialético entre gerações que, como no caso das universidades abertas, podem estar próximas, mas em suas biografias trazem experiências diferentes" p.120.

As atividades desenvolvidas têm um caráter interdisciplinar, coerente com os objetivos da política de extensão universitária, e congregam professores da UFMG e profissionais de destaque da comunidade de diversas áreas, como por exemplo, da enfermagem, medicina, fisioterapia, terapia ocupacional, psicologia, serviço social, educação física, música, belas artes, ciências biológicas, turismo e direito.

Entre os professores da UFMG alguns têm formação específica na área de gerontologia, e outros são indicados pelos departamentos e/ou pelos colegiados de cursos e têm adquirido experiência de trabalho com idosos no próprio projeto.

Cachioni (2003) destaca que a literatura, internacional e nacional, faz poucas referências aos professores que participam das Universidades da Terceira Idade. Segundo a autora, no Brasil não existe uma área definida para formação destes docentes, que têm sido formados pelas próprias Universidades da Terceira Idade, nos núcleos de estudos gerontológicos nas universidades e nos cursos de especialização em gerontologia.

Para avaliação do Projeto foi elaborado um questionário semi-estruturado que permite traçar um perfil sócio-demográfico dos idosos, conhecer os seus interesses em relação aos

conteúdos programáticos, avaliar as atividades realizadas no semestre letivo e fornecer subsídio para que as ofertas posteriores, adequando-as aos questionamentos e as sugestões dos idosos. A aplicação do questionário de avaliação ocorre no último mês de desenvolvimento das atividades.

Em relação ao grupo de professores, a avaliação do trabalho é realizada através de reuniões semestrais, nas quais cada um tem a oportunidade de relatar sua experiência de trabalho, a metodologia utilizada e suas implicações, e suas propostas de reformulação ou ampliação do conteúdo programático.

Os bolsistas são avaliados através de relatórios individuais, do acompanhamento direto das atividades e pela participação nas reuniões científicas do Programa "Promovendo a Autonomia e Independência do Idoso na Comunidade".

Resultados e discussão

No ano de 2003 participaram do projeto 48 idosos (43 mulheres e cinco homens). O predomínio do público feminino tem sido observado em outras Universidades da Terceira Idade no Brasil e no exterior.

As mulheres são quem mais buscam novas redes de relações sociais e formas de preenchimento do tempo livre (Debert, 1999; Peixoto, 1997). Cabe destacar que devido à maior longevidade das mulheres, a população idosa feminina é superior a masculina (Camarano, 1999; Peixoto, 1997).

Os idosos participantes apresentam uma média de idade em torno de 70,5 anos e DP \pm 6,42 anos. Esta participação de idosos mais jovens tem chamado a atenção dos pesquisadores em diferentes projetos de Universidades da Terceira Idade no Brasil (Debert, 1999).

Quanto ao estado civil observou-se que 38,2% dos idosos são viúvos, seguidos por 35,3% de casados.

Em relação ao nível de instrução, 41,2% dos idosos têm segundo grau completo, 35,3% têm o primeiro grau completo e 23,5% concluíram o terceiro grau. Os rendimentos apresentam a seguinte distribuição: 38,2% dos idosos recebem de dois a cinco salários mínimos, 29,4% recebem acima de 10 salários, 23,5% de seis a 10 salários e 8,8% recebem até um salário mínimo.

Quanto à situação de moradia 76,6% dos participantes moram acompanhados e 29,4% dos idosos moram sozinhos. Dentre os que moram acompanhados constatasse uma grande diversidade de situações: alguns moram com o cônjuge, ou com o cônjuge e os filhos, ou com os filhos, e outros ainda, moram com os filhos e os netos.

Debert (1999), aponta que morar só na velhice pode representar um novo tipo de arranjo de moradia e não necessariamente deve ser compreendido como uma forma de abandono dos pais pelos filhos. A autora enfatiza que morar em companhia dos filhos não garante respeito e prestígio, e nem exclui a possibilidade de maus-tratos.

Quanto à metodologia de ensino utilizada, ela privilegia o idoso como agente do processo e a utilização de atividades teórico-práticas.

As avaliações realizadas apontaram que a participação ativa dos idosos foi fundamental, tanto na elaboração da proposta de atividades, quanto no desenvolvimento do Projeto Maioridade.

A participação efetiva na elaboração do projeto possibilitou uma busca de conhecimentos por vontade própria e por prazer, criando um ambiente de livre-participação e reciprocidade.

A história de vida, as experiências e a sabedoria dos participantes foram utilizadas sistematicamente ao longo do projeto e possibilitaram crescimento e desenvolvimento pessoal.

Na última edição do projeto, uma aluna foi estimulada a apresentar uma palestra sobre o Estatuto do Idoso, recentemente implantado, uma vez que acompanhou todo o processo de discussão e tramitação deste Estatuto como membro de uma comissão de trabalho.

Segundo Cachioni (2003) os idosos, quando são valorizados, mostram-se mais criativos e produtivos.

Em relação aos conteúdos programáticos, a grande diversidade de temas abordados agradou e motivou os idosos. Isso pôde ser constatado nos questionários de avaliação e nas manifestações e depoimentos informais.

Em relação às atividades teórico-práticas, inicialmente alguns alunos demonstraram preferência pelos conteúdos apresentados de maneira mais formal, através de aulas teóricas expositivas e com material por escrito em forma de apostilas, mas durante o desenvolvimento do programa, os próprios alunos perceberam os efeitos nas relações interpessoais resultantes das dinâmicas das aulas práticas e das oficinas de exercícios físicos, alongamentos, dança e Tai-Chi-Chuan. Estas aulas foram uma oportunidade de encontro, de interação social e de troca de experiências com pessoas da mesma geração e também de gerações diferentes.

Cabe ainda destacar que a relação participativa entre professores e alunos possibilitou a estruturação de um processo de descoberta conjunta dos conhecimentos.

As atividades de socialização têm se caracterizado, ao longo dos anos de realização do Projeto Maioridade, como um momento muito especial e esperado pelos idosos. No último semestre, muitos dos participantes levaram seus familiares e amigos na viagem para o hotel fazenda, o que sem dúvida, contribuiu para aumentar o caráter especial desta atividade.

Quanto ao corpo docente, o projeto contou com a participação de 30 professores, dos quais oito têm formação específica na área gerontológica. Seis docentes possuem o título de especialista em gerontologia e dois docentes possuem o título de especialista em geriatria pela Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia. Esses números sinalizam a necessidade de formação de recursos humanos para atuar na área de educação de idosos.

Segundo Cachioni (2003) o preparo teórico-prático e as características pessoais do professor interferem de maneira direta no processo educacional.

O grupo de professores atuou de forma interessada, criativa e competente, procurando despertar a motivação dos idosos para trabalhar os temas abordados, valorizando as histórias de vida e o contexto social do idoso. Os professores levaram em consideração os aspectos cognitivos, físicos e afetivos específicos da clientela participante, durante toda a preparação e a realização das aulas e das atividades. Os diversos docentes procuraram adaptar o ritmo das aulas ao da maioria dos alunos.

Os recursos áudio-visuais e o material didático foram trabalhados observando-se sua adequação aos aspectos físicos e cognitivos dos participantes.

As coordenadoras do projeto estiveram atentas às questões ambientais que podem prejudicar ou interferir no processo de aprendizagem e participação dos idosos. Para a próxima oferta do projeto, as coordenadoras e a bolsista detectaram a necessidade de realizar reuniões bimestrais com os professores para aprofundar a discussão sobre as metodologias de ensino utilizadas e refletir sobre a proposta e as características de funcionamento da Universidade Aberta para a Terceira Idade.

Em relação à participação de acadêmicos, no ano de 2003 contamos com a participação de uma aluna bolsista e de uma aluna voluntária. A aluna bolsista participou de todas as etapas de preparação da oferta do projeto, a saber: 1) realização levantamento bibliográfico visando pesquisar novas atividades para serem incluídas no programa; 2) discussão com a coordenação do projeto e com os alunos antigos sobre o novo programa de atividades; 3) preparação dos materiais de consumo e do material didático-pedagógico para as aulas. As alunas, bolsista e voluntária, acompanharam as aulas, auxiliaram os idosos em suas

diversas demandas e participaram de um momento de aprendizagem único onde receberam informações de diferentes profissionais que integram a equipe interdisciplinar e dos idosos.

As alunas participaram de forma efetiva na organização das atividades de socialização, auxiliaram a coordenação na aplicação do questionário de avaliação do projeto, na análise dos dados e na elaboração do relatório final. Além disto, apresentaram dois seminários sobre o tema “Educação e Terceira Idade” nas reuniões científicas do Programa Promovendo a Autonomia e Independência do Idoso na Comunidade. A participação dos acadêmicos bolsistas e voluntários deve ser estimulada e ampliada, uma vez que, segundo os depoimentos e avaliações dos alunos que participaram do Projeto nestes 12 anos, as experiências adquiridas e os conhecimentos são muito ricos. Segundo os acadêmicos atuar no Projeto Maioridade possibilita um grande desenvolvimento pessoal e representa um importante desafio no período de formação acadêmica.

Devido à multiplicidade e grande complexidade dos aspectos envolvidos no trabalho nas Universidades da Terceira Idade torna-se necessário uma revisão constante dos projetos em curso.

Os coordenadores e os professores devem estar atentos para importância da reavaliação dos projetos, do aprimoramento das metodologias utilizadas e para valorização dos conhecimentos e experiências dos idosos.

A formação e atualização, permanente, do corpo docente é outra importante frente de investimento que tem nas universidades um espaço privilegiado.

Conclusões

O "Projeto Maioridade - Universidade Aberta para a Terceira Idade" tem possibilitado desenvolver ações críticas, reflexivas e participativas visando a construção de um saber mais sistematizado em relação ao trabalho educacional com idosos.

É importante ressaltar a grande força atrativa deste Projeto que tem proporcionado à população idosa não apenas um conjunto de palestras formativas e/ou informativas sobre os aspectos biopsicossociais que interferem no processo de envelhecimento, mas também tem despertado nos idosos a capacidade de estabelecer novas e significativas redes de relações sociais e apontado possibilidades para o exercício da cidadania.

O Projeto proporciona, ainda, aos profissionais das diversas áreas, a possibilidade de integração e de discussão de questões relevantes do processo de envelhecimento, resultando em um conhecimento mais amplo desta etapa da vida.

Referência bibliográfica

CACHIONI, M. Quem educa os idosos? – Um estudo sobre professores de universidades da terceira idade. Campinas, SP, Editora Alínea, 2003.

CAMARANO, A. A. et al. Como vive o idoso brasileiro? In: CAMARANO, A. A. (org.) Muito além dos 60. Os novos idosos brasileiros. Rio de Janeiro, IPEA, 1999. P.19-71.

DEBERT, G. G. A Reinvenção da Velhice. São Paulo, Editora da Universidade de São Paulo, Fapesp, 1999.

NOVAES, Maria Helena. Psicologia da Terceira Idade. Conquistas possíveis e rupturas necessárias. Rio de Janeiro, Nau, 2000.

PALMA, L. T. S. Educação Permanente e Qualidade de Vida – indicativos para uma velhice bem-sucedida. Passo Fundo, UPF Editora, 2000.

PEIXOTO, C. 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, Relume-Dumará, 1997. p.41-74.

SANTOS, A. T. e SÁ, M. A. A. S. De volta às aulas: ensino e aprendizagem na terceira idade. In: NERI, A L., FREIRE, S. A. (org.) E por falar em boa velhice. Campinas, S.P., Papirus, 2000. P.91-100.

VERAS, R. Em busca de uma assistência adequada à saúde do idoso: revisão da literatura e aplicação de um instrumento de detecção precoce e de previsibilidade de agravos. In: Cadernos de Saúde Pública. Rio de Janeiro, Editora Fiocruz, 2003. P.705-715.

VERAS, R. Terceira idade: gestão contemporânea em Saúde. Rio de Janeiro, Relume-Dumará, 2002.