

PROJETO DE EXTENSÃO ENVELHECER: REFLETINDO SOBRE QUALIDADE DE VIDA NO ENVELHECIMENTO

Eduarda Rodrigues Fernandes ¹

Eduarda Rodrigues Fernandes ²

Marivane Borges Gonçalves ³

Adriane Guedes Medeiros Eidelwein ⁴

Aline Benites Ramos ⁵

Elisangela Maia Pessoa ⁶

Resumo:

O projeto de extensão EnvelheSer, prima por estimular debates em torno de temas voltados ao entendimento da velhice enquanto fase primordial do desenvolvimento humano. Os objetivos giram em torno de debater ações de caráter educativo, social e cultural que envolvam o envelhecimento objetivando a preparação da sociedade para compreensão do envelhecer como um processo natural de vivência de todos os seres humanos. Atua na possibilidade de entender que galgar qualidade de vida no envelhecimento cumpre com os preceitos de direitos humanos considerando que todos (as) merecem vida digna em todas as fases da vida. Metodologicamente o projeto ao longo de suas três edições vem sendo dividido em fases que envolvem: enquete na comunidade acadêmica sobre a concepção que se tem sobre o processo de envelhecimento, execução de evento alusivo ao mês do idoso com tema em torno do envelhecimento e oferta de curso de formação profissional em gerontologia social e/ou palestras diversas na comunidade local e regional. Ao longo da execução do projeto foram realizados três cursos de formação, dois eventos alusivos ao mês do idoso, uma enquete e aproximadamente 10 (dez) palestras com grupos e instituições diferentes sendo que a centralidade das discussões galga incentivo, mobilização e compreensão quanto à necessidade de preparação para o envelhecimento com maior qualidade de vida. Ressalta-se que pensar qualidade de vida não se restringe a saúde mais um conjunto de acesso aos direitos. A partir da experiência vivenciada pelo projeto, fica nítido que se faz necessário o debate sobre o envelhecimento para fortalecer estratégias que sejam capazes de garantir direitos humanos dos idosos, na perspectiva de inclusão dos mesmos na sociedade, acabando com a visão negativa que se tem do ser idoso.

Palavras-chave: Idoso; Envelhecimento; Velhice; Qualidade de vida; Direitos Humanos.

Modalidade de Participação: Iniciação Científica

PROJETO DE EXTENSÃO ENVELHECER: REFLETINDO SOBRE QUALIDADE DE VIDA NO ENVELHECIMENTO

¹ Aluno de graduação. dudarfernandes@hotmail.com. Autor principal

² Aluno de graduação. dudarfernandes@hotmail.com. Apresentador

³ Aluno de graduação. marivaneborges01@gmail.com. Co-autor

⁴ Aluno de graduação. guedesadriane@yahoo.com.br. Co-autor

⁵ Aluno de graduação. aline_d.p@gmail.com. Co-autor

⁶ Docente. elisangelamaiapessoa@gmail.com. Orientador



PROJETO DE EXTENSÃO ENVELHECER: REFLETINDO SOBRE QUALIDADE DE VIDA NO ENVELHECIMENTO

1. INTRODUÇÃO

O presente trabalho objetiva promover debate em torno da qualidade de vida no envelhecimento a partir da experiência vivenciada em projeto de extensão. Destaca-se que de acordo com a política nacional do idoso (PNI) Lei nº8. 842, de 4 de janeiro de 1994, e de acordo com o Estatuto do Idoso e Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003, pode-se definir o Idoso como pessoas com 60 anos ou mais, assim velhice é uma fase de vida. Já o envelhecimento diz respeito há um processo que acompanha o indivíduo do nascimento até morte. Portanto, acontece de modo evolutivo e gradual e é irreversível (MAZZA; LEFÉVRE, 2004). O projeto de Extensão EnvelheSER – a opção pela inclusão do SER e não CER se constituiu de forma proposital para remeter a importância do Ser idoso sem discriminação em preservação da autonomia – foi criado em 2012, estando em 2017 em sua terceira e última edição – será remodelado com novas metas e objetivos a partir da experiência vivenciada –. Objetivou promover reflexão sobre o envelhecimento humano visando contribuir com indicações de possibilidades de melhoria da qualidade de vida. Enquanto objetivos específicos galgou debater ações de caráter educativo, social e cultural que envolva o envelhecimento; fomentar parcerias entre Secretarias Municipais de Assistência Social, Conselhos de Direito do Idoso e Lares de Longa Permanência para o fortalecimento das ações cotidianas de atendimento ao idoso; realizar evento alusivo ao Dia Nacional do Idoso; ofertar curso de qualificação para profissionais, cuidadores e demais interessados na área da gerontologia social; promover integração entre Universidade e Comunidade para interlocução de saberes para efetivação de possibilidades de ensino, pesquisa e extensão e possibilitar aos discentes interface entre atividades teóricas e práticas.

Justificou-se considerando que o Estatuto do Idoso (2003) indica a previsão de que “nos currículos mínimos dos diversos níveis de ensino formal serão inseridos conteúdos voltados ao processo de envelhecimento, ao respeito e à valorização do idoso, de forma a eliminar o preconceito e a produzir conhecimentos”. Porém praticamente inexistente esse debate em todos os níveis educacionais. Conhecer este processo como parte de um ciclo natural da vida, por onde todos os seres humanos irão passar, é uma questão que merece ser refletida. Outro fator preponderante que merece destaque reside no fato de que está previsto no Estatuto do “capacitação e reciclagem dos recursos humanos nas áreas de geriatria e gerontologia e na prestação de serviços aos idosos”. Assim, observa-se a importância dos profissionais que prestam serviços às pessoas com 60 anos ou mais, estarem bem preparados, capacitados e atualizados sobre os dispositivos legais que protegem e garantem direitos à pessoa idosa em todos seus aspectos biopsicossociais.

Destaca-se que a qualidade de vida não somente está relacionada à saúde mas a um conjunto de fatores capaz de atender as necessidades como um todo dos seres humanos. O termo “qualidade de vida” é um tema abrangente, que envolve múltiplas definições, as quais enfatizam a idéia de bem-estar físico, emocional,

social, econômico, satisfação com a própria vida e, ainda, boas condições de saúde, educação, moradia, transporte, lazer e crescimento individual (CAMPOS, 2007).

2. METODOLOGIA

Para execução do projeto foram utilizadas técnicas de pesquisa – realização de enquête pública e levantamentos bibliográficos –, exposição teórica, debate coletivo e intervenção no âmbito da formação profissional – palestras e minicursos –. O levantamento bibliográfico foi constante, sobre temas relacionados ao projeto para fundamentar as palestras, minicursos e apresentação de trabalhos realizados. As fontes giraram em torno de artigos, teses, dissertações, livros na área da gerontologia social, sendo que os dados foram analisados via análise de conteúdo. A enquête de opinião pública foi realizada na Unipampa Campus São Borja, onde participaram docentes, discentes e técnicos, com o intuito de saber o que mais interessava a comunidade acadêmica acerca do tema envelhecimento e o que se pensava sobre ser idoso. Com as respostas dos participantes da pesquisa no campus o projeto promoveu o segundo – o primeiro ocorreu em outubro de 2013 com temas indicados pela comunidade – evento na área da Gerontologia Social que ocorreu no mês de outubro de 2016 em comemoração ao mês do idoso, onde debateu-se o tema “Envelhecimento com Qualidade de Vida: Atenção Básica – Indicadores de Saúde Pública”, onde contou com a presença de alunos e profissionais. A metodologia do evento girou em torno de conferência magna com abertura e debate de opiniões sendo o evento aberto a acadêmicos, técnicos e comunidade local e regional. Em novembro de 2016 ocorreu à terceira edição do minicurso no âmbito da gerontologia social – o primeiro ocorreu em 2012 e o segundo em 2015 –. Os minicursos foram ofertados por meio de convite a palestrantes externos com experiência nos temas abordados onde foi oportunizado debate coletivo, assim como aperfeiçoamento profissional sob o tema abordado. Foram convidados todos os profissionais de São Borja e região interessados na abordagem direta com idosos. Os temas debatidos durante as três edições giraram em torno de direito, saúde, sexualidade, violência, grupos de convivência, família e institucionalização da pessoa idosa, etc. Durante 2017 a equipe optou por adotar a metodologia de sair de dentro da universidade e ir ao encontro da comunidade em diferentes instituições ministrando palestras em forma de assessoria e/ou consultoria. Todas as atividades durante a execução do projeto de extensão previram enquanto norte teórico a teoria social crítica adotada pelos profissionais do Serviço Social no âmbito de suas intervenções.

3. RESULTADOS e DISCUSSÃO

Em termos de resultados quantitativos ao longo das três edições do projeto foram realizados: dois eventos alusivo ao mês do idoso – 110 pessoas – três minicursos no âmbito da gerontologia social – 130 profissionais – e seis palestras – 650 pessoas – para três grupos de idosos da Maturidade Ativa Sesc (São Borja e Itaqui), equipe de profissionais do Lar de Idoso São Vicente de Paula, equipe de alunos de relações públicas que tem projeto de extensão no âmbito asilar e no I Encontro Municipal do Idoso. Em termos qualitativos o projeto cumpriu seus objetivos no que diz respeito a promover reflexões sobre envelhecimento, qualificação de recursos humanos e intercâmbio universidade e comunidade.

Torna-se relevante trazer o resultado da enquete. O questionário contou com a participação de 105 pessoas onde foi questionado em um primeiro momento O que é ser idoso? E essa questão trouxe muitas respostas diversificadas, dos 100% dos alunos e professores que responderam as perguntas, 2% das pessoas responderam que é “uma pessoa que se torna dependente de outros”, 5% responderam que é “ter capacidade limitada”, outros 9% responderam que é “o processo de degradação biológico e emocional”, um grande número respondeu que é “uma fase natural da vida” 82%, e ainda contamos com mais 2% que decidiu declarar que ser idoso é “sabedoria ao passar do tempo” como também “enfrentar os limites que a sociedade impõe”. Embora maioria tenha pontuado que seria uma fase natural da vida, o que deveria remeter a velhice e não ao envelhecimento, 16 % indicaram estereótipos comuns da sociedade que visualizam o idoso como dependente, limitado ou atrelado à degradação conforme outras pesquisas já apontam. Assim infelizmente o idoso por ser visto como um ser velho que “representa um conjunto de atribuições e transformações negativas que estão ligadas ao conceito tradicional de velhice. No imaginário social o velho está diretamente associado à estagnação e perdas (...)” (RODRIGUES; SOARES, 2006, p.8). A segunda pergunta questionou quais as dificuldades que o sujeito acredita que sejam as constantes no envelhecimento? 3% das pessoas responderam “conflitos geracionais”, outros 5% responderam “acesso à saúde”, 15% que responderam que é “perda da autonomia”, 21% que responderam “acessibilidade de forma geral” e mais 21% responderam como sendo um período de “mudanças físicas e emocionais”. A resposta que teve mais destaque contou com 32% de afirmações que indicaram a questão do “preconceito social”. O preconceito social dentro da sociedade contemporânea é algo institucionalizado, onde os indivíduos são tachados de bons ou ruins, se tem um pré-julgamento dos mesmos, ou seja, os indivíduos são rotulados por pertencer a uma classe social, etnia, religião, faixa etária, etc.

O tema sexualidade no envelhecimento, por exemplo, é visto por muitos de forma preconceituosa, por causa de diversos fatores principalmente pelas limitações físicas próprias da velhice. É importante destacar nesse âmbito a falta de informação. Destaca que “por muitos séculos, a sexualidade foi vista pelas civilizações como sinônimo de sexo e diretamente ligadas à reprodução” segundo (BERNARDO; CORTINA, 2012, p.75). Desta forma o idoso é visto como alguém incapaz de ter relações sexuais por não ter uma vida ativa como as demais pessoas. Outro tema relevante a ser destacado no envelhecimento reside na questão da aposentadoria do idoso. Além de ser considerando improdutivo quando se aposenta ainda tem-se como agravante o fato de que nem sempre o valor dos benefícios ou aposentadorias é suficiente para as necessidades que o envelhecimento requer. Assim não raro o idoso procura outras maneiras para sua sobrevivência, até mesmo continuando a trabalhar. Tema relevante que emergiu das discussões diz respeito à questão da autonomia do idoso na qual reflete na questão de decisões e de autogestão de sua vida diária, pois é de suma importância para o idoso que ele não se sinta reprimido e até mesmo sufocado pela superproteção ou negligência de seus familiares.

A partir das respostas do questionário é possível perceber que muitas pessoas não tem uma ideia clara sobre o processo de envelhecimento e sobre a própria velhice, desta forma é fácil entender porque os idosos sofrem muitos preconceitos e desigualdades, pois muitas das vezes a própria sociedade delimita o espaço do idoso, não lhe dando qualquer tipo de autonomia. Destaca-se que a

qualidade de vida no envelhecer, esta baseada no bem-estar, ou seja, é importante que se obtenha acesso a uma vida saudável no cotidiano, tanto para as condições físicas e psicológicas como também no âmbito das relações sociais. Para isso é necessário que o idoso se sinta seguro tanto emocionalmente como financeiramente até mesmo para manter o equilíbrio de sua autoestima e identidade, para tanto necessita de apoio da família e do Estado. Ressalta-se que a:

Qualidade de vida é uma palavra difícil conceituação, porém vem sofrendo modificações ao longo do tempo. Em sua pesquisa a palavra qualidade é definida para qualificar pessoas ou objetos e a palavra vida, é destinada a vida digna, direito a vida. Desse modo é possível à compreensão da qualidade de vida como “sentir-se bem”, e no envelhecimento é necessária à contribuição de todos para que o idoso possa ter uma boa perspectiva de vida e não deixar abalar pelas possíveis dificuldades que a velhice inevitavelmente impõe (PASCHOAL, 2000, p.19).

A garantia de direitos também é outro ponto importante a se destacar. A Lei nº8.842 de 4 de janeiro de 1994 – Política Nacional de atendimento a Pessoa Idosa, pois indica que “a família, a sociedade e o estado têm o dever de assegurar ao idoso todos os direitos da cidadania, garantindo sua participação na comunidade, defendendo sua dignidade, bem-estar e o direito à vida” (BRASIL, 1994, p.1). Desta forma fica claro que ninguém nem o Estado podem usurpar os direitos dos idosos, mas sim garantir seu bem estar social. Outro garantidor de direitos dos idosos é o Estatuto do Idoso, Lei nº. 10.741, de 1º de Outubro de 2003, que garante aos idosos, direito a vida, direito a liberdade, respeito, dignidade como também alimentação, direito a saúde, habitação, além de educação, cultura, esporte e lazer. Ao Estado fica expressamente indicado responsabilidade de garantir os direitos à previdência e assistência social e outros, tudo para o bem estar social do idoso para que esse possa ter uma vida digna.

Infelizmente, porém é fato que diante do aumento da população idosa, se tem como problema social a violência contra os idosos, onde muitos sofrem violência intrafamiliar – principalmente no âmbito econômico, quando a família se vale da renda do idoso –, mas também está muito presente violência urbana e institucional – quando os idosos estão principalmente sendo institucionalizados –. Dessa maneira é importante ressaltar necessidade de fomentar discussões e inserir o debate em torno do envelhecimento na educação para que ocorra preparação previa para essa fase da vida. Não é possível trabalhar na perspectiva de reprodução ou naturalização da violência.

[...] Em muitas sociedades, diversas expressões dessa violência, frequentemente, são tratadas como uma forma de agir “normal” e “naturalizada” ficando ocultas nos usos, nos costumes e nas relações entre as pessoas. Tanto no Brasil como no mundo, a violência contra os mais velhos se expressa nas formas como se organizam as relações entre os ricos e os pobres, entre os gêneros, as raças e os grupos de idade nas varias esferas de poder político, institucional e familiar (MINAYO, 2005, p.5).

A violência contra a pessoa idosa se manifesta de varias formas, mas principalmente por muitos considerarem a pessoa idosa como algo que já não serve mais para a sociedade, como um fardo, gerando muita desigualdade e tornando essas pessoas totalmente dependentes de outros, e assim dando liberdade para que abusem da dignidade deles. Por isso a importância do estudo nessa área, para a compreensão do processo de envelhecimento para que a sociedade em geral

compreenda que o idoso é uma pessoa normal e tem os mesmo direitos que qualquer outra pessoa, assim que acabe a distinção entre pessoas, pois todos são iguais.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados da execução do projeto de extensão EnvelheSER demonstram que existe necessidade de promoção constante de momentos de debate, compreensão e fortalecimento de estratégias em torno de preparação para o envelhecimento humano. Torna-se importante de reforçar o debate da qualidade de vida no envelhecimento com o intuito de incluir idosos e buscar que seus direitos sejam assegurados mediante políticas públicas. Não rotular, agir sem preconceito, respeitar a identidade e autonomia do idoso e preservar a dignidade humana inclui pensar os direitos humanos de forma ampla atendendo a todos (as) em qualquer fase da vida.

No âmbito universitário ainda precisam ser amadurecidas questões envoltas na necessidade de valorização de pesquisas que tenham o envelhecimento como foco de debate, privilegia-se pesquisas tecnológicas, econômicas em detrimento de estudos sobre comportamento humano, principalmente quando este é voltado para idosos.

5. REFERÊNCIAS

CAMPOS, Paola. Como está a qualidade de vida dos idosos institucionalizados? Escola de Artes Ciências e Humanidades – EACH. São Paulo: USP, 2007.

BRASIL. Lei nº 10.741 de 1 de outubro de 2003. Dispõe sobre o Estatuto da Pessoa Idosa.

_____. Lei nº 8.842 de 4 de janeiro de 1994. Dispõe sobre a Política Nacional do Idoso.

BERNARDO, Rosângela. CORTINA Irene. Sexualidade na terceira idade. Santo Amaro: UNISA. 2012.

MAZZA, Márcia Maria Porto Rossetto; LEFÉVRE, Fernando. A instituição asilar segundo o cuidador familiar do idoso. Revista Saúde e Sociedade, São Paulo, v. 13, n. 3, p. 68-77, 2004.

MINAYO, Maria Cecília. Violência Contra Idosos: O avesso do respeito à experiência e à sabedoria. Brasília: Secretaria Especial dos Direitos Humanos, 2005.

RODRIGUES, Lizete de Souza; SOARES, Geraldo Antônio. Velho, Idoso e Terceira Idade na Sociedade Contemporânea. Vitória: Ágora, 2006.

PASCHOAL, S. M.P. Qualidade de vida do idoso: elaboração de um instrumento que privilegia sua opinião. 2010. Dissertação (Mestrado em Medicina), Faculdade de São Paulo, São Paulo, 2000.