

ENVELHECIMENTO ATIVO E EDUCAÇÃO: UNIVERSIDADE SÊNIOR DE BAGE

Daiane Madeira Gomes¹

Resumo:

Atualmente estamos vivenciando uma nova era, que se caracteriza pelo crescente aumento da população acima de 60 anos, esta nova realidade esta interligada com o aumento da expectativa de vida, redução da natalidade e o progresso da medicina. O presente trabalho teve como objetivo buscar um conhecimento mais detalhado sobre a Universidade Sênior de Bagé e também sobre o envelhecimento ativo dos idosos alunos da mesma, além destes fatores também foi verificado o currículo desenvolvido, analisando as mudanças psicossociais e culturais do idoso e os benefícios sobre o envelhecimento ativo do idoso. O envelhecimento faz parte de uma etapa da vida, bem como a infância, adolescência e a maturidade, esta etapa como qualquer outra das mencionadas é marcada por mudanças biopsicossociais específicas, que esta diretamente ligada com a passagem do tempo (MOUSINHO e LEMOS, 1996, p.56). Diversos estudos e publicações sobre o envelhecimento ativo revelam que seus benefícios abrangem não só consequências físicas e psicológicas, mas também implicações na qualidade de vida da sociedade; e a Universidade Sênior é uma das instituições que vem contribuindo no sentido de proporcionar uma melhor qualidade de vida a seus alunos. Este estudo é consideravelmente relevante, pois vem ao encontro com o presente, quando as políticas públicas do idoso têm enfatizado com destaque a prevenção e promoção da saúde. No decorrer dos anos, a expectativa de vida vem crescendo continuamente, através dos avanços científicos e tecnológicos, além das políticas públicas sociais que a todo o momento são reformuladas, repensadas e adaptadas. E outro fator considerado relevante é aquisição de conhecimentos, experiências e a construção de novas redes sociais, que a Universidade Sênior proporciona aos seus frequentadores. O estudo em questão demonstrou que na Universidade Sênior de Bagé há de fato um envelhecimento ativo, contribuindo diretamente nas mudanças psicossociais e culturais do idoso, tais fatores proporcionam um aumento significativo na qualidade de vida dos discentes que a frequentam.

Palavras-chave: ENVELHECIMENTO ATIVO EDUCAÇÃO

Modalidade de Participação: Pesquisador

ENVELHECIMENTO ATIVO E EDUCAÇÃO: UNIVERSIDADE SÊNIOR DE BAGE

¹ Aluno de pós-graduação. daianemadeiragomes@gmail.com. Autor principal



ENVELHECIMENTO ATIVO E EDUCAÇÃO: UNIVERSIDADE SÊNIOR DE BAGÉ

1. INTRODUÇÃO

Atualmente estamos vivenciando uma nova era, que se caracteriza pelo crescente aumento da população acima de 60 anos, esta nova realidade está interligada com o aumento da expectativa de vida, redução da natalidade e o progresso da medicina.

Conforme a Organização Mundial de Saúde (2005, p. 13), no começo do século XX, a expectativa do ser humano era bem pequena, trinta, quarenta anos; porém atualmente, com o progresso social, tecnológico e cultural, essa expectativa aumentou bastante e, hoje, o ser humano chega facilmente aos oitenta, noventa anos de idade.

O envelhecimento faz parte de uma etapa da vida, bem como a infância, adolescência e a maturidade, esta etapa como qualquer outra das mencionadas é marcada por mudanças biopsicossociais específicas, que está diretamente ligada com a passagem do tempo (MOUSINHO e LEMOS, 1996, p.56).

Segundo Jacob (2012, p.16), as Universidades Seniores são programas com finalidade socioeducativa, que buscam criar e dinamizar atividades sociais, educativas, culturais e de convívio; os seus assistidos são pessoas maiores de sessenta anos. As atividades educativas desenvolvidas são de ensino não formal, com diversificados domínios entre os quais atividades culturais, recreativas, científicas e de aprendizagem, que tem como propósito a formação ao longo da vida. Além de ter como principal objetivo tirar os idosos de casa e do isolamento e oportunizar lhes atividades saudáveis que promovem a prevenção e promoção da saúde, bem como integração social.

O surgimento da primeira Universidade da Terceira Idade (UTI) foi em 1973, na Universidade de Toulouse, por meio do Professor Pierre Vellas. Após sete anos, já havia cinquenta e duas em toda a França e nos países de influência francófona. As Universidades de modelo francês estão interligadas com o ensino superior tradicional; os professores tem formação superior e são remunerados, os cursos tem currículo formal e duração limitada. Quando este programa começou suas atividades na Inglaterra foi recebido pelas associações sem fins lucrativos e de voluntários e não pelas universidades, surgindo desta maneira as UTIs de modelo inglês. Os professores eram voluntários e de diferentes profissões e os discentes frequentam o ano inteiro a universidade, e participam de inúmeras atividades sociais, de ensino não formal (JACOB, 2007).

O presente trabalho teve como problemática os seguintes pontos: O que é Universidade Sênior de Bagé, e os benefícios sobre o envelhecimento ativo do idoso?

E objetivou buscar um conhecimento mais detalhado sobre a Universidade Sênior de Bagé e também sobre o envelhecimento ativo dos idosos alunos da mesma, além destes fatores também foi verificado o currículo desenvolvido, analisando as mudanças psicossociais e culturais do idoso e os benefícios sobre o envelhecimento ativo do idoso.

Diversos estudos e publicações sobre o envelhecimento ativo revelam que seus benefícios abrangem não só consequências físicas e psicológicas, mas

também implicações na qualidade de vida da sociedade; e a Universidade Sênior é uma das instituições que vem contribuindo no sentido de proporcionar uma melhor qualidade de vida a seus alunos.

Este estudo é consideravelmente relevante, pois vem ao encontro com o presente, quando as políticas públicas do idoso têm enfatizado com destaque a prevenção e promoção da saúde. No decorrer dos anos, a expectativa de vida vem crescendo continuamente, através dos avanços científicos e tecnológicos, além das políticas públicas sociais que a todo o momento são reformuladas, repensadas e adaptadas. E outro fator considerado relevante é aquisição de conhecimentos, experiências e a construção de novas redes sociais, que a Universidade Sênior proporciona aos seus frequentadores.

2. METODOLOGIA

A pesquisa foi do tipo exploratório, com abordagem qualitativa que segundo Gil (2008, p.12), é uma abordagem de investigação científica que salienta o aspecto subjetivo do estudo, analisando as suas particularidades e experiências individuais.

A coleta de dados foi realizada através de entrevistas com perguntas abertas primeiramente com a coordenadora da Universidade Sênior de Bagé, e após com dez alunos que colaboraram voluntariamente. Em relação às questões éticas da pesquisa fez-se o uso do termo de consentimento livre, explicando devidamente sobre o estudo em questão, e também se utilizou do termo de autorização da instituição.

Os dados obtidos por meio das entrevistas foram desdobrados em categorias, buscando conhecimento mais detalhado sobre a Universidade Sênior de Bagé e também sobre o envelhecimento ativo dos idosos alunos da mesma, além destes fatores também foi verificado o currículo desenvolvido, analisando as mudanças psicossociais e culturais do idoso e os benefícios sobre o envelhecimento ativo do idoso. A descrição do estudo apoiou-se nos dados coletados por meio das entrevistas e na fundamentação teórica que permitiu trabalhar com diferentes realidades vivenciadas pelos alunos da universidade sênior, participantes da pesquisa.

Para interpretar os dados, foi empregada a análise de conteúdo que, para Minayo, (2008, p.303) significa mais que um procedimento técnico: “faz parte de uma histórica busca teórica e prática no campo das investigações sociais”. Foram comparadas as respostas de todos os entrevistados, as variáveis mais significativas de acordo com o estudo foram elencadas em categorias que compuseram a análise de dados.

3. RESULTADOS e DISCUSSÃO

A Universidade Sênior percorreu um longo caminho até chegar a sua inauguração. E tudo começou no evento Dialogicidade 2013, este evento contou com inúmeras atividades e palestras sobre o envelhecimento ativo, e um dos palestrantes foi Luis Jacob, presidente da rede RUTIS (Rede de Universidades Seniores). Ele conheceu o Centro do Idoso e verificou que as atividades lá desenvolvidas eram as mesmas desenvolvidas nas universidades seniores existentes em Portugal. A partir daí, ele convidou à secretária na época Silvana Caetano, responsável pela Secretaria Municipal de Políticas Públicas para a Pessoa Idosa (Sempipi), para ingressar nessa rede. Segundo a coordenadora da Universidade Sênior de Bagé, Ana Cláudia Albert, a secretária vigente na época foi

até Portugal conhecer o formato da universidade, visitou inúmeras delas e trouxe alguns materiais impressos, como guias sobre a regulamentação da Universidade. Durante um ano foram realizadas diversas adaptações e em janeiro de 2016 foi inaugurada a Universidade Sênior de Bagé Dr Álvaro José de Godoy, contando com a presença de Luis Jacob, presidente da rede, que realizou a aula magna.

Conforme a coordenadora, o currículo da Universidade é baseado no material que veio de Portugal, não tem disciplinas obrigatórias, os professores são voluntários, cada região tem a sua especificidade, ela não atua para formar profissionais, não tem componentes curriculares obrigatórios, é uma universidade livre, ou seja, ela não exige nem do professor e nem do aluno uma qualificação. O aluno aprende por prazer. E tem como lema “aprender por aprender”. Portanto a universidade sênior de Bagé segue o modelo inglês, onde o mais importante é a autonomia, o protagonismo do idoso de andar a vida.

Ela oferece cursos para ajudar o idoso a ter sua própria autonomia como: ginástica, ginástica funcional, ginástica com bola, tay chi chuan, alongamento, dança; espanhol, inglês, informática, direito do idoso, psicologia do idoso, oficinas criativas: network, desenhos em madeira, pinturas, pintura em tecidos, bonecas de pano, trabalho em feltro, grupo reflexivo, reike, meditação e respiração, cromoterapia, teatro, grupo que trabalha sobre o luto com psicólogos voluntários, grupo de canto; que promovem além de prevenção uma promoção na saúde do idoso.

Após entrarem na Universidade, os alunos relataram que observaram grande melhora em sua saúde no contexto geral tanto fisicamente quanto psicologicamente, a realização de novas amizades, interação com colegas, sociabilidade, conforme mencionado pelos entrevistados:

Às vezes me sentia deprimida em casa, mas aqui tem pessoas queridas e fiz muitas amizades. (E2).

Minha saúde melhorou, sinto prazer em fazer alguma coisa diferente que faz a gente se sentir melhor! (E3).

Além de proporcionar ocupação do tempo, união entre as pessoas, acolhimento, melhora na autoestima, motivação.

A Universidade Sênior segundo os entrevistados significa: uma riqueza, algo especial, uma porta aberta para os idosos, segunda casa, uma escola, agregação de conhecimentos, novos horizontes. Conforme relatos dos entrevistados:

O formato da Universidade é perfeito, cuida do saber, do corpo e da mente com competência e carinho, nos sentimos com poder de vida. (E7).

Imensamente grata por todas as oportunidades de crescimento como pessoa, e superação de traumas. As dirigentes e coordenadoria minha homenagem pelo excelente trabalho desempenhado nesta casa. Paraíso do Idoso! (E8).

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com a realização deste estudo foi possível conhecer um pouco mais sobre a Universidade Sênior de Bagé, além de concluir que os alunos da mesma

apresentam um envelhecimento ativo, gerando desta forma benefícios na sua qualidade de vida.

A inserção dos idosos nesta Universidade proporciona novas convicções sobre a velhice, autonomia por meio da aprendizagem, contribuindo de forma positiva na prevenção e promoção da saúde. Os conteúdos curriculares visam uma reflexão e contribuem com a produção de saberes, além de oportunizar troca das experiências de vida, integração, inserção e reconhecimento social para o idoso.

Um fator relevante desta pesquisa foi à promoção da saúde estar centrada no exercício físico, pois a grande maioria dos discentes buscam melhores condições físicas, o que acaba por converter as atividades físicas como a porta de entrada na Universidade, a partir destas é que os frequentadores começam a conhecer outras disciplinas desenvolvidas no local.

Ressalto a importância que a Universidade representa na vida dos idosos que frequentam, ela possibilita autonomia, bem estar físico e psicológico, interação, integração, além de plena felicidade. Ela dá sentido à vida dos idosos e também dos docentes que a compõem. Pois o que acontece é uma troca de conhecimentos e experiências entre professores e alunos, com tanto amor e energia boas que contagia a todos, é algo emocionante, por isso a Universidade é considerada como o “Paraíso do Idoso”.

Por fim, enfatizo que esta especialização agregou inúmeros aprendizados, através dela foi possível reencontrar a minha linha de pesquisa que por anos estava estagnada, e que hoje me motiva a seguir em frente na área da pesquisa. E como dizia os professores, o tema estudado tem que ser algo que motiva o pesquisador que faz os olhos brilharem, tem que ser empolgante, algo que lhe dê prazer. E assim concluo esta especialização, que mais significa um começo de uma nova etapa do que propriamente o fim de uma. Pois acredito que esta pesquisa é o início de um caminho longo que renderá bons frutos no futuro.

5. REFERÊNCIAS

- GIL, Antônio Carlos. **Métodos e Técnicas de Pesquisa Social**. 6ª Ed. São Paulo: Atlas, 2008.
- JACOB, Luis. **Universidades da terceira idade, uma terapêutica sénior**. In J. Pereira, M. Vieites, & M. Lopes (Coords.), Animação, artes e terapias. Intervenção – Associação para a Promoção e Divulgação Cultural. 2007. 278p.
- JACOB, Luis. **Universidades Seniores: Criar Novos Projetos de Vida**. 1ª. Ed. Portugal, 2012. 65p.
- MINAYO, Maria Cecília Souza. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. 11 ed. São Paulo: Hucitec, 2008.
- MOUSINHO, Maria Laís Guidi; LEMOS, Maria Regina Prazeres Moreira. **Rejuvenescer a Velhice**. 2ª. Ed. Brasília, 1996.
- WORLD HEALTH ORGANIZATIONS. **Envelhecimento Ativo: Uma Política de Saúde**. Brasília, Organização Pan-Americana da Saúde, 2005.