

RE-APRENDENDO A VIVER

Re-learning to live

Artigo original

RESUMO

A capacidade de aprendizagem e de aquisição de novos conhecimentos por parte dos idosos é muitas vezes subestimada por eles próprios e por todos que o cercam. Neste estudo, através de uma abordagem qualitativa, exploratória e descritiva, investigou-se a capacidade de aprendizagem dos idosos e qual a influência das atividades de grupo em pessoas da terceira idade – como sua visão de mundo interfere no desenvolvimento de uma velhice feliz e realizada. Um trabalho de resgate da auto-estima foi desenvolvido, minimizando o sentimento de solidão e abandono e aumentando as redes sociais destas pessoas. Os sujeitos do estudo constaram de indivíduos residentes na Comunidade do Dendê, Bairro Edson Queiroz, na faixa etária de 60 a 96 anos, em Fortaleza – Ceará – Brasil. No trabalho de campo foram utilizadas entrevistas semi-estruturadas e estruturadas, as quais tinham a finalidade de verificar como os fatores familiares, culturais e psicológicos contribuem na percepção de vida desses idosos. Para a análise das entrevistas, empregou-se o método etnográfico de Spradley – domínio cultural. Os resultados comprovam que estudar pode estimular e motivar a capacidade de aprendizagem do idoso e que, desenvolvendo atividades de grupo se pode promover uma melhoria na qualidade de vida destas pessoas.

Descritores: Envelhecimento, auto-estima.

ABSTRACT

The elderly ability to learn and acquire new knowledge is most of the times underestimated by themselves and by those who surround them. In this research, by means of a qualitative, exploratory and descriptive approach, the elder's capacity to learn was studied along with which group activities influence people at this time of life – how does his/her world vision interferes in the development of a healthy and happy old age. A self-esteem rescue work was conducted by diminishing the feelings of loneliness and neglect and improving this people's social network. The study subjects consisted of residents from the Community of Dendê, in the age group of 60 to 96 years, in Fortaleza – Ceará – Brazil. In the field survey were used both semi-structured and structured interviews that had the purpose of verifying how the familial, cultural and psychological factors contribute to these elderly perception of life. For the interviews' analysis, the ethnographic research of Spradley – cultural domain – was applied. The results support that study can stimulate and motivate the elder's capacity to learn and that, by developing group activities, one can promote an improvement in these people's quality of life.

Descriptors: Aging, self-esteem.

INTRODUÇÃO

Mudar é difícil, mas é possível e urgente.

Paulo Freire

Do trabalho na Comunidade do Dendê com sessenta e cinco pessoas pertencentes à terceira idade, percebemos que tanto os próprios idosos quanto às pessoas da comunidade julgavam que os indivíduos que chegavam a essa fase da

Marlene Lopes Cidrack⁽¹⁾
Ana Maria Fontenelle Catrib⁽²⁾
Rosendo Freitas de Amorim⁽³⁾

- 1) Cirurgiã-dentista, Especialista em Periodontia pela Universidade Castelo Branco; Especialista em Educação em Saúde Coletiva pela Universidade de Fortaleza – UNIFOR e Mestre em Educação em Saúde pela UNIFOR.
- 2) Doutora em Educação e Professora Titular do Mestrado de Educação em Saúde e do Curso de Pedagogia da Universidade de Fortaleza - UNIFOR
- 3) Doutor em Sociologia pela Universidade Federal do Ceará. Professor Titular do Mestrado em Educação em Saúde na UNIFOR e do curso de Ciências Sociais da UNIFOR.

Recebido em: 26.03.2004

Revisado em: 07.05.2004

Aceito em: 07.06.2004

vida passavam a perder a capacidade de aprendizagem, de adquirir mais conhecimentos e de aprender a conviver melhor consigo mesmos e com os outros. Neste contexto, foi criado o *GRUPO CABELOS BRANCOS DO DENDÊ*. No desenvolvimento da dissertação de Mestrado, começamos a observar a diferença que existia na concepção de mundo dos idosos que pertenciam ao grupo e daqueles que não participavam, o que nos levou a fazer uma observação mais aprofundada do assunto.

Como bem adverte Veras, em seu artigo *País jovem de cabelos brancos*, o Brasil é uma Nação que está envelhecendo, mesmo que não consigamos perceber⁽¹⁾.

O idoso, por causa de sua precária condição econômica, apesar da idade, está sempre procurando melhorar sua condição educacional para poder ganhar mais dinheiro, porque, para ele, o único caminho para conseguir melhorar a condição econômica é por intermédio do estudo.

Existe um preconceito contra a capacidade de aprendizagem dos idosos, esquecendo-se de que a mente, quanto mais utilizada, mais se torna potente. O potencial interno do indivíduo deve ser incentivado, seu espírito deve estar aberto para fatos novos; o tédio, o ócio e o medo são sentimentos que isolam o idoso do convívio com as pessoas.

A importância da força mental é incontestável para que haja uma adaptação mais facilitada aos novos tempos e às novas mudanças do mundo globalizado. Brólio, em seu livro *Doenças da Alma*, cita a seguinte frase de Gabriel Garcia Márquez: “Os velhos entre os velhos são menos velhos”. Não concordamos com esta assertiva, que evidencia uma fuga das pessoas pelo isolamento e pelo afastamento de outras gerações, o que dificultará o enriquecimento pessoal e prejudicará a troca de experiência entre as gerações⁽²⁾.

As pessoas têm capacidade de aprender no decorrer de sua existência. Para tanto, precisam apenas ser motivadas, apesar de existir o mito creditado na nossa sociedade contemporânea de que os idosos com a idade vão perdendo sua capacidade de aprender conhecimentos e habilidades, como também passam a ter dificuldades de acompanhar mudanças na sua visão de mundo, sua maneira de encarar a vida e de como deve se relacionar com suas redes sociais⁽³⁾. Como avaliar, no entanto, esse processo de aprendizagem?

A avaliação deve ter três funções - diagnóstica, formativa e somativa - e deve ser sempre voltada à transmissão e à construção de conhecimentos, por meio do desenvolvimento de uma visão crítica dos fatos pelas pessoas⁽⁴⁾.

O processo de avaliação, além de ser técnico, é também político. Durante este, tanto o avaliando quanto o avaliador buscam e passam por uma mudança qualitativa. A avaliação emancipatória tem uma concepção dialética, possuindo duas

qualidades: formal (instrumentos e métodos) e política (finalidades e conteúdos), tratando essa última dos conteúdos da vida humana e sua perfeição, que é a arte de viver⁽⁵⁻⁷⁾.

As verdadeiras aprendizagens, como bem enfatizava Paulo Freire, são aquelas em que as pessoas vão se transformando em sujeitos reais do processo, participando de uma maneira ativa de todas as suas etapas⁽⁸⁾. As redes sociais possibilitam e apoia o processo de aprendizagem, uma vez que são relações ou contatos estabelecidos entre pessoas diferenciadas. Podem ser de dois tipos: real – existe o contato interpessoal direto - e virtual, em que o contato sensório-motor ocorre por meio dos recursos tecnológicos da memória computadorizada⁽⁹⁾.

A perda de identidade das pessoas da terceira idade depende dos seguintes fatores: ambiente de vida, núcleo familiar, relações de afetividade e tipo de atividades desenvolvidas.

Na família, as pessoas têm um sustentáculo para enfrentar os percalços naturais do mundo contemporâneo. Quando esta base de apoio social desaparece, os idosos se sentem desamparados e solitários.

Conferimos grande valor à morte biológica, entretanto a morte social é muito pior; as pessoas idosas ficam sozinhas, sem apoio de ninguém, somente esperando a morte, olhando para a parede, vendo o tempo passar lentamente^(10, 11).

As lembranças têm um papel primordial na construção social da subjetividade do idoso. Quando ele é ridiculizado ou desprezado, sente-se inútil, sem um papel definido na sociedade⁽¹²⁾.

Procuramos mostrar que a capacidade de aprendizagem de conhecimentos por parte do idoso se mantém no curso dos tempos e, por meio de atividades diversificadas, ele poderá ser útil e participativo na comunidade; tentamos mudar a visão de mundo, baseada atualmente no pessimismo e na sensação de inutilidade sentida pelas pessoas da terceira idade, para um posicionamento mais atuante e participativo no seu entorno.

O caminho para construirmos a reintegração e a cidadania das pessoas: “A cidadania individual pressupõe a liberdade e a autonomia dos indivíduos num sistema de mercado, de livre jogo da competição, em que todos sejam respeitados e tenham garantias mínimas para a livre manifestação de suas opiniões – basicamente pelo voto – e da auto-realização de suas potencialidades”⁽¹³⁾.

Ao buscar novas atividades, o idoso sente-se participante da comunidade e consegue sedimentar e aumentar suas redes sociais, diminuindo a solidão e o abandono por ele vivenciados.

Aprender a melhorar sua visão de mundo com o objetivo de conseguir melhor qualidade de vida deve ser sempre uma meta a ser alcançada. Neste contexto, é muito importante que a conscientização e a qualidade da aprendizagem das pessoas pertencentes às camadas populares não sejam negligenciadas⁽¹⁴⁾.

São essenciais “a redescoberta de sua própria dignidade e a construção ou a crença na sua própria força para promover mudanças pessoais e sociais”⁽¹⁵⁾.

Transformar a realidade de pessoas das classes populares deve incluir um trabalho que possa ser desenvolvido em todos os âmbitos de suas vidas, procurando contribuir para que haja uma melhoria em sua existência, aumentando seus horizontes pessoais e coletivos⁽¹⁶⁾.

Quando não encontramos uma saída para uma existência cheia de sofrimento e pobreza, a vida sempre vale a pena. Somente quando as essas pessoas se conscientizarem da realidade por elas vivenciada, é que poderão começar a fazer um movimento em direção a uma mudança por melhor qualidade de vida^(17, 18).

As pessoas aprendem quando estão mudando sua realidade, ou quando estão transformando de alguma maneira seu posicionamento perante a vida. Este é o caminho para se tornarem sujeitos do seu destino. A “educação se estende pela vida toda”⁽¹⁹⁾.

Há necessidade de uma aprendizagem (educação continuada) durante toda a vida para que tenhamos uma sociedade baseada num conhecimento mais atualizado e alicerçada em quatro pilares: aprender a conhecer, a fazer, a viver juntos e aprender a ser⁽²⁰⁾.

Em Fortaleza, encontramos trabalhos voluntários com os idosos em diversos bairros, o que demonstra um potencial imenso para pesquisa sobre este assunto tão atual, que versa sobre o envelhecimento populacional.

De acordo com esta perspectiva, o estudo teve como objetivo central fazer uma análise qualitativa das mudanças provocadas por atividades de grupo em idosos assistidos no Dendê. Objetivou ainda: comparar a evolução das concepções da terceira idade em 2 grupos de idosos - um grupo participando das atividades e o outro não; pesquisar como esta evolução interfere na saúde, na atividade social e na qualidade de vida do grupo por meio de uma observação participante; e reescrever a mediação da ação constituída com os idosos a partir da incorporação de tal ação na vida deles.

Convivemos com um problema de caráter globalizado – o envelhecimento populacional. Existe, entretanto, uma grande diferença na progressão deste processo: enquanto nos países centrais (Primeiro Mundo) a sociedade se preparou para ele,

pois aconteceu de maneira gradual e lenta, nos países periféricos (Terceiro Mundo), o envelhecimento ocorreu rapidamente, pegando a sociedade de surpresa e desprevenida.

O aumento da expectativa de vida ocorreu, entre outras causas, por conta da mudança do perfil epidemiológico do processo saúde doença e pelo aumento na expectativa de vida da população. Atualmente, 8% da nossa população são constituídos de pessoas acima de 60 anos. A pirâmide demográfica mudou justamente por causa do envelhecimento populacional⁽²¹⁾.

Apesar de o envelhecimento ser um processo globalizado, podemos ver a passagem dos anos de uma maneira saudável, adaptando-nos às limitações. Há diferença entre senescência e senilidade, visto que o primeiro é o envelhecimento normal e biológico (de *senex* = velho; latim), enquanto o outro termo é a decrepitude, com alterações físicas e algumas vezes mentais, isto é, o envelhecimento acompanhado de processos mórbidos. “Idoso é quem tem muita idade, velho é quem perdeu a jovialidade. A idade causa a degenerescência das células, enquanto a velhice impõe a do espírito”⁽²²⁾.

Estudos feitos pelo Ministério da Saúde alertam para o fato de que, em 2025, o nosso País terá a 6ª população mais velha do mundo, com uma projeção de 27,2 milhões de idosos, e temos a consciência de que não estamos preparados para lidar com uma população envelhecida, com características próprias e necessidades específicas de sua faixa etária⁽²³⁾.

Para Peter G. Peterson, autor de *Aurora Cinzenta*, o cenário é apocalíptico: há um *iceberg* bem à nossa frente. O envelhecimento é global e ameaça levar as grandes potências econômicas à falência⁽²⁴⁾.

O Ministério da Saúde tem uma preocupação muito grande, pois, enquanto a população idosa não economicamente ativa crescia, a PEA (População Economicamente Ativa) não evoluiu na mesma proporção, havendo, hoje em dia, apenas dois trabalhadores ativos para originar recursos para um aposentado⁽²⁵⁾.

Quando o idoso não contribui efetivamente para o orçamento familiar, ele é isolado dentro de sua própria família. Pesquisando os idosos da Comunidade do Dendê, sentimos que o núcleo familiar, suas relações de afetividade com a família, se eles têm ou não um papel definido dentro de suas casas e como sua visão de mundo interfere em sua qualidade de vida. Estas observações nos conduziram a intentar provar que eles são capazes de viver bem, com autonomia e com um papel atuante na comunidade.

“Todo espaço físico humanamente ocupado é um espaço socialmente construído, é um espaço que se transforma pelo

vivido, pelo cotidiano, pelo conjunto das relações sociais que o constituem”⁽¹⁷⁾.

Devemos ter um respeito muito grande pela bagagem cultural, mitos, crenças e pela maneira como as redes sociais se desenvolvem dentro de uma comunidade caracterizada por muita violência e também muita solidariedade. O trabalho desenvolvido foi uma construção conjunta, na qual a bagagem cultural de cada um foi respeitada e se tornou fator preponderante para que as atividades a serem desenvolvidas fluam naturalmente sem interferirem na identidade e peculiaridade de cada um.

“A Educação Popular deve atingir todos os âmbitos da vida das pessoas e das coletividades, contribuindo para que sua existência seja digna e dignificante para todos, sem exceção, e capaz de ampliar os horizontes pessoais e coletivos de tal maneira que se garantam formas de vida expansivas”⁽²⁶⁾.

Se quisermos um projeto social, este deve ser baseado em interesses comuns; portanto, uma perspectiva apropriada para se chegar à reintegração do idoso em sua comunidade é poder fazê-los conviver com pessoas da mesma idade, onde as rugas não têm tanta importância e o que conta mais é a bagagem cultural e a experiência de cada um. Esta proposta não significa segregar o idoso numa cultura de gueto, porquanto reconhecemos sua necessidade de interação com outros grupos etários⁽²⁷⁾.

Existe um preconceito contra a capacidade de aprendizagem dos idosos, esquecendo-se de que a mente, quanto mais utilizada, mais se torna potente. O potencial interno do indivíduo deve ser incentivado, seu espírito deve estar aberto para fatos novos; o tédio, o ócio e o medo são sentimentos que isolam o idoso do convívio com as pessoas⁽³⁾.

A vida sedentária leva à imobilização e a falta de estímulos intelectuais conduz à estagnação cognitiva. A atividade cognitiva pode e deve ser treinada, assim como se faz com a atividade física. O respeito e o desenvolvimento da autonomia são, para Paulo Freire⁽⁸⁾, um *imperativo ético e não um favor que podemos ou não conceder uns aos outros*.

O que precisamos é ter uma cabeça bem-feita, na qual os conhecimentos sejam selecionados e não apenas uma cabeça cheia de conhecimentos que não terão praticidade para as pessoas desta faixa etária⁽²⁸⁾.

A Educação Popular, de acordo com Souza⁽¹⁶⁾, [...] *contribui efetivamente para a construção de um poder ético a partir das lutas e da solidariedade que podem garantir a integração social, reduzir o ímpeto avassalador do processo de inclusão perversa da maioria da população*.

Uma das formas de integração social do idoso é possibilitar sua convivência com crianças e jovens. Há uma

segregação do idoso em ser regaço familiar, não podendo ter contato com as crianças, nem na vida, nem na morte. As crianças não podem ter contato com os moribundos ou mortos; e este posicionamento leva a uma grande solidão dos doentes e idosos, pois eles morrem em hospitais, com assistência médica, porém sem o carinho de sua família⁽²⁹⁾.

Como podem viver os idosos que são sozinhos ou que são considerados um peso para sua família? Beauvoir⁽³⁰⁾ descreve os *Homemakers*, que fazem o atendimento em domicílio, de acordo com as posses dos idosos; ou então a *intimidade à distância*, na qual os idosos moram perto de seus familiares. Isto é importante porque não tira o idoso do seu meio ambiente social, do contexto de suas lembranças, o que lhe proporciona uma sensação de segurança e conforto^(31, 32, 33).

MÉTODOS

Já que trabalhamos com os sentimentos e como as pessoas se relacionam com a vida e com suas redes sociais, optamos por um enfoque qualitativo por entendermos que essa abordagem melhor se adaptava ao objeto de investigação.

A pesquisa que desenvolvemos se apoiou nas contribuições de Spradley⁽³⁴⁾, análise de domínios culturais, que nos esclarece que a objetividade na ciência e na avaliação é sempre relativa, partindo da compreensão intencional de um fenômeno, tendo sempre presente o fato de que as pessoas estão sujeitas a limitações e erros. Construímos nosso quadro teórico com base nos julgamentos, interpretações e perspectivas dos participantes, buscando os significados latentes. Nesse contexto está incorporada a metodologia etnográfica da investigação de campo, na qual a flexibilidade está presente.

Este tipo de pesquisa possibilita que haja uma integração entre o entrevistador e os informantes, o que facilita o trabalho que intentamos desenvolver. Os principais métodos de investigação constituem para eles a observação e a entrevista. Por isso, procuramos fazer destes dois métodos nossas ferramentas de trabalho, pensamento este seguido também por diversos outros autores⁽³⁵⁻³⁸⁾.

Avaliar como vive o idoso da Comunidade do Dendê levou-nos à necessidade de desenvolver uma cidadania consciente, baseada na informação e na criação coletiva dos participantes. A avaliação foi realizada no princípio e no final do trabalho para que pudéssemos analisar se houve realmente mudanças na maneira de ver o mundo, e de que maneira esta mudança influenciou na qualidade de vida dos informantes⁽⁶⁾.

Em síntese, seus princípios são: autonomia, criatividade e inserção social. A avaliação emancipatória caracteriza-se

como um processo de descrição, análise e crítica de uma dada realidade, visando a transformá-la.

Procuramos seguir os três momentos preconizados pela autora há pouco mencionada: descrição da realidade; a crítica da realidade e a criação seletiva.

Para o idoso, que vive normalmente rodeado de lembranças e tem uma ligação muito forte com o passado, levamos em consideração durante nossas entrevistas sua bagagem cultural e o meio social em que vive⁽³⁸⁻⁴⁰⁾.

O processo de avaliação foi seguido de maneira criteriosa, dentro de uma análise crítica de todas as suas fases, para que pudéssemos ter um resultado realmente fidedigno⁽⁴¹⁾.

A maneira como eles se comunicam influencia o que eles pensam a respeito da vida; este pensamento normalmente é traduzido por meio de símbolos, que decodificamos para entender suas concepções de mundo e maneira de situar-se perante a comunidade⁽⁴²⁾. Não nos esqueçamos de que a estrutura social inclui diversos sistemas - religioso, familiar, político, econômico, educacional, cultural e tecnológico, delimitados pelo contexto lingüístico e ambiental.

A capacidade de aprender conhecimentos e atividades contribuiu para uma mudança de sua visão de mundo, dando uma conotação mais otimista sobre seu papel na sociedade, o que provavelmente levou a uma melhoria na sua qualidade de vida.

Temos que enfatizar a importância de penetrarmos no mundo de significados dos informantes, pois só assim conseguimos decifrar os sentimentos expressos durante as entrevistas⁽⁴³⁾.

O que é realmente, contudo, a etnografia? É um método que se preocupa com o significado que ações e eventos têm para as pessoas, que muitas vezes são expressos pela linguagem corporal e gestos^(44, 45).

Havemos de aliar a linguagem ao contexto, ambiente de vida e sentimentos dos informantes, por isso fizemos uma pesquisa de campo, na qual anotamos todos os dados explícitos e implícitos ocorridos durante as entrevistas^(46, 47).

É importante para o pesquisador que ele se dispa de todos os preconceitos e idéias já sedimentadas em sua mente; além disso, ele deve ouvir mais do que falar.

Num mundo cada vez mais competitivo e excludente, podemos proporcionar às pessoas da terceira idade um grupo no qual elas podem se sentir novos e transformar, (re) visitar as antigas práticas de solidariedade e cooperação.

Motivamos a reintegração social deste grupo etário por meio da conscientização da família e da comunidade, utilizando atividades lúdicas e físicas, que proporcionaram ao idoso uma sensação de *ser útil* e de fazer parte da

comunidade, possibilitando então reaver a sua cidadania, mostrando as opções a ensejarem a recuperação de seu espaço no mundo. Esta reinserção social foi realizada de forma participativa, na qual o idoso deverá sempre procurar reencontrar uma nova identidade, por meio do resgate de sua auto-estima. Acreditamos numa abordagem feita com amor, respeito e valorização do idoso, sedimentando e construindo suas relações interpessoais, para, desta forma, conseguir conservar sua autonomia.

Fortaleza – capital do Estado do Ceará – é uma cidade que apresenta grandes contrastes, pessoas com bom nível cultural e padrão de vida elevado e aquelas que só têm o salário mínimo como fonte de renda. Daí encontramos grande quantidade de pessoas vivendo do mercado informal: vendedores ambulantes, “marreteiros” e outros.

Em virtude das secas periódicas, a periferia da cidade foi crescendo em razão do êxodo rural, isto sem que fosse montada uma infra-estrutura mínima de saneamento básico para que estas pessoas pudessem ter uma vida em condições ambientais saudáveis.

O Bairro Edson Queiroz, onde fica situada a Comunidade do Dendê, cenário de nossa pesquisa, é um bairro pobre, com um grau de violência muito grande, mas também apresenta uma solidariedade sempre presente entre os moradores da comunidade. Esse bairro é assistido pelo Núcleo de Assistência Médica Integrada, pertencente à Universidade de Fortaleza – UNIFOR, onde as pessoas contam com o atendimento de fisioterapeutas, terapeutas ocupacionais, psicólogos; na própria UNIFOR, as pessoas carentes recebem assistência prestada pelos enfermeiros, dentistas, educador físico, advogados e diversos outros profissionais que melhoraram bastante a qualidade de vida desta população.

Este bairro possui duas ruas asfaltadas e cheias de lojas, farmácias e bodegas, entretanto, quando saímos delas, notamos ruas desalinhadas, estreitas, com esgoto a céu aberto, onde as crianças estão sempre brincando.

Nossos informantes, situados na faixa etária de 60 a 96 anos, foram selecionados após uma pesquisa inicial, para escolher as pessoas que melhor se adequassem ao assunto pesquisado.

Utilizamos para fazer a seleção os seguintes critérios: residir na Comunidade do Dendê há mais de vinte anos; ter autonomia para desenvolver suas atividades diárias, não ser portador de nenhum distúrbio mental e fazer parte do grupo Cabelos Brancos do Dendê.

Para preservar o anonimato da pesquisa, demos nomes, aos nossos informantes, de plantas características do Nordeste, tais como goiabeira, marianinha, murici, pitanga,

cajueiro, cabacinha, cipreste, jenipapo, entre outras. Procuramos associar as peculiaridades de cada planta com a personalidade de cada entrevistado.

Todos os informantes assinaram o termo de compromisso livre e esclarecido e foram informados claramente sobre os objetivos da pesquisa e de que teriam autonomia para saírem desta saírem no momento em que quisessem. Este estudo foi submetido ao Comitê de Ética e, Pesquisa da UNIFOR, e somente após sua liberação, é que foram realizadas as entrevistas, com arrimo nos referenciais básicos da pesquisa em seres humanos, de acordo com a Resolução nº 196/96, do Conselho Nacional de Saúde: autonomia, beneficência, não-maleficência, justiça e equidade⁽⁴⁸⁾.

Foi selecionado um número maior de mulheres, pois elas têm um índice de sobrevivência maior do que os homens e são maioria no grupo de idosos pesquisado. Trabalhamos com 15 pessoas que estavam iniciando suas atividades no grupo e 15 que não participavam. Depois procuramos fazer uma comparação entre os dois grupos para sabermos se as atividades desenvolvidas mudaram realmente a visão de mundo dessas pessoas e melhoraram sua qualidade de vida.

A visão de mundo é a maneira como as pessoas analisam e decodificam os acontecimentos cotidianos, de acordo com sua experiência de vida e educação. Já a qualidade de vida, normalmente, é traduzida como a capacidade que a pessoa tem de viver em paz, desenvolver boas relações sociais e poder desempenhar suas atividades de forma independente, com autonomia para cuidar de si, e poder atuar condignamente na comunidade a que pertence.

Os profissionais de saúde apenas se preocupam caso o idoso tenha alguma doença, não verificando se ele consegue fazer suas atividades diárias com autonomia e independência. Existe, contudo, um índice para medir a capacidade de atuar nas atividades diárias: ADL (*Activity Daily Living*), que definiu a qualidade de vida do idoso e sua autonomia, relacionando diversas atividades que podem ou não ser executadas pelas pessoas da terceira idade. A capacidade de ser autônomo foi comprovada, quando o idoso conseguia realizar as tarefas mínimas necessárias diárias, tais como comer sozinho, poder ir ao banheiro, andar sozinho, poder se vestir etc., o que poderia ser difundido e executado por todas as pessoas que assistem os idosos – profissionais da saúde ou não⁽⁴⁹⁾.

Sabemos que as pessoas agem de acordo com suas crenças, percepções, sentimentos e valores, tendo o seu comportamento sempre um sentido, um significado, as quais tentamos desvelar por meio da observação e durante as

entrevistas, que foram anotadas criteriosamente no diário de campo, e avaliadas sempre após cada dia de pesquisa, enquanto as percepções do que ocorreu ainda estavam presentes em nossa mente. Estas reflexões foram importantes quando construímos os resultados da pesquisa^(50, 51).

Foram muito importantes as nossas experiências e convívios de mais de quatro anos com estes idosos, pois serviram para nos facilitar a descoberta do *invisível*, do que realmente eles queriam dizer, isto aliado à observação do cotidiano⁽⁵²⁾.

Fizemos um roteiro (entrevista semi-estruturada) para termos uma base maior para conhecer nossos entrevistados e, durante a entrevista não-estruturada, realizada posteriormente, deixamos que as pessoas falassem livremente.

A *transmissão do silêncio* quando devemos estar atentos para descobrir o que existe por trás da falsificação da linguagem, muitas vezes o que as pessoas dizem revela o que ela já sentiu e viveu, daí a importância de aliarmos a postura corporal, os olhares ao que as pessoas falam. Daí a importância de termos feito um diário de campo, no qual todos estes fatores foram anotados⁽⁵³⁾.

Tanto a cognição quanto a ação só podem ser compreendidas no seu contexto, portanto levamos em conta as dimensões culturais, históricas e contextuais dos sujeitos com os quais estávamos trabalhando⁽⁵⁴⁾.

Logo após coletados, todos os dados foram analisados por meio de leituras exaustivas das entrevistas. Os domínios culturais emergiram naturalmente, dentre os quais, se revestiu de grande importância o domínio cultural Estudar é o caminho para melhorar de vida, objeto deste nosso estudo.

Os domínios culturais, para Spradley⁽⁴⁰⁾, são formados por categorias, tendo por elementos básicos: termo incluído (fala do informante), relação semântica (liga os significados entre os termos) e termo encoberto (domínio cultural).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados apresentados pelo grupo após a realização das atividades desenvolvidas durante os encontros semanais foram traduzidos como uma melhoria na qualidade de vida dos participantes do grupo em comparação com aqueles que não participavam das atividades. Essas melhorias emergiram das falas dos entrevistados e foram agrupadas e explicitadas por via do domínio cultural RE-APRENDENDO A VIVER. A análise desse domínio revelou a importância do desenvolvimento de atividades para a sedimentação de redes sociais de apoio.

DOMÍNIO CULTURAL
RE-APRENDENDO A VIVER

Relação Meio-Fim	Semântica:	Forma: X é uma forma para fazer Y é um modo de melhorar a qualidade de vida
Estudar	}	
Ter saúde		
Liberdade		
Privacidade		
Ser valorizada		
Ter mais espaço		
Ganhar mais dinheiro		
Melhores relações familiares		
Estudo como maneira de preencher o tempo		

Para nossos informantes, estudar não significa apenas “aprender as letras”, mas também desenvolver novas habilidades, que possam melhorar sua condição financeira e qualidade de vida.

Verificamos que, ao compararmos a qualidade de vida daqueles idosos que participavam das atividades de grupo e do outro, notamos uma melhoria significativa no primeiro grupo:

- a saúde geral melhorou;
- tornaram-se pessoas mais alegres;
- sentiam-se úteis e participativos na comunidade;
- suas redes sociais aumentaram;
- passaram a se sentir mais jovens;
- tinham um papel assegurado e valorizado no grupo;
- não sentiam tristeza e solidão como antes;
- a quarta-feira (dia das reuniões) era um dia em que vestiam a melhor roupa e gostavam de mostrar o trabalho manual que tinham realizado;
- a disposição física e mental aumentou; e
- desenvolveram a capacidade de aprender outras atividades.

A visão de mundo dos idosos, obtida com base em seus depoimentos, mudou de amarga e sofrida para uma visão mais otimista e esperançosa, conforme evidenciado nas entrevistas. A vida passou a ter mais significado e a auto-estima foi estimulada; tendo esta mudança servido também para melhorar a relação deles dentro do núcleo familiar.

(...) Quando tem festa, as pessoas falam: olha a Pitanga sabe fazer um baião-de-dois muito bom, como isto me faz ser importante. Na minha casa, cozinheiro tanto, e ninguém nunca me elogia (Pitanga, 78 anos, mulher).

Aqui a educação é especificada como um meio para melhorar de vida ou mudar de profissão, pois, se trabalharem, mesmo que seja só um pouco, a sensação de inutilidade desaparecerá.

Ao fazermos a triangulação dos dados e compararmos os resultados obtidos no grupo que participava da pesquisa com os do que não participavam, notamos que aqueles que se engajaram nas atividades desenvolvidas pelo Grupo Cabelos Brancos do Dendê não tinham mais tempo para pensar em doenças, aumentaram suas redes sociais e passaram a se “enfeitar” mais, a se valorizarem e a terem consciência de que tinham um papel importante a desempenhar na comunidade.

O idoso passou a seguir uma dieta, a praticar atividades físicas e mentais regulares para chegar à idade madura com saúde. A atividade intelectual deve ser constante durante toda a vida, pois quem lê diariamente apresenta menor perda de memória. Eles sugerem dicas para uma maturidade tranqüila - como não fumar, consumir álcool com moderação, evitar sol entre 10 e 16 horas, adotar dieta equilibrada e evitar o isolamento – o que é fundamental para o equilíbrio físico, psíquico e social dos mais velhos. A possibilidade de estudar também é usada para melhorar de vida. Fazer cursos para auferir os salários melhores ou conseguir uma outra profissão é muito comum⁽⁵⁵⁾.

(...) Já disse aos meus filhos, o único jeito da gente ganhar mais dinheiro é estudando (Pitanga, 78 anos, mulher). (...) Aí, a UNIFOR me chamou pra fazer um curso de parteira, fiz o curso e ganhei todo o material para fazer parto (Cipreste 73 anos, mulher).

Ter todos os filhos dentro de casa, por causa da dificuldade de eles encontrarem emprego e sustentá-los, é um fator que deixa o idoso muito cansado, porque ele não pode escolher o programa de televisão a que quer assistir, não pode descansar depois do almoço e nunca tem paz. Muitas disseram que queriam ter os filhos e netos perto, mas não tão próximo, podia ser até vizinho, porém ter todo mundo dentro de casa não deixa espaço para elas viverem tranqüilas.

Os relacionamentos familiares conturbados perturbam muitos idosos: drogas, gravidez indesejada, bebida e desrespeito dos filhos, não dando o que todos querem, ou seja, um envelhecimento com paz e sem tantos problemas. Alguns apanham dos filhos, mostrando que a violência oculta ou explícita é constante neste ambiente.

(...) Sem tantos netos dando trabalho dentro de casa... eu queria poder descansar um pouco (Cabacinha, 78 anos, mulher). (...) Eu queria meus filhos perto de mim, mas não dentro de casa me aperreando o dia todo, como posso dormir assim? (Cajueiro, 73 anos, mulher). (...)

Nunca pensei, tive dezoito filho, tá tudo espalhado no mundo e agora vivo com estes dois que só sabem bater em mim, pra tirar meu dinheiro (Jucá, 84 anos, mulher). (...) Não queria que eu aprendesse a ler, para não poder escrever carta para o namorado (Cajueiro, 73 anos, mulher). (...) Me convidou para trabalhar lá ... eu disse que não ia não, porque não sabia ler (Cipreste, 73 anos, mulher). (...) Velhice é estar cada vez mais esquecida, não aprender mais nada (Jambo, 63 anos, mulher). (...) Dona Maria Júlia... ela tem a minha idade, 63 anos, eu estou pensando em fazer como ela estudar e fazer o meu segundo grau (Quinaquina, 63 anos, mulher).

Deixar as filhas analfabetas era uma maneira de dominá-las. Este posicionamento dos pais cortou as possibilidades das filhas terem uma vida mais fácil e de poderem arranjar um emprego melhor.

Mudar o enfoque do envelhecimento de uma fase em que não se aprende nada para uma visão mais otimista, na qual o idoso tem possibilidade de aprender dentro de suas limitações, o tornará mais feliz e adaptado à vida atual. O importante é aprender coisas úteis e que interessem ao universo dele. O que precisamos é ter uma cabeça bem-feita, onde os conhecimentos são selecionados e não apenas uma cabeça cheia de conhecimentos⁽²⁸⁾.

É interessante notar que cada cultura tem as próprias definições para saúde e doença e o desvio de um equilíbrio psíquico e social (homeostase) pode conduzir a um quadro nosológico⁽⁵⁶⁾.

Os idosos adaptados incorporam suas perdas, mas não se fixam nelas, desenvolvendo outras capacidades e habilidades, sendo considerada sadia a pessoa social e intelectualmente ativa, que se mantém aberta à propostas do seu meio social, sendo capaz de reformular valores.

Diversas propostas foram formuladas para minorar o quadro alarmante de descaso cometidos contra as pessoas da terceira idade: Entre elas destacam-se: conferir assistência biopsicossocial; propor convivência com pessoas da mesma faixa etária; estimular e preservar o fortalecimento dos laços familiares; e prover meios de ocupação.

Para as mulheres, o envelhecimento apresenta-se de uma maneira mais suave, pois normalmente elas participam de grupos voluntários. Alguns idosos precisam continuar trabalhando para colaborar com a renda familiar, encontrando grande dificuldade de penetrar no mercado de trabalho, o qual valoriza prioritariamente os mais jovens.

Acreditar nas potencialidades dos idosos, abrir espaço para sua criatividade, estimular suas iniciativas e apoiá-los

com carinho e afeto são atitudes que trarão segurança e confiança, ingredientes essenciais à reestruturação de suas vidas.

O respeito ao lugar do idoso como protagonista de sua história, da história de sua comunidade, aliado à compreensão da licitude de ter sua qualidade de vida preservada, facilitará seu acesso natural ao lazer.

A influência do desengajamento profissional na dimensão do cotidiano do idoso leva à velhice social, proporcionando um grande choque ou um enorme vazio.

Tudo se aprende, menos a viver. Aprender a viver equivale a aprender a envelhecer.

A saúde do corpo e do espírito, o amor à vida, a disposição e o interesse, a atualização e a participação no mundo de hoje, contam mais e são mais expressivos do que os algarismos e outros dados escritos em sua carteira de identidade.

A rapidez da evolução tecnológica e científica leva a sociedade a ver o idoso como um ser descartável. Devemos lutar contra este pensamento, para conscientizar a sociedade e, principalmente, os jovens, de que há lugar para todos e que a colaboração entre as gerações é fundamental para um mundo mais humano. Foi interessante observar que os idosos se vêem de uma maneira muito diferente daquela posição pessimista sobre o envelhecimento que a sociedade preconizou. Eles aceitam a velhice como um processo natural da vida, procurando sempre se adaptar a ela, de uma maneira harmoniosa, desenvolvendo uma autonomia adequada às suas condições físicas e psíquicas.

Os idosos se conscientizaram de que sempre é tempo para aprender, que, por pertencerem à terceira idade, não significa que não possam mais estudar ou aprender novos caminhos.

O aprendizado de habilidades - confecção de bolsas, tapetes, enfeites, porta-canetas, cintos, bijouterias, palhaços de fuxico, bonecas de búzios, entre outros - além de trazer melhora à renda de suas famílias, serviu para descobrir habilidades e potencialidades que estavam latentes.

As atividades de fisioterapia e terapia ocupacional, além das caminhadas matutinas, realizadas duas vezes por semana, serviram para dar maior condicionamento físico e disposição para trabalhar e “curtir” melhor a vida dos participantes do grupo.

O pastoril, as peças de teatro, o coral, danças e a atividade “contem um conto”, que recuperam os valores culturais e a experiência de cada um, serviram para estimular o sentimento de pertença, de fazer parte da comunidade como um membro atuante e útil.

Os passeios à praia ou ao campo, os bazares e os bingos trouxeram como consequência a sedimentação dos laços de amizade e solidariedade entre todos eles.

Um fato interessante ocorreu no desenrolar da pesquisa: os 15 informantes que não participavam do Grupo Cabelos Brancos do Dendê pediram para neste ingressar, pois notaram como os idosos do grupo eram mais realizados, atuantes e felizes.

Acompanhamos o grupo durante estes quatro anos e notamos as “quebras de barreiras” afetivas – incremento e estreitamento de relacionamentos – a mudança de humor e de posicionamento mais otimista perante o mundo e as pessoas foi bem acentuada e conseguimos mostrar que não importa a idade que temos, pois sempre podemos aprender novas coisas e melhorar a nossa qualidade de vida.

O amor, sempre ele, é a força mais importante na convivência com os idosos; é a arma mais eficaz para conseguirmos melhorar a visão de mundo e a qualidade de vida deles.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

No desenvolvimento do trabalho, seguimos passo a passo as modificações que ocorreram na visão de mundo dos idosos que participaram do Grupo Cabelos Brancos do Dendê. Eles se tornaram mais alegres e participativos, redimensionaram suas identidades dentro do grupo, passaram a ser mais valorizados e a se valorizarem, revelando que eram sempre capazes de aprender outras coisas.

Ao contribuímos para ampliar e consolidar as redes sociais dessas pessoas, conseguimos que elas passassem a aceitar melhor o envelhecimento, resultando efetivamente numa melhoria na qualidade de suas vidas.

Para elas, a “chave para o sucesso” é sempre o estudo, pois consegue abrir diversos caminhos que conduzem a grandes realizações e a um futuro mais digno e promissor.

Concluimos que os componentes que se engajaram nas atividades do grupo se tornaram membros ativos na comunidade, demonstrando mais satisfação, realização e alegria de viver, enquanto os que se excluíram da participação permaneceram alimentando sentimentos pessimistas sobre a velhice. Enfim, podemos reafirmar, em coro com elas, que estamos re-aprendendo a viver.

REFERÊNCIAS

1. Veras, R. P. País jovem com cabelos brancos: a saúde do idoso no Brasil. Rio de Janeiro: Relume-Dumará; 1994.

2. Brólio, R. Doenças da alma. 3ª ed. São Paulo: Jornalística FÉ; 1997.
3. Davidoff, L. Introdução à Psicologia. São Paulo: McGraw-Hill do Brasil; 2002.
4. Depresbiteris, L. Avaliação Educacional em três atos. São Paulo: SENAC; 1999.
5. Demo, P. Pesquisa qualitativa: busca do equilíbrio entre forma e conteúdo. Rev. Latino-am Enfermagem. 1998 Abr;6(2):89-104.
6. Saul, AM. Avaliação emancipatória. 3ª ed. São Paulo: Cortez; 1995.
7. Perrenoud, P. Avaliação. Porto Alegre (RS): Artmed; 1999.
8. Freire, P. Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa. São Paulo: Paz e Terra, 1996 (Coleção Leitura).
9. Frota MA, Nations MK, Silva RM, Varela ZMV, Landin FLP. Redes de Suporte Social, uma proposta educativa para a saúde da comunidade. In: Barroso GT, Vieira NFC, Varela ZM, organizadoras. Educação em Saúde no contexto da promoção humana. Fortaleza: Edições Demócrito Rocha; 2003, p: 85-101.
10. Bobbio, N. O tempo da memória. De senectute. Rio de Janeiro: Campus; 1997.
11. Menezes, T. de. Envelhecimento saudável começa com bom senso. Jornal Folha de São Paulo 1999 Set 26; Caderno Especial:11.
12. Damatta, R. Conto de mentiroso. Sete ensaios de antropologia brasileira. 2ª ed. Rio de Janeiro: Rocco; 1994.
13. Gohn, MG. História dos movimentos e lutas sociais. São Paulo: Loyola; 1995.
14. Garcia PB, La Maza G, Palma D, Mejia MR, Coraggio JL, Vargas JO. O Pêndulo das Ideologias: a educação popular e o desafio da Pós-Modernidade. Rio de Janeiro: Relume Dumará; 1994.
15. Scherer-Warren I. Redes de Movimentos Sociais. São Paulo: Loyola; 1993.
16. Souza JF. Educação Popular para o terceiro milênio – desafios e perspectivas. In: Costa MV, organizador. Educação popular hoje – variações sobre o tema. São Paulo: Loyola, 1998; p: 11-36.
17. Valla VV. Apoio Social e Saúde: buscando compreender a fala das classes populares. In: Costa MV, organizador.

- Educação popular hoje – variações sobre o tema. São Paulo: Loyola; 1998, p: 151-179.
18. Freire, P. Conscientização: teoria e prática da liberação. Uma introdução ao pensamento de Paulo Freire. 3ª ed. São Paulo: Moraes; 1980.
 19. Gadotti, M., Yamazaki, AA., Gomes, AM. Ciseski, AA., Mânfió, AF. & Maldonado, CA. Perspectivas atuais da educação. Porto Alegre (RS): Artes Médicas Sul; 2000.
 20. Delors J. Educação: um tesouro a descobrir. São Paulo: Cortez; 1998.
 21. Pereira MG. Epidemiologia, teoria e prática. Rio de Janeiro: Guanabara-Koogan; 1997.
 22. Deecken, A. Saber envelhecer. 3ª ed. Petrópolis: Vozes; 1997.
 23. Ministério da Saúde (BR). Saúde do idoso. Programa de saúde do idoso 2003a [on line] [citado 2003 Jul 18]. Disponível em: URL: <http://www.saúde.gov.br/programas/idoso/propostas.htm>.
 24. Peterson PG. Aurora cinzenta. São Paulo: Tempo Livre; 1999.
 25. Ministério da Saúde (BR). Saúde do idoso. Proposta de capacitação em saúde do Idoso 2003b [on line] [citado 2003 Jul 20]. Disponível em: URL: <http://www.saúde.gov.br/programas/idoso/proposta.htm>.
 26. Costa MV, organizador. Educação Popular Hoje. São Paulo: Loyola; 1998.
 27. Velho G. Individualismo e cultura. Notas para uma Antropologia da sociedade contemporânea. 2ª ed Rio de Janeiro: Zahar; 1987.
 28. Morin E. A Cabeça bem-feita. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil; 2000.
 29. Elias N. A solidão dos moribundos seguidos de “Envelhecer e morrer”. Rio de Janeiro: Zahar; 2001.
 30. Beauvoir S. de. A velhice. 3ª ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira; 1990.
 31. Bosi E. Memória e sociedade: lembranças dos velhos. 9ª ed. São Paulo: Companhia das Letras; 2001.
 32. Queiroz Z. Violência contra a velhice. Considerações preliminares sobre uma nova questão social. O Mundo da Saúde 1997 Jul-Ago;21(4):204-7.
 33. Salgado M. A. O idoso brasileiro no próximo século. Caderno A Terceira Idade 1999 Ago;10(17):5-10.
 34. Spradley JP. The ethnographic interview. New York: Holt, Rineart and Winston; 1979.
 35. Lüdke M. André, MEDA. Pesquisa em Educação Abordagens Qualitativas. São Paulo: EPU; 1986.
 36. Chizzotti A. Pesquisa em Ciências Humanas e Sociais. 4ª ed. São Paulo: Cortez; 2000.
 37. Goldenberg MA. A arte de pesquisar: como fazer pesquisa qualitativa em Ciências Sociais. São Paulo: Record; 1999.
 38. Haguette TMF. Metodologias qualitativas na Sociologia. 6ª ed. Rio de Janeiro: Vozes; 1987.
 39. Chauí M. Convite à Filosofia. São Paulo: Ática; 2000.
 40. Spradley JP. Participant observation. New York: Holt Rineart and Winston; 1980.
 41. Esteban O. O Que sabe. Quem erra? Reflexões sobre avaliação e fracasso. Rio de Janeiro: DP & A; 2001.
 42. Geertz C. O Saber local. Novos ensaios em Antropologia interpretativa. Petrópolis (RJ): Vozes; 1997.
 43. Triviños A. Introdução à pesquisa em Ciências Sociais. São Paulo: Atlas; 1987.
 44. Eckert JK. Ethnographic research on aging. In: Reinhartz, S; Rowles, GD. Qualitative gerontology. New York: Springer Publisher Company; 1988.
 45. Malinowski B. Objetivo, método e alcance desta pesquisa. In: Zaluar, A. Desvendando máscaras sociais. Rio de Janeiro: Francisco Alves; 1990.
 46. André MEDA. Etnografia da prática escolar. 3ª ed. Campinas: Papyrus; 1995.
 47. Demo P. Avaliação Qualitativa: polêmicas do nosso tempo. 4ª ed. Campinas-SP: Autores Associados; 1994.
 48. Vieira S. & Hossne, WS. A ética e a metodologia. São Paulo: Pioneira; 1998.
 49. Minayo MCS. Os Muitos Brasis: saúde e população na década de 80. 2ª ed. São Paulo: Hucitec/Abrasco; 1999.
 50. Minayo MCS. Pesquisa Social, teoria, método e criatividade. 5ª ed. Petrópolis (RJ): Vozes; 1996.
 51. Batzán AA. Etnografia: Métodos cualitativos en investigación sócio-cultural. Barcelona: Boixareu Universitária; 1995.
 52. Certeau M. Giard, L. & Mayol, P. A invenção do cotidiano 2, morar, cozinhar. Petrópolis (RJ): Vozes; 1994.
 53. Larossa J. Pedagogia Profana. Danças, piruetas e mascaradas. Porto Alegre (RS): Contra banda; 1998.

54. Therrien J. Saber da Experiência, Identidade e Competência Profissional: como os docentes produzem sua profissão. In: Cont. & Ed. 1999;12(48):7-36.
55. Lepagneur H. A terceira idade, ontem, hoje, amanhã. O Mundo da Saúde 1997 Jul-Ago:21(4):246-50.
56. Berlinguer G. A doença. 3ª ed. São Paulo: HUCITEC/CEBES; 1998.

Endereço para Correspondência:

Profª. Drª. Ana Maria Fontenelle Catrib
Washington Soares, 1321, Bairro Edson Queiroz
Bloco S, Sala S-01, CEP: 60811 – 905
e-mail: catrib@unifor.br