

Anderson Jackle Ferreira  
Claus Dieter Stobäus  
Denise Goulart  
Juan José Mouriño Mosquera  
*Organizadores*

# educação & envelhecimento



edipucrs



*educação* &  
**envelhecimento**



Pontifícia Universidade Católica  
do Rio Grande do Sul

**Chanceler**

Dom Dadeus Grings

**Reitor**

Joaquim Clotet

**Vice-Reitor**

Evilázio Teixeira

**Conselho Editorial**

Ana Maria Lisboa de Mello

Bettina Steren dos Santos

Eduardo Campos Pellanda

Elaine Turk Faria

Érico João Hammes

Gilberto Keller de Andrade

Helenita Rosa Franco

Ir. Armando Luiz Bortolini

Jane Rita Caetano da Silveira

Jorge Luis Nicolas Audy – Presidente

Jurandir Malerba

Lauro Kopper Filho

Luciano Klöckner

Marília Costa Morosini

Nuncia Maria S. de Constantino

Renato Tetelbom Stein

Ruth Maria Chittó Gauer

**EDIPUCRS**

Jerônimo Carlos Santos Braga – Diretor

Jorge Campos da Costa – Editor-Chefe

**Organizadores**  
Anderson Jackle Ferreira  
Claus Dieter Stobäus  
Denise Goulart  
Juan José Mouriño Mosquera

# *educação* & **envelhecimento**

Porto Alegre  
2012



© EDIPUCRS, 2012

**CAPA** Anderson Jackle Ferreira

**REVISÃO DE TEXTO** Patrícia Aragão

**REVISÃO FINAL** Autores

**EDITORÇÃO ELETRÔNICA** Andressa Rodrigues



**EDIPUCRS – Editora Universitária da PUCRS**

Av. Ipiranga, 6681 – Prédio 33

Caixa Postal 1429 – CEP 90619-900

Porto Alegre – RS – Brasil

Fone/fax: (51) 3320 3711

e-mail: edipucrs@pucrs.br - www.pucrs.br/edipucrs.

## Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

---

**E24 Educação & envelhecimento [recurso eletrônico] / org. Anderson Jackle Ferreira ... [et al.] – Dados eletrônicos. – Porto Alegre : EdiPUCRS, 2012.  
157 p.**

Sistema requerido: Adobe Acrobat Reader

Modo de Acesso: <<http://www.pucrs.br/edipucrs>>

ISBN 978-85-397-0153-7 (on-line)

1. Educação. 2. Envelhecimento. 3. Saúde do Idoso.  
4. Qualidade de Vida. 5. Aprendizagem. 6. Interdisciplinaridade.  
I. Ferreira, Anderson Jackle.

CDD 362.6042

---

Ficha Catalográfica elaborada pelo Setor de Tratamento da Informação da BC-PUCRS.

TODOS OS DIREITOS RESERVADOS. Proibida a reprodução total ou parcial, por qualquer meio ou processo, especialmente por sistemas gráficos, microfilmicos, fotográficos, reprográficos, fonográficos, videográficos. Vedada a memorização e/ou a recuperação total ou parcial, bem como a inclusão de qualquer parte desta obra em qualquer sistema de processamento de dados. Essas proibições aplicam-se também às características gráficas da obra e à sua editoração. A violação dos direitos autorais é punível como crime (art. 184 e parágrafos, do Código Penal), com pena de prisão e multa, conjuntamente com busca e apreensão e indenizações diversas (arts. 101 a 110 da Lei 9.610, de 19.02.1998, Lei dos Direitos Autorais).

## **AUTORES**

---

### **ALINE ROCHA MENDES**

Mestre em Educação – PUCRS, Especialista em Gestão da Educação, professora e supervisora educacional da Rede Municipal de Ensino de Porto Alegre.

*alinerochamendes@gmail.com*

### **ANDERSON JACKLE FERREIRA**

Doutor e Mestre em Gerontologia Biomédica pela PUCRS. Licenciado em Ciências Exatas – PUCRS.

*anderson.jackle@gmail.com*

### **BETTINA STEREN DOS SANTOS**

Pós-Doutora pela Universidade do Texas, Doutora em Psicologia Evolutiva e da Educação – Universidad de Barcelona, Professora do PPGE da FAGED/PUCRS. Coordenadora do grupo de pesquisa “Processos Motivacionais em Contextos Educativos” (PROMOT).

*bettina@pucrs.br*

### **CARLA DA CONCEIÇÃO LETTNIN**

Doutoranda em Educação – PUCRS, professora de Educação Física do CAp/UFRGS.

*carla.lettnin@ufrgs.br*

### **CLÁUDIA DE OLIVEIRA TACQUES WEHMEYER**

Doutora e Mestre em Gerontologia Biomédica pela PUCRS. Especialista em Língua e Literatura Espanhola – ICC, Madrid, Espanha. Licenciada em Letras: Português/Espanhol na PUCRS.

*claudiat@portoweb.com.br*

### **CLÁUDIA FLORES RODRIGUES**

Doutoranda em Educação pela PUCRS, Mestre em Educação pela UFSM, Especialista em Orientação e Supervisão Escolar – UNIFRA, Licenciada em Letras Língua Espanhola e Respectivas Literaturas pela FAMES.

*claudiaflores\_412@hotmail.com*

### **CLAUS DIETER STOBÄUS**

Pós-Doutor em Psicologia pela Universidad Autónoma de Madrid – Espanha, Doutor em Ciências Humanas – Educação, professor titular da Faculdade de Educação da PUCRS, professor do Centro Universitário La Salle.

*stobaus@pucrs.br*

**CRISTINA FURLAN ZABKA**

Mestranda em Educação pela PUCRS, Médica de família e comunidade, professora do internato do curso de Medicina da UCS.  
*crizabka@hotmail.com*

**DENISE DALPIAZ ANTUNES**

Doutora em Educação – PUCRS, Mestre em Educação – PUCRS, Especialista em Educação Infantil, licenciada em Educação Física, Professora da Rede Municipal de Ensino de Porto Alegre.  
*denise.dalpiaz@terra.com.br*

**DENISE GOULART**

Doutora em Gerontologia Biomédica pela PUCRS, Mestre em Educação pela PUCRS, Especialista em Educação à Distância pelo SENAC-RS, licenciada em Pedagogia Multimeios e Informática Educativa pela PUCRS.  
*dra.denisegoulart@hotmail.com*

**GUILHERME PERRONE**

Acadêmico do Curso de Educação Física da PUCRS.  
*guiperrone@hotmail.com*

**JAMILE ZACHARIAS**

Mestre em Educação/PUCRS, bolsista CNPq, Especialista em Educação Inclusiva, licenciada em História.  
*jamilezacharias@yahoo.com.br*

**JANAISA GOMES DIAS DE OLIVEIRA**

Doutoranda em Gerontologia Biomédica – PUCRS, bolsista Capes, Fisioterapeuta.  
*janaisaoliveira@hotmail.com*

**JUAN JOSÉ MOURIÑO MOSQUERA**

Pós-doutor em Psicologia pela Universidad Autónoma de Madrid, Livre-Docente em Psicologia da Educação, Doutor em Pedagogia, professor titular da Faculdade de Educação e de Letras da PUCRS.  
*mosquera@pucrs.br*

**LEANDRA COSTA DA COSTA**

Mestranda em Educação pela Universidade Federal de Santa Maria – UFSM, Especialista em Educação Física Escolar – UFSM.  
*lcostadacosta@hotmail.com*

**KARINA PACHECO DOHMS**

Doutoranda em Educação - PUCRS, bolsista Capes, Especialista em Recreação, Lazer e Jogos Cooperativos, professora de Educação Física do Colégio Marista Assunção.  
*kadohms@gmail.com*

**MILENA RAMOS**

Mestranda em Educação – PUCRS, Licenciada em Letras - Português – Literatura. Professora e Revisora de Textos. Aluna especial do Mestrado em Educação da PUCRS.

*milena\_troy@hotmail.com*

**NEDLI MAGALHÃES VALMORBIDA**

Doutoranda em Educação - PUCRS, Licenciada em Letras pela UNISC, Especialista em Supervisão Escolar pela FAPA e Teoria da Literatura e licenciada em Letras – PUCRS.

*nedli\_val@terra.com.br*

**PEDRO HENRIQUE DOERRE DE JESUS ABREU**

Acadêmico do Curso de Educação Física da PUCRS.

*pedro.abreu@acad.pucrs.br*

**RITA FERNANDA DIAS DA SILVA**

Licenciada em Pedagogia pela ULBRA.

*rnandads@hotmail.com*

**ROSA EULÓGIA RAMIREZ**

Mestre em Ciências Sociais pela Unisinos e em Psicopedagogia Institucional pela UNISUL, Especialista em Neuropsicologia e graduada em Pedagogia – Orientação Educacional pela PUCRS. Coordenadora do Curso de Pós-Graduação Lato Sensu em Psicopedagogia Clínica e Institucional do Centro Universitário Metodista – IPA.

*rosa.eulogia@gmail.com*

**SORAIA NAPOLEÃO FREITAS**

Pós-doutora em Educação pela PUCRS, Doutora em Educação pela Universidade Federal de Santa Maria, Departamento de Educação Especial e do Programa de Pós-Graduação em Educação da Universidade Federal de Santa Maria – UFSM.

*soraianfreitas@yahoo.com.br*

**ZAYANNA C. L. LINDÔSO**

Doutoranda em Gerontologia Biomédica pela PUCRS, Terapeuta Ocupacional, Especialista em Saúde da Família e em Psicomotricidade.

*zayanna@gmail.com*

**YUKIO MORIGUCHI**

Médico Geriatra, Doutor em Medicina, professor e ex-diretor do Instituto de Geriatria e Gerontologia da PUCRS e Diretor do Instituto de Cultura Japonesa da PUCRS.

*igg@pucrs.br*



## SUMÁRIO

---

AUTORES .....	5
NOTA DOS ORGANIZADORES .....	11
APRESENTAÇÃO .....	12

### **CAPÍTULO 1**

O ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL: EDUCAÇÃO, SAÚDE E PSICOLOGIA POSITIVA .....	14
--	----

*Juan José Mouriño Mosquera*

*Claus Dieter Stobäus*

### **CAPÍTULO 2**

APRENDIZAGEM DIGITAL DE IDOSOS: UM NOVO DESAFIO .....	23
--	----

*Denise Goulart*

*Anderson Jackle Ferreira*

### **CAPÍTULO 3**

UMA LEITURA DA EDUCAÇÃO E DO ENSINO .....	31
---	----

*Anderson Jackle Ferreira*

*Rita Fernanda Dias da Silva*

### **CAPÍTULO 4**

VIDA ADULTA E ENVELHECIMENTO: RECONHECENDO DIREITOS E POSSIBILIDADES DE VIVER COM DIGNIDADE ATRAVÉS DO ESTATUTO DO IDOSO .....	38
--	----

*Soraia Napoleão Freitas*

*Leandra Costa da Costa*

### **CAPÍTULO 5**

O ENSINO DA LÍNGUA ESPANHOLA A IDOSOS DO SÉCULO XXI .....	51
---	----

*Cláudia de Oliveira Tacques Wehmeyer*

## **CAPÍTULO 6**

ENVELHECIMENTO: A SAÚDE DA MULHER TRABALHADORA EM EDUCAÇÃO EM DISCUSSÃO .....	58
---	----

*Cláudia Flores Rodrigues*

*Rosa Eulógia Ramirez*

## **CAPÍTULO 7**

A PARTICIPAÇÃO INTERDISCIPLINAR NA INSTRUMENTALIZAÇÃO EDUCACIONAL DO ADULTO TARDIO SUJEITO A RISCOS CARDIOVASCULARES E SUA QUALIDADE DE VIDA.....	67
--	----

*Janaísa Gomes Dias de Oliveira*

*Zayanna C. L. Lindoso*

*Pedro Henrique Doerre de Jesus Abreu*

*Claus Dieter Stobäus*

## **CAPÍTULO 8**

INCLUSÃO DIGITAL NA ADULTEZ TARDIA E O REENCANTAMENTO DA APRENDIZAGEM.....	79
---	----

*Denise Goulart*

*Claus Dieter Stobäus*

*Juan José Mouriño Mosquera*

## **CAPÍTULO 9**

MOTIVOS E APRENDIZAGEM NA ADULTEZ .....	95
---	----

*Denise Dalpiaz Antunes*

*Bettina Steren dos Santo*

## **CAPÍTULO 10**

ENVELHECIMENTO E DOCÊNCIA: A BUSCA DO BEM-ESTAR NA CONSTRUÇÃO PESSOAL E PROFISSIONAL .....	107
--	-----

*Karina Pacheco Dohms*

*Jamile Zacharias*

*Carla Lettnin*

*Aline Rocha Mendes*

*Juan José Mouriño Mosquera*

*Claus Dieter Stobäus*

## **CAPÍTULO 11**

A EDUCAÇÃO E O PROCESSO DE ENVELHECIMENTO: UM OLHAR SOBRE A MULHER..... 120

*Cláudia Flores Rodrigues*

*Nedli Magalhães Valmorbida*

*Rita Fernanda Dias da Silva*

## **CAPÍTULO 12**

A IMPORTÂNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA NO COTIDIANO DOS IDOSOS: ASPECTOS FÍSICOS E COGNITIVOS ..... 126

*Janaisa Gomes Dias de Oliveira*

*Zayanna C. L. Lindoso*

*Guilherme Perrone*

*Yukio Moriguchi*

*Claus Dieter Stobäus*

## **CAPÍTULO 13**

A PRÁTICA DA LEITURA COMO UM FACILITADOR DO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL..... 136

*Milena Ramos*

## **CAPÍTULO 14**

A BIOLOGIA DO ENVELHECIMENTO E SUAS REPERCUSSÕES NA EDUCAÇÃO..... 145

*Cristina Furlan Zabka*

## **CAPÍTULO 15**

INVESTINDO NA EDUCAÇÃO PARA UM ENVELHECIMENTO COM QUALIDADE DE VIDA..... 153

*Anderson Jackle Ferreira*

*Denise Goulart*

*Claus Dieter Stobäus*

*Juan José Mouriño Mosquera*

## **NOTA DOS ORGANIZADORES**

---

Os capítulos que compõem este livro foram redigidos pelo corpo discente, pelo corpo docente e por colaboradores e são de inteira responsabilidade de seus autores. As opiniões e informações contidas nos capítulos são a expressão das ideias de seus autores, que fizeram a revisão final dos textos e das referências.

## APRESENTAÇÃO

---

O livro *Educação & Envelhecimento* nasceu do interesse dos autores em debater possíveis interfaces entre esses dois temas, aqui intrinsecamente relacionados entre si, visto estarem constantemente vinculados às profundas transformações sociais e culturais humanas.

Foi assim que, durante o ano de 2010 e 2011, o grupo de pesquisa interdisciplinar de Educação para a Saúde e os participantes das disciplinas Educação, Saúde e Inclusão; Neuropsicopedagogia; e Pessoa e Educação – Tema: Afetividade e Educação I e II, ministradas no Programa de Pós-Graduação em Educação da PUCRS, e as disciplinas Ensino e Aprendizagem em Gerontologia; e Dinâmica Psicopedagógica do Envelhecimento, ministradas no Programa de Pós-Graduação em Gerontologia Biomédica, juntos, realizaram alguns trabalhos, que foram selecionados e estão aqui incluídos.

A obra está dividida em capítulos, de tal forma que serão aprofundados temas que iniciam com uma visão do que consideramos, como grupo, um *envelhecimento saudável*, conectado às modernas *Psicologia da Saúde* e *Psicologia Positiva*. Para que ele ocorra, é necessário entender como ocorre a *aprendizagem dos idosos*, complementada pela visão de *educação e ensino*, a partir da perspectiva dos idosos.

A base para poder entender o envelhecimento, aqui segundo o ponto de vista da *vida adulta*, parte de reflexões sobre direitos e compromissos do idoso com sua aprendizagem ao longo da vida.

Além da reflexão e exemplificação de aplicabilidade do tema ao *ensino de língua espanhola*, temos uma possibilidade de aplicação a gênero, em que contemplamos a *mulher trabalhadora e sua saúde*, complementada pelas reflexões sobre a *qualidade de vida e de saúde do adulto tardio*.

Retomamos o tema da *inclusão digital do idoso*, para aprofundar nos *motivos e na motivação na adultez*, que vai ao encontro da posição do *docente que envelhece, entendendo o lado pessoal e profissional*.

Lembremos sempre que devemos nos manter ativos, com um corpo que tenha *atividade física no cotidiano*, que persista em atividades que o mantenham também cognitivamente mais ativo, como a *leitura que facilite o envelhecer*.

Retomamos o tema *biológico e suas repercussões na Educação*, para poder investir na *Educação e conseguir envelhecer com qualidade de vida*.



Queremos destacar que esta obra é destinada aos profissionais das mais diversas áreas, desde estudantes de graduação até os de pós-graduação, aos interessados nas temáticas como envelhecimento e educação, pois permite que aprofundem debates e tentem encontrar assuntos a partir dos quais possam realizar cursos, seminários, debates, aproximações de suas pesquisas.

Acreditamos que os temas abordados serão úteis para aqueles que buscam o conhecimento de aspectos da educação para um envelhecimento com qualidade de vida.

Anderson Jackle Ferreira  
Claus Dieter Stobäus  
Denise Goulart  
Juan José Mouriño Mosquera  
(Organizadores)

## CAPÍTULO 1

---

### O ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL: EDUCAÇÃO, SAÚDE E PSICOLOGIA POSITIVA

---

*Juan José Mouriño Mosquera  
Claus Dieter Stobäus*

A professora Ursula Lehr, no prólogo do livro *Envelhecimento Ativo*, de Rocío Fernández-Ballesteros (2009b), afirma que todos envelhecem. Acrescenta que envelhecer ativamente com bem-estar e alta qualidade de vida é um dos mais importantes temas para a nossa sociedade e para a Gerontologia e a Psicologia. Todos sabem que existe um grande incremento da longevidade e, conseqüentemente, uma grande mudança demográfica nestes últimos dez anos. Nunca antes tantas pessoas conseguiram alcançar idades tão avançadas, principalmente nos países europeus e na maior parte do denominado primeiro mundo.

Lehr ainda acrescenta que permanecemos mais ativos e melhores que no tempo de nossos pais e nossos avôs. E isso é devido ao progresso da Medicina, Farmácia, entre outras Ciências, e também a melhoras educacionais e socioeconômicas, de condições de vida. Houve uma grande melhoria nos estilos de vida saudáveis, quer dizer, mudanças que se referem diretamente ao próprio comportamento humano. Hoje estamos plenamente de acordo com o fato de que devemos ter, todos, envelhecimento ativo, envelhecimento saudável, envelhecimento com êxito e, principalmente, envelhecimento positivo.

É interessante afirmar que, nos anos 70, existiu uma corrente médica, que desenvolveu o tema da qualidade de vida. Nos anos 80, houve uma preocupação marcante com o bem-estar subjetivo, convertendo-se em tema dominante. Nos anos 90, houve crescimento da denominada Psicologia Positiva, e o envelhecimento converteu-se em um tema multidimensional, o que alterou a concepção de envelhecimento, pois este não é apenas um processo biológico, mas é um processo interativo, determinado por um conjunto de fatores biológicos, sociais, psicológicos e ecológicos.

Podemos afirmar, com Lehr, que envelhecimento saudável é envelhecimento ativo. Envelhecimento saudável é um processo que dura toda a

vida e, consequentemente, devemos considerar que o ciclo vital é fundamental, pois vai desde a concepção, passando pelo nascimento, adolescência, início e meio da vida adulta, até a adultez tardia, e é necessário desde muito cedo otimizar todas as vivências, tanto do ponto de vista físico, como do psicológico e do social.

A postura positiva é muito importante nos últimos anos, principalmente a partir de 1998, e isto se converteu em um tema muito relevante para a pesquisa psicológica e para o tratamento educacional. O envelhecimento e a longevidade não devem ser contemplados como um problema, mas como uma oportunidade para viver mais e melhor, uma potencialidade a ser desenvolvida também nesta etapa de vida.

## **O envelhecimento saudável**

Fernández-Ballesteros (2009a, b), ao referir-se ao envelhecimento humano, nas últimas décadas, chama a atenção de que existe, atualmente, um novo paradigma para o estudo do envelhecimento. Diz-nos que há tradições bastante antigas no estudo do envelhecimento, considerado do ponto de vista da adultez tardia ou das pessoas mais idosas.

Fundamentada em duas tradições de pensamento, a autora esclarece que as crenças e teorias acerca dos processos de envelhecimento têm duas perspectivas principais, procedentes de Platão e Aristóteles. Explica que, da tradição de Platão, existe uma visão positiva, na qual o ser humano envelhece do mesmo modo como tem vivido, da qual se deriva que é necessário estar preparado para envelhecer ao longo da vida com dignidade.

Já, pelo contrário, na visão de Aristóteles, o envelhecimento é uma última etapa da vida humana e poderia ser considerado como uma enfermidade natural, a qual acompanha o deterioramento físico e mental da pessoa.

Naturalmente, esses dois enfoques têm marcado o estudo da vida adulta tardia até agora, como assinala Birren (apud FERNÁNDEZ-BALLESTEROS, 2009a), que a Gerontologia Biomédica e a Psicologia Gerontológica estão, principalmente, dedicadas ao estudo multidisciplinar do envelhecimento, da velhice e dos idosos.

Entretanto, a complexidade e a diversidade do objeto do estudo não são apenas as únicas características destas disciplinas, pois o envelhecimento precisa, para melhor conhecimento e análise, de uma estrutura multidisciplinar, e isto significa uma perspectiva bio-psico-sociocultural. Porém, é necessário chamar a atenção ao fato de que existe

uma enorme diferença entre estudar o envelhecimento do ponto de vista negativo ou do ponto de vista positivo.

Fernández-Ballesteros (2009a, b) enfatiza que o envelhecimento ativo e positivo não é uma conceitualização fácil, simplista, superficial e reducionista. Afirmar que, pelo contrário, é um conceito realista e empírico do envelhecimento, que inclui tanto os aspectos positivos quanto os negativos.

Já Freund e Baltes (apud FERNÁNDEZ-BALLESTEROS, 2009a), para entender melhor o envelhecimento bem-sucedido, analisam no seu marco teórico sete proposições. A primeira proposição coloca em relevo a existência de diferenças essenciais na forma de envelhecer e, concretamente, entre o envelhecimento normal, o ótimo e o patológico. A segunda proposição deriva-se da anterior e refere-se à existência de uma ampla variabilidade interindividual, em nível de ritmo e na direção da mudança ao longo da vida. Em outras palavras, enfatiza o envelhecimento com êxito, por esta heterogeneidade ou variabilidade.

A terceira proposição supõe o conceito de plasticidade e reserva latente ao longo de toda a vida, enfatizando a possibilidade de uma mudança positiva ao longo do desenvolvimento. A quarta proposição, que está conectada com a anterior, deriva-se da investigação empírica que estabelece a existência de limites na plasticidade do comportamento e na capacidade de adaptação e, conseqüentemente, na possibilidade de mudanças positivas em idades muito avançadas de vida.

Na quinta proposição, os autores tratam de tornar compatíveis as proposições três e quatro, quer dizer, que a tecnologia e a práxis, fundamentadas no conhecimento, podem compensar o potencial em declínio.

A sexta proposição afirma que, com o envelhecimento, o equilíbrio entre ganhos e perdas, que ocorre ao longo da vida, faz-se menos positivo e que este desequilíbrio aparece tanto na avaliação subjetiva como nos estereótipos sociais existentes.

Finalmente, a última proposição formula-se sobre a base empírica, que demonstra que existem escassas diferenças de idade e, portanto, é necessário que o ‘ego’ da pessoa mantenha a sua plasticidade e capacidade de recuperação.

Como podemos supor, uma visão mais positiva do desenvolvimento humano, mormente durante o envelhecimento, depende do ponto de vista do pesquisador e das condições socioculturais que rodeiam este ser humano.

A importância do envelhecimento positivo e saudável depende, muitas vezes, das conceitualizações adaptadas pelos estudiosos e pesquisadores. Por isso, afirmamos que as condições pessoais e ambientais são muito importantes para a satisfação para a vida, o bem-estar subjetivo e, especialmente, a autorrealização, a autoimagem e a autoestima.

Reiteramos, uma vez mais, que o envelhecimento humano deve ser abordado segundo uma perspectiva multidisciplinar, porém algumas definições de envelhecimento ativo ou positivo têm partido, modernamente, de um contexto específico, e entre eles encontramos o biomédico, o psicológico, o sociológico e o cultural. Posto isso, podemos afirmar que o envelhecimento ativo, ou positivo, está intimamente relacionado ao bem-estar ou à satisfação com a vida, a ter qualidade de vida e competência e saúde para sentir-se bem, dentro de um determinado ambiente.

O envelhecimento pode ser considerado como um longo e contínuo processo biopsicossocial, através do qual se produzem transações mútuas entre o organismo biológico, a pessoa e o contexto ambiental.

Envelhecer está em íntima relação com aquilo que a pessoa faz e com aquilo que a pessoa possui, por isso a saúde comportamental e o ajustamento físico dependem de múltiplos fatores, entre os quais encontra-se o de ter acesso e participar ativamente de um bom atendimento médico e ter bom amparo psicossocial.

Complementamos afirmando que qualquer pessoa é também responsável pelos seus hábitos mais saudáveis e, consequentemente, em certa medida, por seu próprio processo de envelhecimento mais sadio.

### **Componentes psicológicos e comportamentais do envelhecimento saudável**

Fernández-Ballesteros (2009b) chama a atenção sobre os componentes comportamentais e psicológicos que levam ao envelhecimento positivo ou ativo, a autora considera a saúde e o ajustamento físico fundamentais para o equilíbrio e a sua continuidade durante toda a vida. Um outro componente, destaca ela, é o funcionamento cognitivo, que é de extrema importância durante a vida adulta, mormente no envelhecimento.



Em nossa opinião, o funcionamento emocional-motivacional é também de grande significado, especialmente na atualidade, época em que se está estudando em profundidade o papel dos sentimentos, emoções e afetos. Isso nos leva a considerar o que as emoções positivas tornam o envelhecimento positivo e nos predispõem a um maior e eficaz (auto) controle e melhor (auto)manejo do estresse.

Outro componente é o funcionamento, a participação social ativa, que estuda a relação da saúde com a cognição e com as emoções positivas, no meio em que nos desenvolvemos.

Gostaríamos de chamar a atenção de que, quanto ao envelhecimento cognitivo, é necessário levar em conta a sua otimização e, especialmente, a sua manutenção saudável, justamente pela utilização e adequação de níveis educativos específicos. Também a (boa manutenção da) situação socioeconômica de toda a sua família, como foi o desenvolvimento da vida infantil e sua adolescência, e como foi o desenvolvimento cognitivo do jovem na vida adulta inicial e depois na meia idade e, muito especialmente, na vida adulta tardia. Estes níveis de desenvolvimento cognitivo são importantes para podermos entender e também intervir preventivamente sobre as possíveis deteriorizações, bem como proporcionar a ativação de melhores níveis de memória e, especialmente, a coordenação interativa entre a inteligência e o seguimento ativo de desempenho vital.

Outros fatores que ajudam o desenvolvimento cognitivo são a atividade e o fortalecimento da boa forma física, que tem efeitos positivos no funcionamento cognitivo e cerebral das pessoas adultas tardias. O exercício físico parece ser também um fator protetivo da deteriorização cognitiva e da demência. Parece existirem evidências empíricas de que a atividade cotidiana e as atividades sociais e de lazer têm um efeito positivo na manutenção ativa da cognição humana e são um fator protetor ante a deteriorização cognitiva.

Desde Vygotsky (2000) sabe-se que existem vários tipos de aprendizagem, e a reserva cognitiva do ser humano é o que leva a entender que há sempre possibilidade de uma grande capacidade cognitiva, ao longo da vida e no envelhecimento. As atividades cognitivas, como leitura ou jogos, podem permitir uma reserva técnica cognitiva e levariam as pessoas a poder continuar aprendendo sempre e, conseqüentemente, a melhorar suas funções cerebrais, que podem apresentar alterações cognitivas, as quais poderiam ser retardadas com essas atividades. Portanto, em relação

às funções cerebrais apresentadas, podemos dizer que estão previamente relacionadas aos níveis de problemas apresentados na vida cotidiana, e existe a necessidade de realizar esforço moderado continuamente, então nos lembremos de utilizar os programas de estimulação psicológica e os de desenvolvimento de melhores livros de interesse e motivação, especialmente os de procurar desenvolver uma visão mais positiva e desafiadora da vida.

Outro componente está ligado à emergência de estudos sobre as emoções e sentimentos, o entendimento de como se processa o funcionamento afetivo e emocional, em especial ao longo do processo de envelhecimento. Podemos afirmar ainda que, ao longo da vida, produzem-se constantes incrementos no controle e na complexidade da (auto)regulação emocional.

Estamos de acordo que o sistema emocional-motivacional é essencial para o envelhecimento ótimo e é a base da maior parte dos conceitos psicológicos, considerados como determinantes pessoais importantes do envelhecimento ótimo.

Hoje sabemos, através da Psicologia Positiva, que aspectos como estar satisfeito com a vida, ter o sentido de controle das imagens sobre seu próprio envelhecimento e ter real autoimagem e autoestima são aspectos fundamentais para que os seres humanos possam alcançar melhores formas de existência, de autoconfiança e, muito especialmente, um sentimento de si e possibilidade de cuidado de si mais significativos e relevantes.

Como temos visto, esses componentes tratam das necessidades básicas do ser humano e, muito especialmente, são positivamente apreciados no convívio social. Sabemos, há muito tempo, que é necessário interagir positivamente com os outros para poder detectar e apreciar nosso autovalor, e isto nos leva a entender que a construção da realidade, durante toda a vida, é um longo processo psicoeducativo de grande valor e de necessidade vital. Por isto, entendemos que o apoio social favorece diretamente aspectos de melhor e positiva saúde e que as redes sociais positivas atuam diretamente sobre a promoção do cuidado de si, da manutenção da saúde. Essa interação social protege parcialmente as pessoas dos efeitos patogênicos de acontecimentos estressantes, quando são empregadas no sentido de implementar níveis de resiliência.

Os aspectos considerados “patogênicos” estão intimamente ligados à perturbação no nível de relações interpessoais sociais e, consequentemente, da materialização da ideia de sociedade. Por isso existe um acordo em que a

interação social é um campo importante para um envelhecimento saudável, e claro está que o estudo das relações sociais é uma área muito ampla, que abrange diferentes ideias e aplicações a diversos contextos, desde as relações familiares iniciais, passando pelas relações de amizades no estudo e no trabalho, até a vida política, levando a uma sobrevivência.

Devemos também nos dar conta de que há o risco de uma pessoa em envelhecimento não se considerar mais útil, o que a leva a uma perda de autoimagem e autoestima, mas que é previsível e pode ser prevenida, se detectarmos seus indícios e agirmos positivamente.

### **Considerações finais**

O envelhecimento saudável não é uma tarefa impossível, já que pressupõe uma perspectiva muito ligada àquela que já propunha Platão. Na realidade, a mudança positiva significa o cuidado em não se deixar vencer pelo medo e, especialmente, pelo estresse. O envelhecimento saudável precisa recorrer a uma educação que saiba discriminar as tarefas positivas da vida em contraposição à luta pelo poder acirrada e imagem negativa que o outro estabelece com o inimigo e não companheiro de caminhada desta vida.

Interessante lembrar como Marchand (2005) trabalha a chamada idade da sabedoria. Para esta autora portuguesa, a vida adulta é definida como um período da vida que vai dos 18-20 anos até os 65-70 anos, e ela chama a atenção ao fato de que se separa a fase do adulto da do idoso, acrescentando que, a partir dos 70 anos, fica designada por velhice ou terceira idade.

No momento atual, porém, podemos dizer que, com o aumento da expectativa de vida, a idade do ser humano tende a aumentar, podendo redesenhar-se a vida adulta da seguinte forma: adulto jovem – de 20 a 40 anos; adulto médio – de 40 a 65 anos; adulto tardio – de 65-75 anos a (praticamente como apontam as previsões para os próximos anos) 100-120 anos.

Naturalmente essa previsão é, hoje, considerada pelos autores que melhor têm trabalhado o envelhecimento. Podemos dizer, arriscando a ser contestados, que o envelhecimento é um longo período, que dura toda a vida humana. Chamamos também a atenção de que é necessário considerar que a idade cronológica não é necessariamente determinante no que se refere a crises ou transformações. Comentávamos anteriormente sobre a necessidade de melhor compreender a idade funcional, composta pela cronológica-biológica, pela social, pela emocional-psicológica, pela cultural-filosófica.

Esse tema, especialmente relevante, reserva uma visão mais ampla do que seria um futuro não muito distante.

Para Kunzmann (FERNÁNDEZ-BALLESTEROS, 2009a), a Psicologia da Sabedoria é um campo relativamente novo que, durante os últimos anos, tem contribuído com definições teóricas e operacionais prometedoras, utilizando as ideias de autores como Erikson e Baltes. Para todos esses autores, a sabedoria é considerada diferente de outras virtudes humanas, pois favorece uma visão holística e reconhece um futuro positivo que o ser humano pode vir a desenvolver. Ainda uma característica importante da sabedoria é que implica a consciência do bem-estar individual e também do coletivo, ligados entre si de modo que um não pode existir sem o outro.

A sabedoria, finalmente, vincula-se com a antiga ideia de que “a vida é boa”, afirmando que a sua compreensão pode estar ligada a um futuro melhor. Pensamos, então, que a sabedoria está intimamente ligada ao desenvolvimento positivo da personalidade do sujeito e à procura de melhores formas de vida.

De certo modo, acreditamos que ser sábio é o ápice de um bom desenvolvimento humano, a autorrealização que propunha Maslow (s/d), o que nos leva a entender a possibilidade de sermos seres humanos incompletos, mas compreendendo o sentido da humanidade e a tentativa constante de aprender e desenvolver-se. Por isso, o envelhecimento saudável está intimamente conectado a uma proposta de educação continuada saudável, a uma educação interativa, a uma saúde que significa o cuidado de si (e do outro) e à preservação do meio ambiente, portanto a uma Psicologia Positiva, que nos leva a valorizar sentimentos, emoções e virtudes eminentemente humanas.

Como dissemos no princípio deste nosso trabalho, o envelhecimento saudável é uma nova abordagem, que está desenvolvendo-se, nos primórdios deste século XXI, através de mentores intelectuais que têm procurado otimizar a verdadeira síntese da natureza humana. Portanto, podemos acreditar que Baltes, Fernández-Ballesteros e Seligman, entre outros autores destacados ao longo do trabalho, fazem com que repensemos com muito cuidado este nosso presente, que muito brevemente tornar-se-á “passado”.

Devemos nos preparar para estas mudanças, pois este futuro nos pertence e temos que planejá-lo para que possamos expandir a saúde psicológica-social, levando em conta uma visão epistêmica mais ampla, olhando a cultura e pensando que um melhor e mais saudável ser humano é desejável e possível. Queremos chegar a este ponto utópico, mormente os que labutam nos campos da Educação e da Saúde, quer educando, quer cuidando.

## Referências

FERNÁNDEZ-BALLESTEROS, R. (dir.). *Psicogerontología*. Perspectivas europeas. Madrid: Pirámide, 2009a.

FERNÁNDEZ-BALLESTEROS, R. *Envejecimiento activo*. Contribuciones de la Psicología. Madrid: Pirámide, 2009b.

MARCHAND, H. *A idade da sabedoria*. Porto: Ambar, 2005.

MASLOW, A. *Introdução à Psicologia do ser*. Rio de Janeiro: Eldorado, s/d.

MOSQUERA, J.J.M. *As ilusões e os problemas da vida*. Porto Alegre: Sulina, 1979.

VYGOTSKY, L.S. *A construção do pensamento e da linguagem*. São Paulo: Martins Fontes, 2000.



## CAPÍTULO 2

---

### APRENDIZAGEM DIGITAL DE IDOSOS: UM NOVO DESAFIO

---

Denise Goulart  
Anderson Jackle Ferreira

*A aprendizagem deve envolver o enriquecimento  
e o aprofundamento das relações consigo  
mesmo, com a família e com os membros da  
comunidade, com o planeta e com o cosmos  
(YUS, 2002, p. 256).*

Em cada uma das fases da vida, o sujeito enfrenta, de forma única e particular, desafios que desempenham sobre o ser as articulações necessárias para a elaboração de capacidades adaptativa à realidade em que está inserido.

A todo o momento, nos são apresentadas situações que nos levam a realizar escolhas e, ao mesmo tempo, reagir frente às mesmas, produzindo conhecimentos que convergem na elaboração dos suportes indispensáveis para a superação dos próprios limites e aos enfrentamentos singulares de cada novo cotidiano que virá.

O conhecimento depende das ações e dos aprendizados adquiridos, sendo únicos e, também, constituídos a partir das vivências do indivíduo conforme suas próprias trajetórias.

[...] o conhecimento, portanto, é o fator mais significativo para o mundo do futuro e este conhecimento terá de ser cada vez mais democratizado e valorizado, como forma de convivência na qualidade de vida das pessoas (MOSQUERA, 2003, p. 52).

Desde o final do século XX o homem contemporâneo vem observando e realizando verdadeiras transformações do nível e da evolução dos conhecimentos da área tecnológica, construindo equipamentos e mecanismos capazes de facilitar a superação de limites e afetando, dessa forma, os

modelos tradicionais de sociedade, criando uma nova, que se baseia na descentralização da informação.

Assmann (1998, p. 72) afirma que “[...] o acesso à informação e ao conhecimento [...] passou a ser uma condição para participar dos frutos do progresso tecnológico.”

Uma das maiores virtudes do desenvolvimento tecnológico informatizado está justamente em sua estrutura de difusão da informação que diretamente passou a influenciar não só a forma de se conduzir, produzir e desenvolver as experiências do conhecimento humano, mas também moldar a própria humanidade a partir do contato com tal tecnologia.

Ao saber utilizar um computador e acessar a Internet, o sujeito passa a estar incluído em uma nova realidade que possibilita o acesso a múltiplos bens (entretenimento, informação, serviços, correspondência,...) que no mundo real estariam atrelados a dificuldades para serem encontrados, em virtude de fatores como a distância, o custo, a disponibilidade de tempo. Assim, a inclusão digital permite igualar as condições de acessibilidade a tais benefícios de interesse, como também a própria busca pelo conhecimento.

A virtualização do conhecimento corresponde a um caminho que ultrapassa as barreiras físicas e, na maioria das vezes, autoritárias que impediam o trânsito de informações no mundo real.

Ao mesmo tempo em que podem ser enumerados os diversos potenciais de desenvolvimento pessoal, social e cultural relacionados com a inclusão digital, podem-se relacionar os novos problemas gerados e que, num futuro próximo, ainda surgirão pelo não uso ou não conhecimento da forma como acessar as tecnologias de comunicação e informação.

O analfabetismo digital vai-se tornando, possivelmente, o pior de todos. Enquanto outras alfabetizações são já mero pressuposto, a alfabetização digital significa habilidade imprescindível para ler a realidade e dela dar minimamente conta para ganhar a vida e, acima de tudo, ser alguma coisa na vida. Em especial, é fundamental que o incluído controle sua inclusão (BATISTA, 2007, p. 196).

O status de incluso na realidade virtualizada do mundo digital só é permitido quando diversos fatores são superados, como o da situação financeira, da disponibilidade de tempo, das condições de saúde e, até mesmo, em determinados casos, da idade do interessado em incluir-se. Os

obstáculos são muitos e uma grande parte destes corresponde a impedimentos gerados pela própria sociedade, através da criação de estereótipos e visões culturais alicerçadas em tradições.

Quando chegam à velhice, muitos sujeitos acabam perdendo os laços sociais que ao longo da vida cultivaram, com impedimentos de locomoção em virtude de comprometimentos físicos e de saúde. O uso das tecnologias, ainda que seja em casa, proporciona a diversificação das redes sociais através da interação e integração com diferentes pessoas, serviços e lugares, tornando-se um meio eficiente de comunicação.

A compreensão também é um modo de incluir, e Morin (2001, p. 94) enfatiza que “compreender significa intelectualmente apreender em conjunto, compreender, abraçar junto (o texto e seu contexto, as partes e o todo, o múltiplo e o uno)”. Portanto, para que os idosos se sintam incluídos neste formato de sociedade, eles primeiramente têm de ser acolhidos, compreendidos para, então, manifestar suas dificuldades, necessidades, motivações e ansiedades: “a compreensão é, ao mesmo tempo, meio e fim da comunicação humana” (p. 104).

No entendimento dos idosos, o tempo é mais escasso e as perdas são aceleradas pelo envelhecimento, restando menos tempo e chances para poderem realizar novas aprendizagens e projetos mais longos.

Kachar afirma:

Os sujeitos aprendizes, sintonizados com as atividades em sala de aula, entusiasmados com o aprender, cheios de vontade de conhecer estavam distantes da imagem do velho inativo ou incapaz. O desejo de aprender leva à renovação do mundo interior, gerando mudanças contínuas na subjetividade, no espírito e no intelecto do indivíduo (2003, p. 27).

Assim, nasce o interesse em abordar o tema que envolve a prática de ensino das tecnologias informatizadas para pessoas com mais de sessenta anos, pois ainda existe uma aparente não preocupação com a formação e capacitação de recursos humanos e da própria elaboração de práticas educativas eficazes e facilitadoras da construção de situações que desenvolvam, efetivamente, o interesse pela busca do conhecimento por idosos.

O idoso confronta-se com novos desafios, outras exigências, devendo renunciar a uma certa forma de continuidade, sobretudo biológica, e desenvolver atitudes psicológicas que o levem a

superar dificuldades e conflitos, integrando limites e dificuldades (NOVAES, 1997, p. 24).

Atividades de ensino voltadas para pessoas com mais de sessenta anos, por exemplo, foram vistas, por muito tempo, como inadequadas ou desnecessárias para este público. Até muito recentemente, a idade avançada, os cabelos brancos, as rugas correspondiam a um indicativo simbólico de final de vida. O simbolismo gerava a imagem de um ser frágil, dependente de cuidados de terceiros, que deveria ficar descansando e permanecer em casa. O envelhecer, culturalmente, estava vinculado com uma prática de afastamento, possibilitando assim menores motivações para a realização de tarefas e maiores índices de depressão.

O fantasma do autoconceito de não mais ser produtivo, muitas vezes surge durante o desenrolar da vida e acaba por influenciar diretamente na procura ou não de fatores que propiciem novos conhecimentos. Mosquera (1987) salienta que “a capacidade de olhar para o futuro [...] contribui para diminuir a apatia e manter a inteligência acordada” (p. 143). Neste sentido, o olhar para o futuro encaminha também para desatrelar, em idosos, os pensamentos estáticos no passado, gerando novas perspectivas a partir de um tempo presente próspero para novas conquistas, rico em atividades produtivas e satisfação pessoal, correspondendo a fatores indispensáveis ao próprio prolongamento da vida.

Hoje em dia, a visão do idoso isolado das atividades sociais, aos poucos, começa a ser reconstruída, em razão de uma maior longevidade somada com uma expressiva melhora na qualidade de vida, ambas propiciadas por diversas pesquisas no campo da medicina, da farmacologia, da nutrição, da genética... e dos avanços da área pública em relação ao saneamento básico, medidas preventivas de saúde,...

Dentro das diferentes fases do desenvolvimento humano, passamos por transições e transformações que exigem constantes atualizações em nosso próprio modo de vida, correspondendo a um processo contínuo que está sempre em movimento, porém não preestabelecido.

Para idosos, esta atualização, às vezes, pode significar um processo mais demorado e que está diretamente ligado a uma visão de perspectivas futuras, o que acaba exigindo maiores atividades no campo motivacional. Segundo Kachar (2003, p. 114), o “[...] aprender, nesse período de tempo, é caracterizado pela necessidade de abertura, ‘respiro’, sem os limites rígidos impostos pela formalização do ensino.”

Toda atividade de ensino deve ser vista como uma oportunidade para novos conhecimentos e, indiferentemente daquilo que for aprendido, estas refletirão em melhores condições do próprio viver.

Kachar (2003, p.115) enfatiza que “[...] aprender é viver continuamente em estado de mudança e transformação, o que está reservado não a uma determinada idade, mas a todas.”

O interesse de pessoas com mais de sessenta anos em iniciar um curso de informática é visto como um desafio, em virtude da quantidade de conceitos, mecanismos e técnicas que devem ser, praticamente, decorados, além de exigir maior interação, prática e constantes atualizações necessárias para continuar inseridos no meio.

Kachar (2003) nos explica que

[...] o desafio está presente na interação com o computador [...] quando o sujeito está envolvido com uma tarefa que está além das suas possibilidades, sente-se ansioso e frustrado por não conseguir realizar o feito; isso pode diminuir sua auto-estima [...] ao transpor os limites do desafio, sente-se capaz com a realização das suas aptidões e descobre novas capacidades (p. 94).

O comprometimento de educadores em buscar melhor qualidade para o ensino de idosos contempla o desenvolvimento de propostas que sejam alicerçadas na quebra de fronteiras, das diferenças e das desigualdades.

No ano de 1987, Juan José Mouriño Mosquera já afirmava de forma visionária que “uma das melhores garantias para a conservação de uma boa saúde na velhice é estar ocupado em coisas que despertam verdadeiro interesse” (p. 136).

Possivelmente, em razão da consciência de que a busca por novas aprendizagens possa proporcionar um maior equilíbrio entre a saúde mental e física, é que esteja sendo observada uma maior procura, de idosos, por novas oportunidades.

Para Papalia e Olds (2000)

A atividade mental continuada ajuda a manter o desempenho em nível elevado, quer essa atividade envolva leitura, conversação, palavras cruzadas, jogo de cartas ou xadrez, ou voltar para a escola, como cada vez mais adultos estão fazendo (p. 519).



Manter a mente ativa e aberta para o aprendizado em todas as fases da vida é garantir condições facilitadoras para lidar com as constantes transformações sociais, culturais e tecnológicas que envolvem a sociedade em todos os seus segmentos.

Papalia e Olds (2000) nos relatam que

Programas educacionais especificamente criados para adultos maduros estão florescendo em muitas partes do mundo; muitos desses estudantes são aposentados e têm mais tempo para se dedicar à aprendizagem do que em qualquer período anterior da vida desde a juventude (p. 519).

Os motivos que levam idosos a procurarem e participarem de cursos, a fim de se incluírem digitalmente, são variados, mas acreditamos que são mais intrínsecos, pois elevam sua autoestima e sua qualidade de vida. A inclusão digital na vida dos idosos perpassa pela motivação e é uma realização.

Quando falam em participar da sociedade de informação, isso nos reporta a uma minoria que precisa estar agregada a um contexto maior – no caso, grupos de idosos – que procuram o ensino de informática para agregarem-se a uma sociedade digital.

Para Bulla, Santos e Padilha:

A participação em atividades coletivas pode contribuir para mudar significativamente a vida dos idosos no que diz respeito a aspectos ligados ao fortalecimento da autoestima, da identidade, do desenvolvimento das potencialidades, da autonomia e da superação de problemas físicos, emocionais e sociais (2003, p. 182).

Para aqueles que atuam em oficinas de inclusão digital é fácil observar a intensa disposição que os idosos possuem para o aprendizado, pois, para eles, participar da sociedade confere uma nova construção de identidade, uma nova maneira de pensar e interagir. Eles conseguem provar primeiro para si que têm capacidade para novas descobertas, através de situações desafiadoras de construção e reconstrução do conhecimento, gerando uma mudança de atitude.

Franco (1997) nos esclarece como reagimos diante da Internet:

Com a rede encontrar-se-á um grande potencial para novas experiências de construção do conhecimento. É essa mutação que observamos nas telas quando estamos conectados à Internet. De alcance ainda desconhecido,

essas novas formas de comunicação estão trazendo radicais transformações cognitivas e culturais, como ocorreu com a invenção da escrita e da imprensa (p. 97).

Proporcionar oportunidades para que haja novos aprendizados por toda a vida é possibilitar melhores condições para um futuro com qualidade, não somente para jovens, adultos e idosos como, também, para as futuras gerações, pelo próprio enriquecimento cultural e contínuo desenvolvimento de habilidades.

Para Assmann (1998),

[...] entrar em mundos simbólicos pré-configurados, [...] significa também, e num sentido muito forte esquecer linhas demarcatórias dos significados já estabelecidos e criar outros significados novos. Desaprender “coisas por demais sabidas”, e re-sabê-las – re-saboreá-las – de um modo inteiramente novo e diferente (p. 68).

Assim, temos de criar oportunidades e suportes para a grande maioria de idosos excluídos digitalmente, promovendo o acesso a variados cursos com qualidade, atendendo a todos sem nenhum tipo de discriminação, valorizando as diferenças, as histórias de vida como fator de enriquecimento do processo de aprendizagem, transpondo barreiras, desafios – e valorizando a participação com igualdade de oportunidades, superando a imagem imposta culturalmente de que o velho é um indivíduo fraco e decrépito, incapaz de se autodeterminar e produzir.

## Referências

ASSMANN, H. *Reencantar a educação: rumo à sociedade aprendente*. Petrópolis: Vozes, 1998.

BATISTA, W.A. *Educação em dia com a modernidade*. Ciência, tecnologia e inclusão social para o Mercosul: edição 2006 do Prêmio Mercosul de Ciência e Tecnologia. Brasília: UNESCO, RECyT/Mercosul, MCT, MBC, Petrobras, 2007.

BULLA, L.C.; SANTOS, G.A.; PADILHA, L. Participação em atividades grupais. In: DORNELLES, B. COSTA, G.J.C. (orgs.). *Investindo no envelhecimento saudável*. Porto Alegre: EDIPUCRS, 2003.

FRANCO, M.A. *Ensaio sobre as tecnologias digitais da inteligência*. Campinas: Papirus, 1997.

KACHAR, V. *Terceira Idade e informática: aprender revelando potencialidades*. São Paulo: Cortez, 2003.

MORIN, E. *Os sete saberes necessários à educação do futuro*. 3. ed. São Paulo: Cortez; Brasília: UNESCO, 2001.

MOSQUERA, J.J.M. *Vida Adulta: personalidade e desenvolvimento*. 3. ed. ver. Porto Alegre: Sulina. 1987.

MOSQUERA, J.J.M. A educação no terceiro milênio. *Educação*. Porto Alegre, Ano XXVI, Especial, p. 43-58, set. 2003.

MOSQUERA, J.J.M. Análise crítica da educação de adultos através de características psicossociais do seu desenvolvimento. *Educação* (PUCRS), Porto Alegre, n. 9, p.17-32, 1985.

NOVAES, M.H. *Psicologia da Terceira Idade: conquistas possíveis e rupturas necessárias*. 2 ed. Rio de Janeiro: NAU, 1997.

PAPALIA, D.E.; OLDS, S. *Desenvolvimento Humano*. Trad. Daniel Bueno. 7. ed. Porto Alegre: Artes Médicas Sul, 2000.

YUS, R. *Educação integral: uma educação holística para o século XXI*. Trad. Daisy Vaz de Moraes. Porto Alegre: Artmed, 2002.

## CAPÍTULO 3

---

### UMA LEITURA DA EDUCAÇÃO E DO ENSINO

---

*Anderson Jackle Ferreira  
Rita Fernanda Dias da Silva*

A Educação do século XXI caminha para significativas transformações de seus princípios, métodos e modelos. A nova configuração mundial alicerçada com o uso de tecnologias de informação e comunicação exige reestruturações e reformulações nas abordagens de ensino para, não somente, o direcionamento inclusivo de crianças, jovens e adultos jovens, de forma a desenvolver e exercitar a consciência social de que o aprendizado tecnológico é um processo que deve ser almejado em todas as fases da vida, de forma contínua e ativa.

Um dos principais benefícios gerados para os envolvidos na ação educativa é o do entendimento de si como sujeito dentro do seu contexto social, e esta compreensão corresponde a um aspecto fundamental para o desenvolvimento humano.

Quando novas informações e experiências são captadas e compreendidas pela comunicação e interação sensitiva (visão, audição, tato, paladar e olfato), mudanças nas ações e nos comportamentos das pessoas são observadas, compondo a carga de conhecimentos necessários, individuais e singulares para o alcance de melhores condições de sobrevivência baseadas na interpretação do mundo.

Ao interpretar o mundo que está ao seu redor, o sujeito passa a construir e aprimorar a consciência de suas relações interpessoais através de uma maior aquisição e reconhecimento de direitos e do cumprimento de deveres, somados a novos sentimentos, valores e percepções de sua própria competência.

A qualidade do ensino influencia diretamente a formação de competências. Quando há inferiorização técnica, seja pela estrutura física e tecnológica disponibilizada, na preparação de futuros profissionais educadores ou com a aplicação de conceitos que permanecem estáticos em estudos do passado, sem a devida atualização e modernização, surge uma sociedade despreparada e suscetível a compreender o mundo da

forma como outros determinam que compreenda. Assim, acompanhar a evolução com as constantes mutações que ocorrem no nível social, tecnológico e cultural corresponde a uma necessidade para que ocorram aprendizagens significativas e significantes que gerem aptidões para a aquisição, elaboração e produção de conhecimentos, mobilizando a consciência do ser para a reorganização crítica da própria informação (MORIN, 1999).

Segundo Edgar Morin (2003, p. 65), a educação deve “[...] contribuir para a autoformação da pessoa [...] e ensinar como se tornar cidadão”, possibilitando, desta forma, o desenvolvimento de indivíduos atuantes dentro da sociedade.

Segundo Araújo (1999),

[...] a conquista de direitos políticos, civis e sociais  
[...] depende fundamentalmente do livre acesso à  
informação [...]. [...] o não acesso à informação ou  
ainda o acesso limitado ou o acesso a informações  
distorcidas dificultam o exercício pleno da cidadania.

A aprendizagem começa a ser constituída, primeiramente, com o contato direto com uma determinada informação, e o modo como esta informação será compreendida vai depender diretamente do nível particular de motivação e interesse pela exploração, experimentação, interpretação e seleção da própria informação.

O anseio de aprender encaminha para uma reformulação do universo particular, determinando mudanças que atingem não somente a interação consigo mesmo, mas também proporcionando um novo nicho de relações que atuam na melhora da Qualidade de Vida que, por sua vez, é necessária em todas as etapas do desenvolvimento humano.

O ensinar pode ser entendido como um processo não linear composto por um sistema dinâmico, flexível, interativo e complexo que, na sua forma mais bruta, pode repassar informações que possuem a função de sobrepor e/ou somar as antigas, gerando uma nova compreensão. Quanto maior o nível educacional, maior será o entendimento da esfera social. Quanto maior o entendimento das relações sociais, maior será a possibilidade de busca por medidas que propiciem Qualidade de Vida dentro de uma determinada realidade cultural e tecnológica da época geracional. E, de uma forma cíclica, quanto melhor a Qualidade de Vida, maior será o interesse por novos aprendizados.

Durante o período escolar, somos apresentados a uma infinidade de informações que, na grande maioria das vezes, se fazem desinteressantes e incapazes de serem incorporadas na realidade do cotidiano que estamos inseridos ou que serão vivenciados na vida adulta. A informação é simplesmente repassada, em forma de conteúdo, sem a mínima coerência prática e motivacional, desprezando a própria realidade do aluno e gerando um acumulativo desinteresse da busca por novos elementos verdadeiramente relevantes e que resultariam em crescimento pessoal.

Segundo Machado (1997, p. 81), “[...] a escolaridade nem sempre funciona porque o que a maioria aprendeu nos bancos escolares foi diferente do que precisaram na vida [...]”. Assim é possível relacionar que a afirmação comumente realizada por pais sobre seus filhos de que os mesmos geralmente aprendem com maior facilidade termos inadequados do que enriquecidas palavras cultas pode ser considerada verdadeira. Uma palavra culta será repetida, quem sabe, uma ou duas vezes na vida, o ‘nome feio’, por sua vez, acaba dando sentido a uma situação sendo incorporado a uma cena e, dependendo do caso, com uma constância. Qual das duas palavras será esquecida? Qual será o foco de interesse? A informação nova, praticável, ou aquela quase que descartável?

Ainda abordando esta lógica, é possível que até mesmo aqueles que chegaram ao mais alto grau de escolaridade não saibam conjugar um único verbo em todos seus tempos, mas provavelmente o número dos ditos ‘nomes feios’ apreendidos e que, sobretudo, foram colocados em prática, durante toda a vida, podem superar o número de vezes em que foi necessário empregar, por exemplo, o pronome pessoal na segunda pessoa do plural durante o cotidiano.

Toda informação, para ser apreendida, deve possuir o seu sentido prático, caso contrário, fica sujeita ao desuso, e a própria sequência de desusos durante a vida gera um crescente e acumulativo desinteresse em buscar por novas informações que resultariam em novos conhecimentos.

A busca pelo conhecimento inicia por um estímulo motivacional que pode ser apresentado de forma a suprir necessidades externas ou internas. A motivação necessária para que a memória e a aprendizagem sejam ativadas articula-se a sentimentos de diferente natureza: prazer e desafio em situações de sucesso; raiva, angústia, ansiedade, incompetência e abandono em situações de insucesso ou de desvalorização (TÁPIA, 2001).

Com o passar dos anos, a criança cresce, começa a andar, e o mundo mágico dos contos de fadas, aos poucos, vai se transformando em real.

A vida conduz o indivíduo para os dilemas da adolescência, e o espírito infantil vai sendo guardado até adormecer, tornando-se a adulta responsável e, logo mais, o idoso experiente.

A cada instante deste desenrolar de vida, novas capacidades adaptativas são anexadas através da apreensão de informações que acabam se transformando em conhecimentos, permitindo que o indivíduo possa interagir em seu núcleo social e familiar, mas as funções exercidas nestes núcleos não são eternas, sendo regidas por ganhos e perdas durante todos os percursos trilhados.

Quando ocorre o desinteresse progressivo pela busca de novos aprendizados em virtude dos insucessos ou das sucessivas desvalorizações durante a vida, a balança entre perdas e ganhos acaba ficando desequilibrada ao ponto de estreitar o interesse por novos aprendizados.

A imagem da pessoa idosa reflete ainda, em nossa sociedade, determinados valores culturais que, na maioria das vezes, protagonizavam a inatividade, a exclusão, o afastamento, a doença e os mais diversos olhares pejorativos. Em concordância com esse posicionamento, Agich (2008, p. 115) afirma que “o retrato da velhice é extremamente complexo, pois o significado do ser velho é rodeado por crenças e valores culturais”. Contudo, a concepção de uma pessoa com mais de sessenta anos vem ganhando novos olhares, e lentamente os estereótipos negativos estão passando para uma visão mais positiva, na medida em que ocorrem a expansão e a divulgação de pesquisas que abordam o fenômeno do envelhecimento.

Dados referentes ao aumento da expectativa de vida da população mundial, para os próximos anos, estão contribuindo como um alerta para os mais diversos setores da sociedade passar a perceber as pessoas com mais de sessenta anos cronológicos como agentes dentro da realidade social.

A população idosa, nas últimas décadas, passou a apresentar uma considerável transformação em relação aos aspectos socioculturais, desenvolvendo novas atitudes e comportamentos que antes eram vistos como inapropriados para pessoas com idades mais avançadas, como, por exemplo, a participação nos ou o retorno aos bancos escolares de instituições de ensino. Este fato revela que a Educação deve ampliar o número de pesquisas que envolvam as diversas áreas acadêmicas por intermédio de estudos interdisciplinares, objetivando alternativas que auxiliem em ações voltadas à melhoria da qualidade de vida da população com idade superior a sessenta anos.



Até poucas décadas atrás não se ousava discutir a inclusão de pessoas idosas em uma rede de ensino e, em alguns casos, isso era até mesmo “vergonhoso”. Atualmente, a sociedade está passando a observar a busca pelo engajamento de idosos em práticas de ensino com mais naturalidade.

Este novo público que está passando a frequentar com mais assiduidade as salas de aulas exige que o próprio contexto educativo rompa com práticas pedagógicas conservadoras para investir em técnicas que propiciem uma efetiva participação dos idosos na sociedade com potencial para adquirir e, ao mesmo tempo, produzir novos conhecimentos (AZEVEDO e SOUZA, 2004).

Desta forma, um novo capítulo da história humana está sendo escrito, em que a imagem de isolamento e de afastamento social do idoso se desfaz, determinando, além de diferenciadas abordagens na política, na cultura e na economia, o investimento em uma educação continuada e adequada para gerar processos motivacionais.

Segundo Bárcia (1982, p. 65), a educação permanente deve ser entendida como uma perspectiva de afirmação do indivíduo, que através da tomada de decisões conscientes busca por alternativas que propiciem o domínio das diferentes situações em que será levado a viver.

Durante o desenvolvimento humano, a população não é alfabetizada sobre os processos de envelhecimento; ela somente envelhece compreendendo através dos mitos que são gerados pela própria sociedade o seu próprio envelhecimento e, desta forma, provocando o surgimento da conformação e o sentimento de inferiorização por apresentarem idades avançadas, permitindo que os papéis sociais sejam transferidos, restando atos predeterminados (FERREIRA, 2009).

Os estudos que têm como princípio práticas de ensino destinadas para o público com mais de sessenta anos cronológicos devem atuar contra os mitos, os preconceitos e as estereotipagens, mostrando que, indiferentes das restrições que a própria sociedade impõe, estas possuem as mesmas condições para desenvolver o crescimento intelectual e a aprendizagem.

A área da Educação Gerontológica ainda carece da criação de princípios metodológicos e didáticos, diferenciados daqueles que são aplicados para estudantes de outras faixas etárias.

Segundo Gadotti (1984, p. 157), a educação deve “[...] desempenhar um papel eminentemente democrático, ser um lugar de encontro, de

permanente troca de experiências”. Mas o que se observa no ensinar destinado para pessoas com mais de sessenta anos cronológicos são ainda o despreparo e a existência de medidas adotadas erroneamente e que acabam beirando a infantilização, o que, para um adulto tardio, resulta em mesmos benefícios, em termos de aprendizado se houvesse maiores estudos metodológicos e didáticos destinados para esta faixa etária cronológica.

Em razão dos avanços em diversas áreas durante o século XX, o ser humano está desfrutando de uma longevidade até então desconhecida dos registros históricos. O aumento da população acima de sessenta anos nos mostra que culturalmente caminhamos para uma modificação do sentido e da importância da palavra idoso.

É neste contexto que surge o desafio principal para uma Educação Gerontológica: desenvolver a capacidade de gerar conhecimento também para o entendimento do que significa o envelhecer. Isto expressa a busca do engajamento pleno na vida, incluindo atividades produtivas e relações interpessoais mais solidárias, continuamente ao longo da vida.

Esta mudança no modo de pensar e de verem-se como articuladores da construção do conhecimento está possibilitando a retomada da contribuição de pessoas com mais de sessenta anos para a melhoria e o enriquecimento das condições e relações culturais dentro da sociedade. Mesmo assim, o ensino voltado para idosos ainda é um assunto que socialmente causa estranheza em razão de estereótipos construídos de forma cultural.

## Referências

ARAÚJO, E. A. Informação, sociedade e cidadania: gestão da informação no contexto de organizações não governamentais brasileiras. *Ciência da Informação*, v. 28, n. 2, Brasília, Mai./Ago., 1999. Não paginado.

AZEVEDO e SOUZA, V.B.; PORTAL, L.F. O uso crítico-criativo da www/internet no desenvolvimento de qualidades inteligentes e na ampliação da memória de idosos. In: *ACTAS da Conferência Ibero-Americana www/internet 2004*. Lisboa: IADIS Press, v. 1, p. 485-8, 2004.

BÁRCIA, M.F. *Educação Permanente no Brasil*. Petrópolis, Vozes, 1982.

FERREIRA, A.J. *A concepção de envelhecimento de idosos em oficinas de inclusão digital: análise de textos e imagens*. Porto Alegre: PUCRS, 2009. Tese (Doutorado em Gerontologia Biomédica), Instituto de

Geriatria e Gerontologia, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, 2009.

GADOTTI, M. *A educação contra a educação: o esquecimento da Educação e a Educação permanente*. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1982.

LÉVY, P. *As tecnologias da inteligência*. São Paulo: Ed34, 2004.

MACHADO, C.L.B. et al. Produção e Reprodução do Conhecimento da Subjetividade no Trabalho Não Formal. In: ABRAHÃO, M.H.M.B. *Brique da Redenção: trabalho, educação, subjetividade e saúde em modo não formal de produção e comercialização de bens*. Porto Alegre: EDIPUCRS, 1997. p. 43-82.

MORIN, E. *A cabeça bem-feita: repensar a reforma, reformar o pensamento*. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2003.

MORIN, E. *O Método III: o conhecimento do conhecimento*. Porto Alegre: Sulina, 1999.

TÁPIA, A.J. *A motivação em sala de aula: o que é, como se faz*. São Paulo: Loyola, 2001.

## **CAPÍTULO 4**

---

### **VIDA ADULTA E ENVELHECIMENTO: RECONHECENDO DIREITOS E POSSIBILIDADES DE VIVER COM DIGNIDADE ATRAVÉS DO ESTATUTO DO IDOSO**

---

*Soraia Napoleão Freitas  
Leandra Costa da Costa*

Sabe-se que o fenômeno do envelhecimento é afetado de modo diferente por herança biológica, comportamentos do indivíduo e por uma grande gama de fatores sociais, ambientais, culturais e políticos. A partir dessa premissa, é possível dizer que o envelhecimento é o resultado de todo um processo que acontece ao longo da vida, juntamente com uma série de influências na infância, na adolescência e na vida adulta.

A situação de vida da pessoa, bem como a influência do meio, provavelmente seja determinante no processo de envelhecimento e de consequente bem-estar.

Assim, importa trazer, neste texto, um questionamento: seria o envelhecimento digno e saudável, sob o ponto de vista psicológico, biológico e social, um desafio para os políticos e os educadores? É possível adiantar que o processo de envelhecimento não pode ser visto como linear e determinista, mas pode ser analisado criteriosamente em uma realidade contextualizada.

A partir das características de cada indivíduo e levando em consideração o processo de envelhecimento em si, é importante enfatizar que se trata de uma etapa da vida que pode ser vista ou interpretada como uma fase de ganhos, contrariando a ideia de perdas ou de finitude. Ao contrário daquilo que muitos pensam ou compreendem, pode ser um período de inúmeras buscas e realizações.

Para Dias (1997, p. 19), todos reconhecem uma pessoa idosa quando a veem, e alguns identificam até a idade cronológica. No entanto, determinações subjetivas frequentemente são equivocadas e, o mais importante, a idade cronológica não está diretamente correlacionada à idade biológica.

Segundo Ramos (1996), o processo de envelhecimento é inerente ao processo de vida, fazendo parte de um programa de crescimento e maturação

em várias dimensões, tais como biológica, psicológica, social e existencial, com características estritamente particulares e individuais adquiridas no decorrer de toda a vida.

A atitude da sociedade em relação ao processo de envelhecer é também um fator decisivo para o bem-estar físico e psicológico na velhice. Há muitos anos, especialistas internacionais em gerontologia (médicos, psicólogos, sociólogos e cientistas de outros campos), numa comunicação à Assembleia Mundial das Nações Unidas sobre o Envelhecimento (Viena, agosto de 1982), observaram que as pesquisas mostravam claramente que a maioria dos idosos gozam de razoável saúde e são, dentro de suas limitações, capazes de atividades produtivas.

Muitas políticas governamentais, no entanto, não reconhecem as capacidades físicas, intelectuais, emocionais nem as necessidades dos idosos; ao contrário, enfatizam o lado negativo e as deficiências da idade. Esta posição negativa influencia a saúde física, a competência mental, e produz dependência e baixa autoestima.

É fato que essa parcela da população (mais envelhecida) cresceu muito e caminha a passos largos para um grande contingente de idosos mais dispostos, que se aposentam mais tardiamente, que têm uma melhor qualidade de vida e buscam cada vez mais seus direitos, autonomia e emancipação. Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), até 2025, o Brasil será o sexto país do mundo com o maior número de pessoas idosas (IBGE, 2011).

Entre os textos jurídicos de proteção aos direitos do Idoso, a Constituição Federal de 1988 deixou clara a preocupação e a atenção que deve ser dispensada ao assunto, quando integrou ao seu conteúdo as questões inerentes ao idoso. Foi o marco inicial para a definição da Política Nacional do Idoso, que traçou os direitos desse público e as linhas de ação setorial.

Depois da criação dessa Política, através da Lei nº 8.842, em 4 de janeiro de 1994, as instituições de ensino superior passaram a se adaptar, a fim de atender à determinação que prevê a existência de cursos de Geriatria e Gerontologia Social nas Faculdades de Medicina no Brasil. Neste âmbito, trabalhando com o idoso pleno (cronologicamente acima dos 60 anos), existem duas entidades de relevo: a Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia e a Associação Nacional de Gerontologia. A Geriatria é uma especialidade da Medicina que trata da saúde do idoso, enquanto a Gerontologia é a ciência que estuda o envelhecimento.

Para Mosquera e Azevedo (2010, p. 4) “é difícil assimilar o que não se conhece. Há um vazio cultural sobre as alterações morfológicas e psicossociais que acompanham o processo de envelhecimento”.

Enquanto existir um olhar apenas especulativo e superficial sobre as questões do envelhecer, será mais difícil reconhecer o tempo como um meio de complementar a vida na sua plenitude. É preciso ir além da legislação para desenvolver hábitos e atitudes de cidadania. Todos envelhecem. Portanto, as atitudes relativas ao modo de viver serão reflexo e fato mais adiante, deixando de ser fim sobre si mesmo (o envelhecimento), mas um continuum interessante e revelador.

### **Longevidade e contemporaneidade**

Para Stobäus e Mosquera (1987, p. 98), “um outro enfoque sobre a geratividade consiste no sentido de descobrir coisas que beneficiam outras pessoas”. O intuito é refletir sobre a adultez sob o ponto de vista de uma educação mais humanista em direção a uma melhor qualidade de vida para o adulto, mormente o adulto tardio, apontando para a possibilidade de transformar comportamentos e atitudes, demonstrando que uma programação de ‘aprendizagem ao longo da vida’ pode contribuir para o desenvolvimento do ser e do agir de sujeitos autônomos.

Abre-se, desta forma, um diálogo em direção à Educação sobre o homem moderno e a qualidade de vida, analisando o papel de uma educação mais humanística e a forma como a sociedade tem percebido a questão da adultez, bem como esclarecer questões que permeiam a vida do adulto desde a Educação Infantil, através de modos de ensino e aprendizagem que integrem uma forma ampla, humanizada e esclarecedora sobre os ciclos da vida.

A conquista da longevidade é visível. A Medicina avança passo a passo, ganhando ares de fenômeno mundial. Para Zimerman (2000), na fase pré-industrial, as taxas de mortalidade e natalidade se equiparavam; porém, a partir da Revolução Industrial, esse dado retrocedeu, dando espaço para que, na fase pós-industrial, tenha se acelerado o controle das doenças, principalmente as degenerativas e crônicas, mais comum entre adultos tardios.

Não obstante, gerontólogos e médicos organizam pesquisa científica para compreender e, de certa forma, retardar o envelhecimento celular. Esta ação tem forte interesse em entender o envelhecimento pautado nos seus modos e meios de reconhecê-lo e concebê-lo, desde os pontos de vista social e psicológico ao biológico. A Associação Nacional de Gerontologia (ANG)

é uma entidade de natureza técnico-científica de âmbito nacional, voltada para a investigação e a prática científica em ações relativas ao idoso. Tem por finalidade contribuir para o desenvolvimento de uma maior consciência gerontológica em prol de melhorias das condições de vida da população idosa, com justiça social.

Conforme o Estatuto do Idoso (BRASIL, 2003) e os currículos dos diversos níveis de ensino formais, constata-se a sugestão para as instituições apresentarem conteúdos voltados ao processo de envelhecimento, ao respeito e à valorização do idoso, a fim de que se instigue a produção de conhecimentos sobre o assunto. Dessa maneira, nota-se uma questão social em que as partes mais atingidas, no caso do adulto pleno, é que se mostram engajadas na mudança desta situação pela falta de humanização dos cidadãos.

Nestes tempos, há abertura de novos conhecimentos e costumes, que agregam novos olhares sobre o processo cultural que transforme os conceitos de velhice. Para tanto, é necessário ter como fundamento a participação do cidadão voltada para a educação, saúde e proteção das pessoas em todas as fases da vida.

### **O estatuto do idoso e alguns de seus aspectos subjetivos**

Tendo como foco dessa discussão os direitos e as possibilidades da pessoa idosa, tratada neste texto como adulto pleno, elencam-se alguns aspectos significativos do Estatuto do Idoso, Lei nº 10.741, de 1º de outubro (BRASIL, 2003), que assegura e subsidia as garantias das pessoas com idade igual ou superior a sessenta anos. É preciso assinalar, então, que todos os idosos gozam de direitos fundamentais inerentes à pessoa humana para a preservação de sua saúde física e mental e seu aperfeiçoamento moral, intelectual, espiritual e social.

Frisa-se como obrigação da família, da comunidade, da sociedade e do Poder Público garantir ao idoso o direito à vida, à saúde, à alimentação, à educação, à cultura, ao esporte, ao lazer, ao trabalho, à cidadania, à liberdade, à dignidade, ao respeito e à convivência familiar e comunitária. Assim, o envelhecimento é um direito personalíssimo e a sua proteção, um direito social, sendo obrigação do Estado garantir às pessoas idosas a proteção à vida e à saúde, mediante políticas sociais públicas, permitindo um envelhecimento saudável e digno.



Cabe ao Estado garantir às pessoas idosas a liberdade, o respeito e a dignidade, possibilitando aos mesmos a faculdade de ir e vir, liberdade de crença e culto religioso, liberdade de opinião e expressão, entre outros.

Quando os idosos ou familiares não possuírem condições econômicas de prover o seu próprio sustento, caberá ao Poder Público tal incumbência, sendo assegurado também tratamento integral à sua saúde por intermédio do Sistema Único de Saúde (SUS) para prevenção, promoção, proteção e recuperação da saúde.

Caberá às instituições de saúde atender, de forma criteriosa, às necessidades do idoso, promovendo, treinando e capacitando profissionais, bem como cuidadores familiares e grupos de autoajuda.

Em relação a maus-tratos (suspeita ou confirmação) contra o idoso, serão obrigatoriamente comunicados pelos profissionais de saúde aos órgãos competentes, entre eles: autoridade policial, Ministério Público, Conselho Municipal do Idoso, Conselho Estadual do Idoso ou Conselho Nacional do Idoso.

Destaca-se que o idoso tem direito à educação, à cultura, ao esporte, ao lazer, a diversões e a espetáculos que respeitem a sua condição de idade, sendo que o Poder Público proporcionará acesso do mesmo à educação, adequando currículos, metodologias e material didático aos programas educacionais destinados aos mesmos.

Caberá, também, ao Poder Público, o apoio para criação de universidades abertas para as pessoas idosas, além de incentivar a publicação de livros e jornais adequados ao idoso, facilitando a sua leitura.

Certamente o idoso tem direito ao exercício de atividade profissional, respeitando as suas condições físicas, intelectuais e psíquicas, sendo que os seus benefícios de aposentadoria e pensão deverão observar critérios que preservem o valor real dos salários, e que os valores serão reajustados na mesma data-base de reajuste do salário mínimo.

Os idosos com mais de sessenta e cinco anos que não possuírem meios para prover sua subsistência, nem mesmo tê-la provida por sua família, terão direito ao benefício mensal equivalente a um salário mínimo, tendo também direito à moradia digna com sua família natural ou substituta ou em instituição pública ou privada. Têm direito, também, de forma gratuita, aos transportes coletivos públicos urbanos e semiurbanos, bastando que apresentem qualquer documento pessoal comprovando sua idade, devendo ser reservados 10% dos assentos para os mesmos.

Já quanto ao transporte coletivo interestadual, serão reservadas duas vagas gratuitas por veículo para idosos com renda igual ou inferior a dois salários mínimos, bem como desconto de 50%, no mínimo, no valor das passagens para os idosos que excederem as vagas gratuitas. Importante destacar que é assegurada, para idosos, a reserva de 5% das vagas nos estacionamentos públicos e privados, devendo as mesmas ser posicionadas garantindo a melhor comodidade do idoso.

As medidas de proteção ao idoso são aplicáveis quando os direitos aos mesmos forem ameaçados ou violados, por ação ou omissão da sociedade ou do Estado, por falta, omissão ou abuso da família, curador ou entidade de atendimento ou em razão de sua condição pessoal.

Em caso de violação ou ameaça aos direitos do idoso, o Ministério Público ou o Poder Judiciário poderão determinar encaminhamento (do idoso) à família ou curador mediante termo de responsabilidade; orientação, apoio e acompanhamento temporário; requisição para tratamento de sua saúde; inclusão em programa oficial ou comunitário de auxílio, orientação e tratamento aos usuários dependentes de drogas lícitas ou ilícitas; abrigo em entidade ou abrigo temporário.

Em relação à política de atendimento ao idoso, esta será realizada por meio de conjunto articulado de ações governamentais e não governamentais da União, dos Estados, do Distrito Federal e dos Municípios.

São linhas de ação de atendimento: políticas sociais básicas e programas de assistência social, serviços sociais de prevenção e atendimento às vítimas de negligência, maus-tratos, exploração, abuso, crueldade e opressão, serviço de identificação e localização de parentes ou responsáveis por idosos abandonados em hospitais ou instituições, proteção jurídico-social por entidades de defesa dos direitos dos idosos, mobilização da opinião pública no sentido da participação e do atendimento ao idoso.

As entidades que desenvolvem programas de institucionalização de longa permanência devem adotar princípios de preservação dos vínculos familiares, atendimento personalizado e em pequenos grupos, manutenção do idoso na mesma instituição, participação do idoso nas atividades comunitárias, observância dos direitos e garantias dos idosos e preservação da identidade do idoso, além de dignidade.

Entre as obrigações das entidades de atendimento está a celebração de contrato escrito de prestação de serviço com o idoso, especificando o tipo de atendimento, as obrigações e as prestações decorrentes do mesmo,

observando os direitos e as garantias de que os mesmos são titulares; fornecer vestuário adequado e alimentação suficiente; oferecer atendimento personalizado; proporcionar cuidados à saúde, conforme necessidade do idoso; promover atividades educacionais, esportivas, culturais e de lazer e comunicar ao Ministério Público para que tome as providências cabíveis, quando houver abandono moral ou material por parte dos familiares, sendo que as instituições filantrópicas que prestam serviço ao idoso terão direito à assistência judiciária gratuita.

Destaca-se que as entidades governamentais e/ou não governamentais de atendimento ao idoso serão fiscalizadas pelos Conselhos do Idoso, Ministério Público, Vigilância Sanitária e outros previstos em lei.

O art. 7º, da Lei nº 8.842 (BRASIL, 1994), passa a vigorar com a seguinte redação:

Compete aos Conselhos de que trata o art. 6º desta Lei a supervisão, o acompanhamento, a fiscalização e a avaliação da Política Nacional do Idoso, no âmbito das respectivas instâncias político-administrativas.

Os recursos públicos e privados recebidos pelas entidades de atendimento deverão publicar as respectivas prestações de contas.

Além da responsabilidade civil e criminal através de seus dirigentes ou prepostos, as entidades de atendimento que descumprirem as determinações desta lei ficarão sujeitas às entidades governamentais com as seguintes medidas: advertência, afastamento provisório ou definitivo dos seus dirigentes, fechamento de unidade ou interdição de programa. Já as entidades não governamentais ficarão sujeitas à advertência, multa, suspensão parcial ou total de repasse de verbas públicas, interdição de unidade ou suspensão do programa, ou ainda, proibição de atendimento aos idosos a bem do interesse público.

Também faz parte do presente estatuto o profissional de saúde ou responsável pelo estabelecimento de saúde que deixar de comunicar às autoridades competentes casos de crimes contra idosos de que tiverem conhecimento, podendo ser penalizado com multa que varia entre R\$ 500,00 a R\$ 3.0000,00, podendo ser aplicada em dobro em caso de reincidência.

Quando não forem cumpridas as determinações da Lei, sobre a prioridade do atendimento ao idoso, poderá ser aplicada a pena de multa de R\$ 500,00 a R\$ 1.000,00, além de multa civil a ser estipulada pelo judiciário com base no dano sofrido pelo idoso.

Em relação à apuração administrativa de infração às normas de proteção ao idoso, todos os valores monetários expressos na presente Lei serão atualizados anualmente.

Para imposição de penalidade administrativa em face de infração às normas de proteção ao idoso, será necessário requisição do Ministério Público ou auto de infração elaborado por servidor efetivo e assinado, se possível, por duas testemunhas, sendo que, no primeiro caso, deverão ser especificadas a natureza e as circunstâncias da infração e, no segundo, deverá ser lavrado o referido auto, dentro de 24 horas da infração, com motivo justificado. O prazo da apresentação da defesa do autuado será de 10 dias, contados a partir da sua intimação.

Em se tratando da apuração judicial de irregularidades em entidade governamental e/ou não governamental de atendimento ao idoso, será iniciada uma investigação mediante petição fundamentada de qualquer pessoa ou por iniciativa do Ministério Público.

Em caso de motivo grave, poderá a autoridade judiciária, ouvido o Ministério Público, decretar liminarmente o afastamento do dirigente da entidade, entre outras medidas que julgar adequadas, evitando lesões aos direitos dos idosos, sendo que, no prazo de 10 dias após a citação do respectivo dirigente, poderá ser oferecida resposta escrita juntando documentos e indicando as provas a serem apresentadas. Assim, apresentada a defesa, o juiz designará audiência de instrução e julgamento, quando necessária, deliberando sobre a apresentação de outras provas, sendo que as partes e o Ministério Público terão 5 dias para oferecimento de alegações finais.

Quanto ao acesso à Justiça, o Poder Público poderá criar varas especializadas e exclusivas para atendimento do idoso, sendo assegurada prioridade na tramitação dos processos (procedimentos, atos e diligências judiciais) em que figure como parte ou interveniente pessoa com idade igual ou superior a 60 anos, em qualquer instância.

Já quanto à competência do Ministério Público, destaca-se a instauração de inquérito civil e ação civil pública para proteção dos direitos e interesses dos idosos, além da promoção e acompanhamento de ações de alimentos, de interdição, de designação de curador especial, bem como a faculdade de oficiar em todos os processos em que se discutam os direitos de idosos em condição de risco.

É importante mencionar, ainda, que o representante do Ministério Público, no exercício de suas funções, terá livre acesso a toda entidade de atendimento ao idoso.

Quanto à proteção judicial dos interesses difusos, coletivos e individuais indisponíveis ou homogêneos, deverão ser fundamentadas as manifestações processuais do representante do Ministério Público, sendo amparadas pelo dispositivo desta Lei as ações de responsabilidade por ofensa aos direitos assegurados ao idoso referentes à omissão ou ao oferecimento insatisfatório de acesso a ações e serviços de saúde; de atendimento especializado ao idoso portador de deficiência ou com limitação incapacitante e atendimento especializado ao idoso portador de doença infectocontagiosa, além de serviço de assistência social, visando ao amparo do idoso.

Estão legitimados para propor ações cíveis fundadas em interesses difusos, coletivos, individuais indisponíveis ou homogêneos, concorrentemente, o Ministério Público, a União, os Estados, o Distrito Federal e os municípios, além da Ordem dos Advogados do Brasil, bem como as associações que tenham por objetivo a defesa dos interesses e direitos da pessoa idosa.

São admissíveis todas as espécies de ação pertinentes para defesa dos interesses e direitos protegidos por esta lei, sendo que os valores das multas previstas nesta Lei reverterão ao Fundo do Idoso, ou, alternativamente, ao Fundo Municipal de Assistência Social.

Os juízes, os tribunais e os agentes públicos em geral, no exercício de suas funções, quando tiverem conhecimento de fatos que possam configurar crime de ação pública contra idoso ou propiciar o ajuizamento de ação para sua defesa, devem encaminhar as peças pertinentes ao Ministério Público, para as providências cabíveis.

Cabe mencionar que, para instauração de inquérito civil, o Ministério Público poderá requisitar de qualquer pessoa, organismo público ou particular, certidões, informações, exames ou perícias, no prazo que determinar, não inferior a 10 dias.

Sobre os crimes previstos nesta Lei, cuja pena máxima privativa de liberdade não ultrapasse 4 anos, aplicam-se as disposições da Lei nº 9.099 (BRASIL, 1995) e, subsidiariamente, as disposições do Código Penal.

Assim, ao discriminar pessoa idosa, impedindo ou dificultando seu acesso a operações bancárias, aos meios de transporte, ao direito de

contratar ou qualquer outro meio ou instrumento ao exercício da cidadania, por motivo de idade, aplica-se a pena de reclusão de 6 meses a 1 ano e multa.

Também ao deixar de prestar assistência ao idoso em situação de iminente perigo, recusar, retardar ou dificultar sua assistência à saúde sem justa causa, ou não pedir o socorro de autoridade pública, aplica-se a pena de detenção de 6 meses a 1 ano.

Nos casos em que comumente os idosos são abandonados em hospitais, casas de saúde, entidades de longa permanência ou quando não forem providas suas necessidades básicas, quando obrigado por lei ou mandado, aplica-se a pena de detenção de 6 meses a 3 anos e multa.

À exposição da integridade e da saúde física ou psíquica do idoso, submetendo-o a condições desumanas ou degradantes, além de privá-lo de alimentos e cuidados indispensáveis, quando obrigado a fazê-lo, ou impondo-o trabalho excessivo ou inadequado, aplica-se a pena de 2 meses a 1 ano e multa, além de outros agravantes tipificados no referido artigo.

Quando não for cumprida, retardada ou frustrada, sem motivo justo, a execução de ordem judicial expedida em ações em que o idoso for parte, será aplicada pena de detenção de 6 meses a 1 ano e multa.

Ao apropriar-se ou desviar bens, proventos, pensão ou qualquer outro rendimento do idoso com aplicação diversa da sua finalidade, aplica-se a pena de reclusão de 1 a 4 anos e multa.

Quanto à retenção do cartão magnético de conta bancária relativa a benefícios, proventos ou pensão do idoso com o objetivo de receber ou ressarcir dívida, aplica-se a pena de detenção de 6 meses a 2 anos e multa.

Ao induzimento do idoso sem discernimento de seus atos ao outorgar procuração com o objetivo de administração de seus bens ou a disposição dos mesmos, aplica-se a pena de reclusão de 2 a 4 anos; e à coação do idoso a doar, contratar, testar ou outorgar procuração, aplica-se a pena de reclusão de 2 a 5 anos. Já à lavratura de ato notarial por idoso sem discernimento de seus atos, sem a devida representação legal, aplica-se a pena de reclusão de 2 a 4 anos.

Quanto ao impedimento ou embaraço de ato de representante do Ministério Público ou de qualquer outro agente fiscalizador, aplica-se a pena de reclusão de 6 meses a 1 ano e multa.

Vale destacar que o artigo 1º, da Lei nº 10.048, de 2000, passou a vigorar com a seguinte redação:

As pessoas portadoras de deficiência, os idosos com idade igual ou superior a 60 anos, as gestantes, as lactantes e as pessoas acompanhadas por crianças de colo terão atendimento prioritário, nos termos desta Lei.

Todos os censos demográficos incluirão dados relativos à população idosa do País. Esta Lei entrou em vigor decorridos 90 dias da sua publicação, ressalvado o disposto no caput do art. 36, vigorando a partir de 1 de janeiro de 2004.

Both (2001) diz que não existe conteúdo social e pessoal que não seja afetado face ao envelhecimento humano. O mesmo segue acrescentando, ainda, as conquistas nas áreas biomédicas que redimensionaram a expectativa de vida, mas os recursos sociais sobre os sujeitos e as instituições não se ajustaram à perspectiva do ser humano longo e, sendo uma alternativa para um caminho de sucesso neste âmbito, seria a união das diferentes áreas da ciência em prol de uma sociedade mais digna.

Velhice e longevidade não devem ser vistas como um problema, mas como uma oportunidade e um desafio para todos, tanto para o indivíduo em fase de envelhecimento e sua família como para a sociedade. Não se deve somente perguntar sobre os problemas e deficiências do envelhecimento e da velhice; deve-se pensar em possibilidades de torná-los dignos de serem vividos.

Envelhecimento é um processo que inicia com a concepção e vai até a morte, indiferentemente da cor, raça, localidade, posição social ou política.

A política do Brasil vem consolidando uma posição da sociedade em respeito, proteção e garantias direcionadas ao público idoso, pois, de acordo com Santin (2005), há um grande envelhecimento da população mundial, comparado aos baixos índices de natalidade.

Fato é que todo ser humano, com o decorrer do tempo, independentemente da sua própria vontade e ressaltando os fatores de risco como doenças, entre outros motivos, necessariamente pertencerá a uma faixa etária mais avançada cronologicamente. Isso não significa que a pessoa tenha que se alienar ou privar-se de direitos e de meios de sentir-se bem consigo e na companhia dos demais.

Em face do exposto é que se torna imprescindível a discussão das possibilidades e dos direitos de envelhecer com dignidade em diferentes contextos, sejam eles sociais, psicológicos ou afetivos, incluindo a saúde, os recursos financeiros e a moradia. Estes são preceitos de dignidade humana de grande importância e necessários para toda e qualquer pessoa.



Finalmente, entende-se que o conceito de qualidade de vida é subjetivo, no contexto cultural e social. Assim, o Estatuto do Idoso, que prioriza direitos da pessoa, também potencializa meios para se pensar em qualidade de vida para uma velhice saudável, digna e protegida pela legislação.

## Referências

ASSOCIAÇÃO Nacional de Gerontologia – RJ. Disponível em: <<http://sites.uol.com.br/anj-rj/>>. Acesso em: 10 out. 2010.

BOTH, A. *Educação Gerontológica: posições e proposições*. Erechim: Ed. São Cristóvão, 2001.

BRASIL. Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003. Dispõe sobre o Estatuto do Idoso e dá outras providências. *Diário Oficial da União*, Brasília, 03 out. 2003.

BRASIL. Lei nº 8.842, de 04 de janeiro de 1994. Dispõe sobre a política nacional do idoso, cria o Conselho Nacional do Idoso e dá outras providências. *Diário Oficial da União*, Brasília, 5 jan. 1994.

BRASIL. Lei nº 9.099, de 26 de setembro de 1995. Dispõe sobre os Juizados Especiais Cíveis e Criminais e dá outras providências. *Diário Oficial da União*, Brasília, 27 set. 1995.

BRASIL. Lei nº 10.048, de 8 de dezembro de 2000. Dá prioridade de atendimento às pessoas que especifica, e dá outras providências. *Diário Oficial da União*, Brasília, 9 set. 2000.

DIAS, J.F.S. *Construindo a velhice consciente: uma estratégia de parceria com a educação*. Tese (Doutorado em Educação). Universidade Federal de Santa Maria. 1997.

IBGE. Política do idoso no Brasil. Disponível em: <[http://www.ibge.gov.br/ibgeteen/datas/idoso/politica\\_do\\_idoso\\_no\\_brasil.html](http://www.ibge.gov.br/ibgeteen/datas/idoso/politica_do_idoso_no_brasil.html)> Acesso em: jun. 2011.

MOSQUERA, J.J.M.; AZEVEDO, M.O.B. De tempos em tempos os tempos revelam-se: o idoso nos projetos pedagógicos. *Tubarão: Revista Poiésis*, v. 3, n. 6, p. 4, 2010.

RAMOS, L.R. *Manual de gerontologia: um guia prático para profissionais, cuidadores e familiares*. Rio de Janeiro: Revinter, 1996.

SANTIN, J.R. *Envelhecimento Humano: Saúde e Dignidade*. Passo Fundo: UPF, 2005.

STOBÄUS, C.D.; MOSQUERA, J.J.M. *Vida adulta: personalidade e desenvolvimento*. Porto Alegre: Sulina, 1987.

ZIMERMAN, G.I. *Velhice e aspectos biopsicossociais*. Porto Alegre: Artes Médicas, 2000.

## CAPÍTULO 5

---

### O ENSINO DA LÍNGUA ESPANHOLA

#### A IDOSOS DO SÉCULO XXI

---

*Cláudia de Oliveira Tacques Wehmeyer*

Vivemos num mundo com tendência globalizadora, e parece não existir fronteiras para a informação. Esta, a que outrora levava horas ou mesmo dias para termos acesso, agora entra em nossas vidas em fração de segundos. Somos invadidos no nosso cotidiano por um mundo exterior, de forma rápida, criativa e, até mesmo, de uma maneira assustadora. Algumas vezes, temos a sensação de estar descontextualizados, gerando um clima de insegurança, e isto se deve à complexidade e multiplicidade de informações que enfrentamos diariamente sem dispor de tempo para refletir sobre elas.

Segundo Delors (1996) estas tecnologias aboliram distâncias, fazendo com que a humanidade entrasse na “era da comunicação universal”, recebendo a informação de maneira atualizada e sem limite de distância ou tempo.

Neste contexto entram as instituições de ensino, que precisam assumir a responsabilidade de levar adiante o processo de migração do ensino tradicional para o ensino com o uso crítico-criativo dos novos mecanismos tecnológicos de difusão da informação e da comunicação, de maneira a facilitar a tomada de consciência, do próprio indivíduo, para o enriquecimento cultural e social. No processo em pauta, o professor de línguas terá um lugar de suma importância, pois ao estar ciente desta nova exigência que se faz necessária pode utilizar o computador conectado à Internet como ferramenta de apoio a suas aulas, enriquecendo os processos de ensino e de aprendizagem.

A “pressão migratória”, impulsionada pela globalização, trará uma “multiplicidade de línguas”, existindo aproximadamente seis mil línguas faladas no mundo. Esta complexidade linguística trará novas situações, mas antes que sejam encaradas como ameaças, devem ser vistas como reforços ao ensino de línguas (DELORS, 1996).

O professor de línguas pode ter, com esta ferramenta, a informação atualizada, fornecida em tempo real, oportunizando aos estudantes intercâmbio de experiências com outros centros de ensino, aprimorando desta forma sua competência linguística, além de apresentar uma motivação extra (GORDILLO, 2001). Não podemos ficar na retaguarda deste desenvolvimento, pois nem o computador nem a Internet vieram para substituir a figura do professor: são ferramentas com potencial pedagógico que podem servir de estímulo e auxiliar o ensino e a aprendizagem.

Cada vez mais convivemos com pessoas com idade de 60 anos ou mais, aposentadas ou não, que tiveram (ou não) a oportunidade de estudar e que desejam retomar sua formação, bem como o aprendizado de novos saberes, novas descobertas e manterem-se produtivas. Há, desta maneira, a necessidade de uma educação permanente a ser repensada e ampliada, para o desenvolvimento do potencial humano, de saberes e aptidões (DELORS, 1996).

### **O Brasil ainda é um país de jovens?**

De acordo com dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2011), estima-se que em 2025 o Brasil terá mais de 30 milhões de pessoas acima de 60 anos, aproximadamente 15% da população, e será o sexto país do mundo em número de idosos.

Associada a esta, há também a comprovação de que a população brasileira mais que dobrou em três décadas: nos anos 70 havia aproximadamente 90 milhões de habitantes com os resultados do Censo 2010, e o Brasil passou a contar com mais de 190 milhões de habitantes (IBGE, 2010a).

Considerando-se estes dados de crescimento populacional diagnosticados pelo referido Instituto, podemos dizer que continuamos a ser um país de jovens. Em 2008, para cada grupo de 100 crianças com idades entre zero e quatorze anos, existiam cerca de 24,7 idosos. Ao projetar os dados para o ano de 2050, o Brasil terá para o mesmo grupo de crianças com idades entre zero e quatorze anos cerca de 172,7 idosos (IBGE, 2008).

Seguindo o mesmo ritmo de decréscimo da natalidade e de maior longevidade, percebe-se uma mudança na composição etária da população, o que sinaliza uma desaceleração do crescimento. Esta desaceleração é consequência da industrialização, do urbanismo, da redução significativa do número de filhos nas famílias que se formam, fato este influenciado também pela necessidade

de a mulher entrar para o mercado de trabalho, bem como o alto custo para manter e educar uma criança, e a popularização dos métodos contraceptivos – são alguns dos fatores que levam a esta tendência natural, fenômeno que já ocorre em países desenvolvidos. Atualmente, no Brasil, a média de filhos por mulher é de 1,94 (IBGE, 2010b).

Simultaneamente a esta desaceleração, há um aumento da expectativa de vida do brasileiro, decorrente principalmente da queda da mortalidade, da diminuição das taxas de natalidade e das descobertas e transformações nos campos da higiene e saúde ocorridas no século passado e neste, possibilitando ao brasileiro atingir 81,29 anos em 2050 (IBGE, 2009), idade próxima à atual expectativa de vida dos japoneses que é de 81,6 anos. O número de pessoas que possuem mais de 65 anos de idade soma 7,4% da população brasileira, que no ano de 2000 era de apenas 5,9% (IBGE, 2010c).

É na perspectiva do envelhecimento populacional, do aumento do grupo de idosos em todo o mundo, e não só nos países desenvolvidos, que novas demandas emergem em relação à educação desta parcela da população (DELORS, 1996). O “voltar o olhar para” não significa perceber os idosos apenas como mais uma categoria social de consumo ou, ainda, entendê-los como sinônimo de degradação física e psíquica, simultaneamente antônimo de vida, de realização, de prazer (MORAES, 2003), mas sim como pessoas capazes de continuar a pensar, a aprender e a produzir intelectualmente (VALENTE, 1996).

Muito se pesquisou e se pesquisa sobre a educação infantil, do adolescente e do adulto. Entretanto, partindo-se da premissa de envelhecimento populacional, um novo campo de estudo se abre para pesquisas com este grupo. Nesta direção, tanto os ensinantes como os idosos aprendentes têm o direito de dispor de condições para reaprender a aprender; a estarem motivados para empregar conhecimentos em novas situações.

Assim sendo, o estudo de língua estrangeira, e mais especificamente o de Língua Espanhola, tendo como ferramenta a utilização de recursos informatizados, tem potencial de contribuição para o enriquecimento do conhecimento cultural e tecnológico.

### **O ensino da língua espanhola para idosos através do uso das tecnologias de informação e comunicação**

Através do conhecimento cultural, a Língua Espanhola, além de oportunizar o domínio de outro idioma, pode proporcionar a ampliação

de informações universais e permitir a interação com outros cenários que não o idioma espanhol, assim como modificar as atitudes em relação ao computador (GORDILLO, 2001).

Neste novo cenário, criado com a mediação da informática, surgiram indicativos de que uma parte da população estava sendo despercebida pelas instituições de ensino e pelo seu corpo docente, constituída pelos idosos. A maioria dos idosos está excluída desta era digital (ROLDÁN, 1990), uma vez que não pertencem aos grupos dos favorecidos e por estarem, em grande parte, aposentados, o que inviabiliza a necessidade de aprendizagens por demandas do mundo do teclado.

Com este novo olhar para o grupo de idosos, o paradigma de que o mesmo deve ficar em casa, vivendo somente de suas lembranças, já não possui mais sustentação; idosos estão cada vez mais articulados e em busca de seu espaço na sociedade (KACHAR, 2003).

É neste novo universo da linguagem do computador que as múltiplas línguas faladas encontrarão um espaço para se firmarem e adquirirem cada vez mais importância neste mundo globalizado.

### **Considerações Finais**

O uso do computador interligado à Internet está cada vez mais inserido ao nosso dia a dia, sua presença é significativa nos vários setores da sociedade e vem causando mudanças na economia, no âmbito social, político e no comportamento dos cidadãos. Cada vez se torna mais difícil imaginar-nos sem este recurso para realizarmos nossas atividades diárias, como pagar contas, enviar mensagens, transmitir e receber informações e nos comunicarmos com o mundo.

Embora ainda exista um grande número de pessoas que não possuem esta ferramenta, sua utilização se faz cada vez mais presente em escolas, universidades e no trabalho; seu uso, logo, já não é mais novidade.

Em face desta visão globalizada, o ensinar a Língua Espanhola a uma parcela da população de idosos, usando recursos informatizados, é uma realidade, o que comprova que quando se tem interesse não há limite de idade para continuar a aprender. O ensinar não se limita apenas a fornecer informação: contribui também para a construção do cidadão.

Ao trabalhar com os idosos se percebe que consideram, e de uma forma muito forte, o professor como um centralizador e único possuidor do conhecimento, e um guia para a aprendizagem. Foram educados nos

processos de ensino e aprendizagem em que o encaminhamento era mais direcionado, e o professor era, talvez, o único responsável pelo processo de ensino e aprendizagem. Fazendo uma leitura desta maneira de ver a educação, nota-se que não foram educados para conquistar sua autonomia, tampouco instigados para desenvolver o seu potencial criativo.

Entretanto, à medida que se trabalha com os idosos no ensino da Língua Espanhola empregando os recursos informatizados, fica evidente a aquisição dos conhecimentos básicos sobre o uso do computador e do idioma. Assim que esses novos conhecimentos vão sendo internalizados, avançam incorporando novos saberes aos já adquiridos.

As atividades didáticas da Língua Espanhola mediadas pelo computador requerem procedimentos e métodos adequados aos alunos, neste caso os idosos, para que possam organizar e produzir esquemas mentais e para que estabeleçam relações com os conhecimentos prévios, de modo que haja aquisição de novo conhecimento e interação com o que já conhecem.

As práticas didáticas do idioma devem sempre estar apoiadas por ferramentas e conteúdos simples relacionados ao cotidiano, que permitam aos alunos seu uso e assimilação. Muitas são as ferramentas disponíveis para tornar os processos de ensino e aprendizagem mais motivadores e permitir que a informação seja mais abrangente, mas ao optar-se por usos mais simplificados se percebe que os idosos-alunos veem seu crescimento e se motivam a continuar e a desenvolver sua autoformação.

Para os idosos que demonstram ansiedade em dominar os recursos informáticos, é imprescindível explicar que o domínio de todas, ou quase todas, as ferramentas exige um crescente grau de complexidade, etapas que são superadas gradativamente. Aqui se percebe que o computador, longe de amedrontá-los, os impulsiona a querer aprender cada vez mais. O desejo de aprender a utilizar os recursos informatizados, de forma rápida, mas correta, tem relação com os velhos mitos, que talvez consciente ou inconscientemente queiram derrubá-los, tais como: o envelhecimento torna a pessoa inútil, além de ser um peso para a família.

Aprender a usar esta “máquina” faz com que não se sintam tão excluídos da sociedade e estejam inseridos no mesmo contexto em que vivem seus filhos e netos. Os idosos, inclusive, verbalizam que ao aprender a utilizar o computador estão preparados para entrar, novamente, no mercado de trabalho. Nos espaços destinados ao ensino e à aprendizagem da Língua Espanhola, muitos idosos voltaram a sentir-se

produtivos e sujeitos participantes da história, por mais despretensiosos que fossem os objetivos das aulas, pois ao ser oportunizada a sua inclusão nesta nova abordagem de ensino, ficam agradecidos, como se lhes fosse possibilitado reviver.

As principais diferenças que devem ser superadas, quando se trabalha com idosos, são desde a nomenclatura dos ícones, a utilização do mouse e a reorientação das atividades quando se constata a desmotivação em relação a determinados desafios propostos, até o domínio da língua estrangeira que estão aprendendo.

Alguns alunos, por mais que estejam insatisfeitos com as propostas de trabalho, não desistem: essa é outra característica dos idosos, continuar sem abandonar o processo de aprendizagem. Estar vinculados a projetos, pesquisas e aulas faz com que se sintam pessoas novamente, cidadãos do mundo, pois acreditam que estão participando de algo que contribuirá para a transformação da educação.

Durante os processos de ensino e aprendizagem, os idosos passam por várias etapas de criação e autoconhecimento; sentimentos de alegria, conquista, frustração e impotência afloram; há descobertas e surpresas. Entretanto, o que fica claro ao trabalhar com esta parcela da população é que estereótipos sobre a incompetência dos idosos de que não conseguem ou não podem aprender um idioma e usar o computador são questionados. Eles apenas necessitam de mais tempo para aprender e resolver uma atividade, do que uma pessoa mais jovem levaria para concluir uma tarefa, mas não estão impedidos de dominar a máquina ou aprender um idioma.

## Referências

DELORS, J. *Educação – Um tesouro a descobrir*. Relatório para a UNESCO da Comissão Internacional sobre Educação para o século XXI. 8. ed. Cortez, UNESCO e MEC, 1996.

GORDILLO, C.R. *Internet como recurso didático para la clase de E/LE*. Brasília: Embajada de España, Consejería de Educación y Ciencia, 2001.

IBGE. *Censo demográfico 2010*. Brasília: Ministério do Planejamento, Orçamento e Gestão, 2010a. Disponível em: <<http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/censo2010/default.shtm>> Acesso em: jul. 2011.



IBGE. Em 2009, *esperança de vida ao nascer era de 73,17 anos*. Brasília: Ministério do Planejamento, Orçamento e Gestão, 2009. Disponível em: <[http://www1.ibge.gov.br/home/presidencia/noticias/noticia\\_visualiza.php?id\\_noticia=1767&id\\_pagina=1&titulo=Em-2009,-esperanca-de-vida-ao-nascer-era-de-73,17-anos](http://www1.ibge.gov.br/home/presidencia/noticias/noticia_visualiza.php?id_noticia=1767&id_pagina=1&titulo=Em-2009,-esperanca-de-vida-ao-nascer-era-de-73,17-anos)> Acesso em: jul. 2011.

IBGE. *Primeiros resultados definitivos do Censo 2010*: população do Brasil é de 190.755.799 pessoas. Brasília: Ministério do Planejamento, Orçamento e Gestão, 2010c. Disponível em: <[http://www.ibge.gov.br/home/presidencia/noticias/noticia\\_visualiza.php?id\\_noticia=1866&id\\_pagina=1](http://www.ibge.gov.br/home/presidencia/noticias/noticia_visualiza.php?id_noticia=1866&id_pagina=1)> Acesso em: jul. 2011.

IBGE. *Projeção da População do Brasil*. Brasília: Ministério do Planejamento, Orçamento e Gestão, 2008. Disponível em: <[http://www.ibge.gov.br/home/presidencia/noticias/noticia\\_impressao.php?id\\_noticia=1272](http://www.ibge.gov.br/home/presidencia/noticias/noticia_impressao.php?id_noticia=1272)> Acesso em: jul. 2011.

IBGE. *SIS 2010: Mulheres mais escolarizadas são mães mais tarde e têm menos filhos*. Brasília: Ministério do Planejamento, Orçamento e Gestão, 2010b. Disponível em: <[http://www.ibge.gov.br/home/presidencia/noticias/noticia\\_visualiza.php?id\\_noticia=1717&id\\_pagina=1](http://www.ibge.gov.br/home/presidencia/noticias/noticia_visualiza.php?id_noticia=1717&id_pagina=1)> Acesso em: jul. 2011.

KACHAR, V. *Terceira idade e informática: aprender revelando potencialidades*. São Paulo: Cortez, 2003.

MORAES, P.R. *Geografia Geral do Brasil*. 2. ed. São Paulo: 2003.

ROLDÁN, M. *Plaza de la Luna Llena*, 13. Una experiencia de simulación global en español, lengua extranjera. En Cable 5, p. 46-49, 1990.

TERRA, N.L. E os idosos? *Zero Hora*, p. 17, Porto Alegre, 13 nov. 2005.

VALENTE, J.A. O Papel do Facilitador no Ambiente Logo. In: VALENTE, J.A. (org.). *O professor no ambiente Logo: formação e atuação*. São Paulo: UNICAMP, 1996. p. 01-34.

## CAPÍTULO 6

---

### ENVELHECIMENTO: A SAÚDE DA MULHER TRABALHADORA EM EDUCAÇÃO EM DISCUSSÃO

---

*Cláudia Flores Rodrigues*  
*Rosa Eulógia Ramirez*

Mas não basta estar atento ao corpo; é preciso  
ainda mais ocupar-se do espírito e da alma  
(CÍCERO, 2008, p. 31).

É provável que todos reconheçam que há uma escassa literatura sobre a adultez na área da Educação. Assim, devemos explicitar que este apontamento tem o propósito de contribuir com a Educação na tentativa de pensar sobre caminhos de limites e possibilidades para que sejam discutidos os aspectos biopsicossociais do envelhecimento humano. E, nesse caso, o envelhecimento da pessoa trabalhadora em Educação.

O médico argentino Dr. Leonardo Perussi, em 1938, escreveu um livro intitulado *La mujer: sus trastornos sexuales periódicos nerviosos y glandulares, causas y tratamientos, la juventud, la adultez y el climaterio*. O título comprido ganhou atenção pela palavra adultez, que é tema instigante e pouco pesquisado (ou divulgado) no meio educacional.

A obra parte da experiência que os médicos argentinos vivenciaram em seus consultórios e em hospitais e que os levou ao convencimento de que a mulher, em geral, ignora questões fundamentais acerca da sua sexualidade e da sua saúde. Somam-se 21 capítulos que propõem oferecer um conhecimento mais completo do organismo feminino, seus transtornos e enfermidades.

Ao longo dos capítulos são oferecidos meios de se obter cuidados com a intimidade, partindo de uma análise biologicamente aceita: homem e mulher são seres diversos. É como se o leitor pudesse embarcar em uma viagem e revisitasse lugares e tempos, desde a tenra idade. Não poderia faltar – e aqui precisamos levar em conta o viés sociológico do livro – a ideia da perfectibilidade feminina traduzida nas palavras do autor, referindo-se ao homem e à mulher quando deixam a infância e chegam à adolescência:

[...] Son cada vez más distintos. La acción diferenciadora llega a su apogeo. El uno es un apuesto joven, varonil, gallardo, vigoroso y masculino. La otra es una graciosa jovencita, esbelta, delicada, primorosa y, sobre todo, femenina (PERUSSI, 1938, p. 10).

Não se trata de ilustrar um problema glandular, mas de pensar sobre um perfil pretensamente imposto e confundido com a saúde física e mental. Sim, porque é fácil imaginar que as leitoras que não atingissem tal padrão, por exemplo, já iniciariam a leitura com a dor psíquica de não estarem atendendo à imagem de “graciosa jovencita, esbelta, delicada, primorosa y, sobre todo, femenina” (PERUSSI, 1938, p.10).

Obviamente, é uma obra escrita no século passado, por um médico bem intencionado e preocupado em atender às demandas femininas na sua singularidade. Atualmente, a obra precisaria ser cuidadosamente revisada para uma edição moderna, porém o que me causa desconforto é que são velhas questões que na atualidade ainda carregam certo ranço masculinizado.

Na área da Educação milhares de mulheres passam, diariamente, por constrangimentos, seja pela falta de aceitação do outro em relação à sua imagem, seja por ela própria, na perda da autoestima e da autoimagem positiva. E é a partir de tal observação que cabe a pergunta: em quais projetos educacionais estão inseridos os temas adultez, feminino, saúde física e psíquica da mulher na época do climatério?

No livro citado, o autor explica biologicamente o processo do climatério. Observa-se que existiu uma preocupação com a mulher, no sentido de reforçar suas potencialidades, embora para a época pudesse parecer um tanto avançado.

Segundo Perussi (1938, p. 153),

La sensibilidad se modifica sin disminuir haciéndose más realista y menos propensa a las manifestaciones románticas. Ello no implica forzosamente, La no existencia de un alto grado de espiritualidad capaz de traducirse en realizaciones de índole altruista.

O mesmo autor agrega dizendo que a capacidade sentimental e altruísta subsiste nesta fase, porém a mulher evolui, tornando-se mais prática, mais realista.

Um dos pontos que mais chama atenção é o capítulo que trata da alma, no qual o autor aborda o sistema nervoso, explicando que ele é uma

espécie de diretor geral de toda a personalidade e também o responsável por seu estado de saúde ou enfermidade.

A saúde nervosa precisa combater os conflitos espirituais, os transtornos da alma ou os processos torturantes que estão submersos na personalidade inconsciente quando esta é agredida. Com isto, Perussi (1938) declara haver uma considerável quantidade de pessoas que incham os consultórios médicos afetadas por transtornos depressivos e agrega que estes são conflitos espirituais cuja raiz se encontra nos recôncavos da alma. É interessante que ele próprio pergunta e responde sobre o que fazer diante da enfermidade da alma que se reflete no corpo. Remédios, estimulantes, fortificantes podem combater sintomaticamente a dor de cabeça ou a insônia, mas o fundamental é justamente neutralizar ou fazer desaparecer a causa psicológica que desconcentra a personalidade, esgotando o sistema nervoso. Para isso, Perussi (1938) dedica um subtítulo do livro ao qual chama de: “El tratamiento de los conflictos del alma” (p. 260-4).

A primeira medida curativa para os conflitos espirituais que deprimem ou afetam o sistema nervoso seria compreender claramente a dor, seu mecanismo e sua nociva repercussão. Melhor dizendo: conhecer a si mesmo, numa visão socrática voltada para o bem-estar, para o bem viver. Com isso, o autor também aproveita para “receitar” uma ação vigorosa para a tonificação do sistema nervoso e indica dois tipos de tonificação: direta e indireta.

A primeira sugere uma higienização geral (banhos, passeios, ginástica), bem como uma medicação neurotônica (química, vitamínica, glandular), uma alimentação antioxidante e estimulante e um repouso nervoso levando em conta o clima.

A segunda sugere evitar intoxicações internas e externas, reforçar o sistema imunológico e evitar situações traumáticas, tanto físicas quanto psicológicas.

Já naquela época eram trazidas noções de bem viver que na atualidade precisam e podem chegar aos espaços escolares, mais precisamente à sala dos professores. É preciso criar estratégias para se chegar até lá. São cuidados de si que perpassam conceitos sobre sexualidade humana e saúde física e mental. São modos de ser, viver e envelhecer com dignidade e amor a si próprio.

Nas páginas amareladas de um livro cheirando a mofo, foi encontrado um jardim perfumado de ideias para serem levadas adiante. Ser feliz e querer estar bem não está fora de moda. É um tema atual que precisa ser

revisitado, estimulado e inspirado o tempo todo. O livro de Perussi deflagrou a vontade de realizar este estudo e serve aqui como um meio de fazer uma ponte com outros dois autores para se falar de Educação, adultez e saúde: Juan José Mouriño Mosquera e Claus Dieter Stobäus. Estes há muito tempo vêm chamando atenção das áreas da Educação e da Saúde por tratarem dos aspectos biopsicossociais do envelhecimento humano.

Retomamos que pensamos ser importante, utilizando as concepções de Perussi (1939), Mosquera e Stobäus (1989), para realizar uma tomada de (re)conhecimento da necessidade de compartilhar com os profissionais da Educação estratégias que preparem a mulher educadora para compreender melhor as fases da vida sob uma perspectiva sociológica e psicológica, além da fisiológica, obviamente.

Para Mosquera (1983) as fases da vida adulta podem ser assim compreendidas: adultez jovem, adultez média e adultez velha. A partir destas divisões ou concepções Mosquera (1983, p. 98) esclarece que cada fase da vida

[...] tem uma problemática específica, dividida em sub-problemáticas que atingem as pessoas em seus momentos decisivos ante seu próprio projeto vital e suas relações com os outros.

Dessa forma, importa dizer que a questão cronológica, que divide cada fase na vida adulta parece estar diretamente relacionada com o contexto social. Conforme Mosquera (1983), a adultez jovem se subdivide em fase inicial denominada adultez jovem inicial, com idade aproximada entre 20 e 25 anos. A adultez jovem plena que compreende a faixa etária dos 25 a 35 anos, e a adultez jovem final, abrangendo dos 35 aos 40 anos de idade.

Na subfase adultez jovem plena, segundo Mosquera (1983), o adulto toma consciência da chegada em sua existencialidade adulta e procura se dar significância pessoal. No entanto, ao final da idade adulta jovem, o indivíduo vivencia situações que lhe atribuem o verdadeiro valor de sua existência e compreende, ou pelo menos idealiza, o que constituirá esta realização. Com a chegada da adultez plena, a existência passa a ter o sentido e a forma que sugere uma certa plenitude, porém outras nuances da vida lhes são apresentadas e se, por um lado, experimenta a realização pessoal e por vezes afetiva também, por outro lado tem que aprender a lidar com as limitações do corpo. É sobre tais questões que passaremos a pensar.

O fundamental é que a “[...] pessoa se dê conta da importância que ela tem como ser humano” (MOSQUERA, 1982, p. 100) e, com esta

prerrogativa, poder-se-ia desenvolver uma tese: como nos damos conta da nossa própria humanidade? Em que medida a sociedade e a própria educação nos enxerga como seres humanos? São questões simples, mas merecem respostas complexas. Parto do pressuposto de que todos nós, homens e mulheres, temos consciência da nossa humanidade, mas precisamos do outro para legitimá-la. A fase adulta traz consigo o ônus e o bônus de se estar vivo, no entanto, o consumismo exacerbado controlado pela mídia, a busca do corpo ideal, da vida ideal, acaba sendo focada apenas para aquilo que é material.

O imaterial, que é invisível aos olhos, parafraseando Saint-Exupéry (1973), passa por um momento de crise, de desconstrução, de reintegração. Refiro-me, neste apontamento, precisamente às mulheres. E mais especificamente às trabalhadoras em Educação. No início da carreira, corpos graciosos, com trejeitos quase infantis povoam as escolas em um modo de ser “apaixonante”, que acaba por cativar pais e crianças. Depois desta fase, quando muitas optaram pelo casamento ou até mesmo pela solteirice, começam a aparecer as questões que vão desde a maternação, obesidade até a separação. São ciclos que se fecham e trazem à baila toda uma gama de sentimentos ora de rebeldia ora de liberdade plena. É a dor e a delícia de estar no mundo.

Com o passar do tempo a aposentadoria, a menopausa e todos os monstros e anjos do viver aparecem à porta e entram. Ressurgem velhas questões. Algumas são dialogadas com o ser e estar no mundo, como voltar a estudar e fazer aquela graduação tão sonhada, outras têm o amargo sabor das realizações sorvidas apenas em suas metades. Com isso a falta de uma autoimagem positiva acarreta problemas psíquicos ou, melhor, aquilo que no início deste apontamento Perussi (1938) desacomoda o leitor chamando basicamente de dor da alma, que se reveste de dor (física) do corpo. Corroboramos com Schmidt (2003, p. 14) quando a autora afirma que desde o pensamento grego clássico predominou a visão do corpo humano como um instrumento da alma, por analogia com os demais corpos físicos existentes na natureza, que seriam instrumentos na mão do homem.

Assim, observa-se a necessidade de projetos elaborados a fim de explicitar e discutir como se dá o envelhecimento da mulher que trabalha em Educação. Como podemos, então, tirar do papel nossos discursos e levá-los adiante em forma de projetos, de palestras e tantas outras medidas que acredito haver para que a mulher professora se sinta humana, digna, feminina e plena? Rogamos que este seja um assunto que entre na pauta da reunião de

professores no início das atividades letivas. Ainda: que se crie, na Proposta Pedagógica, uma parte destinada à adultez para que a qualidade de vida e de convivência seja acrescida daquilo que é fundamental: a consciência da nossa própria humanidade.

É importante esclarecer que Projeto Educativo ou Proposta Político-Pedagógica (PPP), segundo Vasconcellos (1995, p. 143), Proposta Pedagógica ou Projeto Educativo correspondem a um:

[...] um instrumento teórico-metodológico que visa ajudar a enfrentar os desafios do cotidiano da escola, só que de forma refletida, consciente, sistematizada, orgânica, científica, e, o que é essencial, participativa. É uma metodologia de trabalho que possibilita ressignificar a ação de todos os agentes da escola.

### **Por uma abordagem biopsicossocial da pessoa**

Este subtítulo pretende anunciar que é interessante que seja feita, no meio educacional, uma abordagem biopsicossocial da vida humana, tomando o cuidado de não separar uma coisa da outra, pois o envelhecimento humano é um processo multifacetado, que envolve variáveis biológicas, psicológicas e sociais. Pode-se dizer que temos, nesta tentativa de diálogo, três autores (PERUSSI, 1939; MOSQUERA, STOBÄUS, 1989, 2001) em suas proposições fundamentais e outros autores, não menos importantes, mas que serão de grande valia nos momentos em que será preciso recorrer a outras fontes para a discussão acerca da adultez, do feminino e da saúde.

Uma das faces do envelhecimento não é apenas ver o corpo fenecer no aspecto biológico, consequência das perdas típicas dessa fase, mas acredito ser muito difícil conviver com o comportamento preconceituoso, por exemplo, sobre o relacionamento afetivo-amoroso e sexual, emitido pela sociedade, que pode ser um estímulo discriminativo para a extinção do comportamento sexual das mulheres na fase adulta plena.

A história de vida (ABRAÃO, 2008; JOSSO, 2004) de mulheres, ou seja, as contingências às quais foram submetidas no aprendizado de determinados comportamentos, deve ser considerada, pois a experiência de vida do ser humano é preditora e controladora de seu comportamento. Uma vez que desde a infância não são vivenciados estímulos reforçadores de sua sexualidade, da sua identidade e autoestima, é provável que, na fase adulta plena, as mulheres

não se sintam mais disponíveis para essas experiências, optando mesmo pela sua própria dessexualização ou ocorrer exatamente o oposto.

A mulher que vivenciou uma experiência plena em sua vida conjugal pode optar por não mais estabelecer novas experiências afetivo-sexuais, puramente por opção.

A partir desses pressupostos sugerimos pensar em um processo de desmistificação da sexualidade feminina, fato que poderá ser investigado na relação existente entre climatério, doenças, uso de medicamentos e aspectos psicológicos relacionados ao condicionamento social, avaliando se alguns desses fatores poderiam estar influenciando na privação afetiva e sexual dessas mulheres. Ouvi-las seria uma forma de encorajá-las a rever suas possibilidades de bem viver. Para tanto, é preciso levar-se em conta a variável cultural e demográfica, bem como a imagem que a mulher tem de si mesma nestes contextos.

Para Schmidt (2003, p.12):

As pessoas são o próprio corpo, que expressa de forma gradativa sua construção através das experiências da existência configuradas no corpo, e este está englobado na totalidade do existir.

O corpo pode ser entendido de forma multidimensional, caracterizando suas alternâncias e compreensões a partir do papel humano que desempenhamos no mundo associado a um papel político, social, essencialmente agregado a crenças e valores.

Finalmente, buscamos chamar atenção à qualidade das experiências e à tomada de consciência que possibilita receber e influenciar as impressões do mundo exterior por meio dos sentidos. Dar uma significação às sensações tem um teor estético, porque é preciso estar-se atrelado a uma forma substanciada de ser e sentir-se pessoa. Para tanto, a autoestima e a autoimagem são fatores fundamentais na obtenção de um sentido amplo de consciência de si no processo de envelhecimento, isso porque envelhecer neste sentido é revitalizar sentimentos positivos e alcançar um meio de dignificar o tempo vivido.

Brindemos ao tempo.

Costuma-se dizer que o tempo é relativo, porém o planejamento pode ser fundamental. Ao contrário do que imaginamos, esta fase – a adultez – não é um desperdício, mas um exercício disponibilizador... de tempo.

Saúde!



## Referências

- ABRAÃO, M.H.M.B. *Educadores sul-rio-grandenses: muita vida nas histórias de vida*. Porto Alegre: Edipucrs, 2008.
- CÍCERO, M.T. *Saber Envelhecer*. Porto Alegre: L&PM, 2008 (L&PM Pocket v. 63).
- JOSSO, M-C. *Experiências de Vida e Formação*. São Paulo: Cortez, 2004.
- PADILHA, R.P. *Planejamento dialógico: como construir o projeto político-pedagógico da escola*. São Paulo: Cortez; Instituto Paulo Freire, 2001.
- MOSQUERA, J.J.M. *Vida adulta: personalidade e desenvolvimento*. Porto Alegre: Sulina. 1987.
- MOSQUERA, J.J. M. *Vida Adulta* 3. ed. Porto Alegre: Sulina, 1983.
- MOSQUERA, J.J.M.; STOBÄUS, C.D. Modelos de ensino e realidade psicológica: o Modelo Interacional Humanista. *Veritas*, Porto Alegre, v.135, n.34, p.361-71, set., 1989.
- MOSQUERA, J.J.M., STOBÄUS, C.D. O mal-estar na docência: causas e consequências. *Revista da ADPPUCRS*, Porto Alegre, n. 2, p. 23-34, nov., 2001.
- PERUSSI, L.C. *La mujer: sus trastornos sexuales, periódicos nerviosos y glandulares, causas y tratamientos, la juventud, la adultez y el climaterio*. Buenos Aires: Anaconda, 1939.
- SAINT-EXUPÉRY, A. *O Pequeno Príncipe*. Rio de Janeiro: Agir. 1973.
- SCHMIDT, M.H. *A problemática vivida por mulheres idosas em relação ao envelhecimento do próprio corpo, pertencentes a um grupo de terceira idade que discute problemas cotidianos*. Porto Alegre: PUCRS, 2003. Dissertação (Mestrado em Gerontologia Biomédica), Instituto de Geriatria e Gerontologia, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, 2003.

STOBÄUS, C.D.; MOSQUERA, J.J.M. Humanismo e criatividade em educação para a saúde. *Educação*, Porto Alegre, 1991.

VASCONCELLOS, C.S. *Planejamento*: plano de ensino-aprendizagem e projeto educativo. São Paulo: Libertad, 1995.

## CAPÍTULO 7

---

### A PARTICIPAÇÃO INTERDISCIPLINAR NA INSTRUMENTALIZAÇÃO EDUCACIONAL DO ADULTO TARDIO SUJEITO A RISCOS CARDIOVASCULARES E SUA QUALIDADE DE VIDA

---

*Janaisa Gomes Dias de Oliveira*

*Zayanna C. L. Lindoso*

*Pedro Henrique Doerre de Jesus Abreu*

*Claus Dieter Stobäus*

A população mundial nas últimas décadas tem demonstrado uma distribuição etária com visível alteração, em função do aumento tanto da expectativa de vida como do número de idosos, e isto representa novos desafios no campo da pesquisa científica (CAMPOS et al., 2000).

As pessoas no Brasil são consideradas idosas ao completarem mais de 60 anos. Esta faixa etária é utilizada como delimitador pela Organização Mundial da Saúde (OMS), pois divide estatisticamente a população (SANTANA, 2001). Por outro ponto de vista, este aumento populacional de idosos também trouxe um elevado aumento de patologias associadas ao processo de envelhecimento, destacando-se as crônico-degenerativas.

Em relação às alterações fisiológicas e estruturais decorrentes do processo de envelhecimento, observa-se que estas podem proporcionar o aparecimento de fatores de risco para o surgimento de doenças de origem cardiovascular, que podem, por sua vez, influenciar a qualidade de vida do idoso. Cerca de 33% dos óbitos na população idosa são por doenças cardiovasculares, sendo 40% por cardiopatia isquêmica (MENDONÇA et al., 2004). Considera-se o estilo de vida sedentário e a inatividade física como fatores desencadeadores de patologias cardiovasculares (RAMOS et al., 1997). Nesse contexto, percebe-se a hipertensão arterial sistêmica como a patologia mais prevalente, pois aumenta progressivamente com a idade (SANTOS et al., 2002). A hipertensão arterial corresponde a um dos principais agravos à saúde afetando cerca de 50% da população idosa, e este fato demonstra a necessidade da alteração no estilo de vida de seus

portadores (FARINATTI et al., 2005).

Desta forma considera-se importante trabalhar a ideia da promoção do envelhecimento saudável ou ativo, propiciando a melhoria da capacidade funcional, a prevenção de doenças e a qualidade de vida. Este capítulo pretende contribuir com algumas reflexões que são consideradas importantes nesse contexto.

## **Qualidade de vida e adultez tardia**

Antes de falar em qualidade de vida é importante definir o termo *adultez*. Conforme Levinson (1974, 1978) a vida adulta é marcada por períodos de estabilidade e transição. Os períodos de transição são sucedidos por momentos de integração, os quais correspondem às mudanças na estrutura do indivíduo, ou seja, na forma de ele se ver, assim como de ver o mundo e os outros. Nestes períodos de transição na vida, o indivíduo assume um papel de crucial importância, pois relaciona-se não só com a forma como o mesmo encara esses papéis como também apresenta expectativas sociais.

A adultez, portanto, é tida como um fenômeno do desenvolvimento humano que revela novas possibilidades e referenciais de existencialidade (SANTOS, ANTUNES, 2007). Está dividida em três subfases, são elas: adultez jovem (20 aos 40 anos), adultez média (40 aos 65 anos) e adultez tardia (65 anos até a morte). Vale destacar que quem vivencia adultez tardia é chamado de *adulto tardio*. Cada uma das subfases apresenta um quadro de problemática e de comportamentos que se unem a situações históricas e sociais (MOSQUERA et al., 2008).

O conceito de qualidade de vida tem caráter subjetivo e engloba conhecimentos oriundos de experiências individuais e coletivas, também agrega elementos culturais e familiares. Trata-se de um termo polissêmico, isto é, que abrange diversos significados (MINAYO et al., 2000) e engloba diversos aspectos. No âmbito da saúde, por exemplo, a qualidade de vida é entendida do ponto de vista do valor atribuído à vida. Isto pode ser observado em estudos como os de Minayo (2000) e Auquier (1997).

A qualidade de vida se relaciona à educação no momento em que trata da qualidade das relações que o indivíduo alcança ao longo de sua vida, bem como do grau de completude atingido enquanto sujeito afetivo e social. Essa relação também abrange a saúde, formando assim a tríade *Qualidade de Vida, Saúde, Educação*. Os vínculos a serem estabelecidos

irão se desenvolver nos diversos espaços sociais e instituições, nos quais o indivíduo está inserido, tais como as escolas, a família e o trabalho (FREIRE, 2008). O adulto tardio não se extingue desses aspectos, considerando que o mesmo também deve ser visto como sujeito participante na sociedade e protagonista de sua própria história, principalmente se refletirmos sobre o aumento dessa população em nossa sociedade e no mundo.

Observa-se que o aumento da longevidade da população mundial de idosos tem elevado a participação destes em programas de prevenção (LEHR, 1999). A longevidade não depende somente de condições físicas e biológicas dos fatores sociais, psicológicos e ambientais, mas também se associa ao conceito de saúde e qualidade de vida da OMS (LEHR, 1999).

A qualidade de vida envolve indivíduos de todas as faixas etárias. No caso do adulto tardio se observa que as mudanças no seu cotidiano podem influenciar positivamente ou negativamente sua qualidade de vida. Tomando por base o estudo de Santos e Antunes (2007) observamos que a adultez tardia traz à tona a preocupação com a ressignificação das condutas sociais e com a busca por um modo significativo de viver a vida. A motivação nesse caso é um importante fator a ser mencionado. Algumas vivências que o adulto tardio busca podem oferecer a ele novas formas de perceber, viver e aprender – o que pode evidenciar a descoberta de uma qualidade de vida até então desconhecida proporcionando ao adulto tardio a construção de novos conhecimentos e aprendizagens.

O processo motivacional do adulto tardio é muito importante para a qualidade de vida do mesmo. Ainda considerando o estudo de Santos e Antunes (2007) destacamos que tal processo é um sistema complexo construído a partir de elementos variados que irão envolver não somente aspectos intrínsecos do indivíduo como também os fatores relacionados ao contexto em que ele se encontra. “As vivências pessoais influenciadas pelo social determinarão a construção do ser humano” (SANTOS, ANTUNES, 2007). Tal processo de construção pode tornar possível ao adulto tardio manter e/ou buscar um estado de saúde favorável, ter relações sociais saudáveis e com isso modificar positivamente sua qualidade de vida.

A qualidade de vida, portanto, é tida como um fenômeno multideterminado, no qual podemos comparar as condições disponíveis com as desejáveis, em que seus resultados podem ser expressos por índices de desenvolvimento, bem-estar, prazer ou satisfação, frente a valores e expectativas individuais e coletivas, em torno de indicadores subjetivos,

tais como saúde percebida, satisfação com a vida e perspectiva de futuro (NERI, 2005).

### **Senso comum e o profissional educador em saúde**

Segundo Cotrim (2002, p. 46), o “vasto conjunto de concepções geralmente aceitas como verdadeiras em determinado meio social recebe o nome de ‘senso comum’”.

O conhecimento do senso comum se aproxima do conhecimento científico descrevendo determinadas características peculiares do senso comum, tais como: causa e intenção; prática e pragmática; transparência e evidência; superficialidade e abrangência; espontaneidade; flexibilidade; persuasão (SANTOS, 2002). Assim, o autor afirma que se faz necessário aproximar o senso comum da ciência pós-moderna, pois ao “sensocomunicar-se” não “despreza o conhecimento que produz tecnologia, mas entende que, tal como o conhecimento se deve traduzir em autoconhecimento, o desenvolvimento tecnológico deve traduzir-se em sabedoria de vida” (FRANCELIN, 2004; SANTOS, 2002, p.57).

A educação em saúde corresponde a uma prática social que contribui para o desenvolvimento de uma consciência crítica das pessoas a respeito de seus problemas de saúde, treinando assim sua capacidade de intervir e agir sobre seu processo de saúde e doença. Logo, ela estimula a problematização e a busca de soluções e a ação coletiva, bem como a troca de experiências entre os usuários, a comunidade e os profissionais de modo horizontal, partindo do pressuposto da complementaridade do saber popular e profissional (BUDÓ et al., 2009).

Nós, como profissionais de saúde, e ao mesmo tempo educadores em potencial, precisamos compartilhar e explorar o universo cultural dos usuários dos serviços a respeito da sua informação sobre saúde, bem como problematizar as implicações destes conhecimentos e práticas. Visa-se então aprofundar e potencializar os indivíduos para o cuidado em saúde. A educação deve desenvolver a tomada de consciência e a atitude crítica, capacitando e libertando o homem, ao invés de submetê-lo a uma formação baseada na não tomada de consciência e no não pensamento crítico (FREIRE, 1980).

Segundo Freire (1979), não podemos negligenciar o saber popular. O educador, neste caso o profissional da saúde, precisa investigar os saberes e as experiências de seus educandos, pois estes conhecimentos servirão de base para o seu aperfeiçoamento. Para o autor, trabalhar temas gerados

na própria prática significa estimular o pensamento do homem acerca da sua realidade e desencadear a sua ação sobre esta realidade que é a sua práxis. Quando as pessoas exploram suas temáticas, aprofunda-se a sua consciência crítica acerca da realidade. Assim, a temática implica a procura do pensamento, encontrado somente no meio dos homens que questionam reunidos esta realidade.

Velasco (1997) define educação como sinônimo de conscientização, a combinação recíproca do desvelamento crítico e da ação transformadora sobre a realidade. Educar-se é conscientizar-se em diálogo com os outros no contexto de uma ação transformadora e libertadora sobre a realidade ecossocial rumo a uma comunidade humana sem opressores nem oprimidos (VELASCO, 1997). A educação precisa ser fundamentada em uma postura ética dialogando com os outros, em um contexto de ação teórico-prática de desvelamento crítico e de transformação libertadora da realidade, buscando uma sociedade livre.

Entendemos que através do processo educativo podemos desenvolver o espírito crítico e a autonomia de um grupo. Uma educação transformadora respeita a liberdade de opinião e de decisão do educando servindo de alicerce para a construção de decisões autônomas. Educar é uma ação muito mais complexa, não somente a transferência de conhecimentos e instituição de regras. A educação só é válida, à medida que reconhecemos democraticamente a existência da liberdade do outro. Assim, para educarmos é preciso estabelecer interações dialógicas, que possibilitem o intercâmbio de ideias e conhecimentos.

Percebemos que a educação em saúde implica o respeito para com os nossos idosos, pacientes, alunos, independentemente do seu nível socioeconômico e cultural. A posse do dito conhecimento científico não nos diferencia dos demais, apenas nos leva a entender que devemos abrir novas portas para a troca de conhecimentos. Este processo educativo só será possível se estas trocas entre diversos saberes se complementarem, fugindo do reducionismo e buscando a complexidade. Cabe salientar que esta abordagem da educação pode englobar todos os aspectos do conhecimento, reconhecendo suas limitações, diferenças e diversidades de pensamento.

Os idosos ou adultos tardios apresentam seus próprios conhecimentos adquiridos através da sua cultura e vivências pessoais. Assim, a partir das necessidades surgidas, por parte dos mesmos, se constrói e se renova

o conhecimento (SILVA, 2003). Observa-se que até mesmo, pela sua experiência de vida, detêm uma riqueza de saberes oriundos de suas raízes culturais, os quais são repassados e praticados aos seus familiares, amigos, vizinhos, na intenção de amenizar os riscos de futuras doenças. Logo, observa-se a prática de troca informal de conhecimentos, a qual promove mudanças na saúde e cuidado com a saúde.

Este conhecimento relacionado à prevenção contra o aparecimento de *fatores de riscos cardiovasculares por meio da prática de atividades físicas regulares* tem custo reduzido e pode trazer resultados junto à comunidade geriátrica. Essas práticas reduzem e evitam fatores de riscos cardiovasculares, pois atuam como o exercício do cuidado, representando um conhecimento construído através de experiências vivenciadas; uma soma de saberes adquiridos através de contatos informais, meios de comunicação, amigos, na relação com profissionais de saúde, os quais tiveram algum tipo de orientação.

O conhecimento implica uma curiosidade do sujeito em face do mundo, requerendo então uma ação de transformação sobre a realidade. A curiosidade inspira a problematização, pois à medida que os idosos, adultos tardios, sentem a necessidade de resolver os problemas *decorrentes da inatividade física* a fim de amenizar seus sofrimentos desenvolvem um espírito crítico:

A construção ou produção do conhecimento do objeto implica o exercício da curiosidade, sua capacidade crítica de ‘tomar distância’ do objeto, de observá-lo, delimitá-lo, de cindi-lo, de cercar o objeto ou fazer sua aproximação metódica, sua capacidade de comparar, perguntar (FREIRE, 1997, p.95).

Logo, no processo de aprendizagem, *os idosos só aprendem* de verdade se estes se apropriarem do saber aprendido, transformando-o em apreendido e, se necessário, reinventando-o; assim são capazes de se autoaplicarem o aprendido-apreendido de forma concreta.

O adulto tardio, ao buscar, através da experiência, uma autonomia do saber, torna-se multiplicador deste saber. O saber é construído de forma coletiva, por isso a mudança ocorre através da interação coletiva de todos os envolvidos na questão. Segundo Charlot (2000), o saber não deixa de ser um conhecimento resultante de uma experiência pessoal ligada a uma atividade de um sujeito dotado de características afetivo-cognitivas, como tal intransmissível, sob a primazia da subjetividade.

A educação em saúde necessita promover situações harmoniosas de



liberdade de diálogo entre ambas as partes envolvidas, ou seja, o adulto tardio que procura o médico para tratar o seu problema, e este tenta solucionar o problema e deve ter o compromisso de encaminhá-lo a outros profissionais, caso julgue necessário, para a efetividade do tratamento.

A doença não pode ser entendida somente nos aspectos biológicos, mas estendendo-se às condições ambientais e gerais dos idosos, e nesta visão deve ser deflagrada a nossa prática. Os profissionais de saúde precisam ter uma visão mais ampla da saúde. A formação teórica não é suficiente, e torna-se necessário conhecer melhor o contexto de como surgiram as doenças cardiovasculares, por exemplo, suas alternativas de tratamento e principalmente de prevenção. Não adianta estudar, aperfeiçoar suas técnicas se o caráter educativo e político não prevalecer em suas ações (VASCONCELOS, 1997). Fala-se tanto em educação em saúde, em trabalhar a partir das necessidades do outro, mas acreditamos que é preciso entendermos primeiro o que é educação, para depois associarmos esse tema à saúde (VASCONCELOS, 1997).

### **A interdisciplinaridade na saúde do idoso tardio**

Segundo Enricone (2007), a interdisciplinaridade significa uma tentativa de superação da fragmentação e da desarticulação do processo de conhecimento, correspondendo a uma imposição dos tempos modernos, porém se for apresentada somente como uma palavra ou como um conceito, não haverá desenvolvimento. Este conceito não é unívoco, pois apresenta conotações complementares e não antagônicas sobre um determinado tema comum a uma classe profissional – neste caso, a gerontologia.

Nesta reflexão, optamos por trabalhar este conceito porque, conforme Paviani (2005, p. 61), “a interdisciplinaridade é a condição básica para uma formação profissional flexível e adequada para o exercício de novas profissões”. Pode ser vista ainda como a modalidade de colaboração entre professores, pesquisadores e profissionais de saúde, ou seja, um novo conceito teórico e metodológico. Esta predetermina um compromisso com a totalidade, uma substituição da concepção fragmentária pela unitária do indivíduo. A prática interdisciplinar está diretamente relacionada com a atitude do educador frente ao conhecimento, atitude esta que permite aos praticantes um maior grau de maturidade, guardando com a subjetividade uma ligação de identidade e de diferença (ENRICONE, 2007).

O profissional de saúde é também educador interdisciplinar, por isso

necessita compreender criticamente a totalidade social num aspecto dialético e transformador, e sua ação é imprescindível para o avançar construtivo do paciente-aluno: integra conhecimentos, envolvendo-se do individual para o coletivo, fala e principalmente ouve, ousa inovar, investiga novas tecnologias, novos saberes.

Percebemos que a interdisciplinaridade não é um saber estático, é um conhecimento constante, construído a partir da discussão e interação de um grupo de profissionais em torno de necessidades comuns, ou seja, problematizando-se buscando-se soluções de forma coletiva.

Neste texto, em especial, a interdisciplinaridade pode ser vista como um esforço conjunto da equipe interdisciplinar de saúde, com objetivos, conteúdos, formas de avaliação, que objetivem o bem-estar, a prevenção de doenças, e a busca da melhor qualidade de vida do adulto tardio sujeito a riscos cardiovasculares. Estudos comprovam que os programas de treinamento físico para idosos necessitam ser avaliados e planejados de forma a não exceder sua capacidade física.

A equipe interdisciplinar componente de um serviço de Reabilitação Cardíaca, por exemplo, ou programa de atividades físicas supervisionadas para terceira idade, deverá ser composta por cardiologista, educador físico e fisioterapeuta (BARROSO et al., 2008). Os benefícios cardiovasculares, metabólicos e autonômicos após o exercício físico agudo e crônico sugerem que o treinamento físico como conduta não farmacológica é relevante no trato dessas patologias (MOSTARDA et al., 2009).

O trabalho interdisciplinar compreende: avaliação inicial médica das condições gerais do idoso, elaboração do programa de atividades físicas, avaliação do idoso antes, durante e após a realização das atividades físicas; aferição dos níveis pressóricos, além da avaliação das atividades diárias e do contexto biopsicossocial no qual está inserido esse idoso (avaliação esta realizada por terapeutas ocupacionais), entre outros. Este atendimento objetiva conhecer e abordar os problemas de saúde dos pacientes geriátricos de forma integralizada, com seus aspectos preventivos e educativos.

## **Considerações Finais**

O adulto tardio, em geral, vive diferentemente a velhice. É como se o fim da vida reproduzisse e ampliasse as desigualdades sociais. O aumento da população idosa em termos sociais apresenta atualmente diversas questões relacionadas à saúde pública, à previdência social e também à

educação. Diante dessa realidade, as ações dos profissionais da área da saúde e das ciências humanas precisam ser direcionadas à transformação dessa realidade, compreendendo e lidando em todas as fases da vida, nas suas diferentes abrangências, seja na habitação, educação, saneamento, previdência, dentre outras necessidades das quais necessitamos para ter uma vida digna e com qualidade.

Nota-se que a preocupação com a formação e capacitação de recursos humanos, fundamentada na prática gerontológica, também tem merecido destaque nos diversos espaços sociais, educacionais e políticos, como escolas, universidades, órgãos e instituições governamentais e não governamentais. Ainda assim a carência de profissionais de diversas áreas (saúde, educação e humanas) que possuam tal formação é sentida. Porém, aos poucos, essa realidade vai se transformando e com isso o atendimento ao adulto tardio (não somente ao que está sujeito a doenças cardiovasculares), bem como sua própria percepção de vida e qualidade de vida, vai se modificando e, nesse sentido, portanto, a interdisciplinaridade torna-se um importante aspecto desta transformação.

## Referências

- AUQUIER, P. et al. Approches théoriques et méthodologiques de la qualité de vie liée à la santé. *Revue Prevenir*, v. 33, p. 77-86, 1997.
- BARROSO, W.K.S. et al. Influência da atividade física programada na pressão arterial de idosos hipertensos sob tratamento não-farmacológico. *Revista da Associação Médica Brasileira*, v. 54, n. 4, p. 328-33, 2008.
- BUDÓ, M.L. et al. Educação em Saúde e o portador de doença crônica: implicações com as redes sociais. *Ciência, cuidado e Saúde*. v. 8, p. 142-7, 2009.
- CAMPOS, M.T.F.S. et al. Fatores que afetam o consumo alimentar e a nutrição do idoso. *Revista de Nutrição*. Campinas, v. 13, n. 3, p. 157-65, 2000.
- CHARLOT, B. *Da relação com o Saber*. Porto Alegre: Artes Médicas, 2000.
- COTRIM, G. *Fundamentos da filosofia: história e grandes temas*. 15. ed. São Paulo: Saraiva, 2002.

ENRICONE, D. Educação Superior Profissional: o desafio da interdisciplinaridade. In: DAL FRANCO, M.E.; KRAHE, E.D. *Pedagogia Universitária e Áreas do Conhecimento*. Porto Alegre: EDIPUCRS, 2007.

FARINATTI, P.T.V. et al. Programa Domiciliar de Exercícios: efeitos de curto prazo sobre a Aptidão Física e Pressão Arterial de Indivíduos Hipertensos. *Arquivos Brasileiros de Cardiologia*, v. 84, n. 6, p. 473-9, 2005.

FRANCELIN, M.M. Ciência, senso comum e revoluções científicas: ressonâncias e paradoxos. *Ciência da Informação*. v. 33, n. 3, p. 26-34, 2004.

FREIRE, P. *Pedagogia da Autonomia*. 2. ed. São Paulo: Paz e Terra, 1997.

FREIRE, P. *Conscientização: teoria e prática*. 3. ed. São Paulo: Moraes, 1980.

FREIRE, P. *Educação e mudança*. 21. ed. São Paulo: Paz e Terra, 1979.

FREIRE, A.B. Saúde, Educação e Qualidade de Vida. *ConScientiae Saúde*, v. 7, n. 2, p. 221-5, 2008.

LEHR, U. A revolução da longevidade: Impacto na sociedade, na família e no indivíduo. *Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento*, v.1, p. 7-36, 1999.

LEVINSON, D. *The seasons of a man's life*. New York: Knopf, 1978.

LEVINSON, D. The psychosocial development of men in early adulthood and the mid-life transition. In: RICKS, D. Et al. (ed.). *Life history research in psychopathology*. Minneapolis: University of Minnesota Press, 1974.

MENDONÇA, T. et al. Risco cardiovascular, aptidão física e prática de atividade física de idosos de um parque de São Paulo. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, v. 12, n. 2, p. 19-24, 2004.

MINAYO, M.C. S. et al. Qualidade de vida e saúde: um debate necessário. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 5, n. 1, p. 7-18, 2000.

MOSQUERA, J.J.M. et al. Vida Adulta: perspectivas para o século XXI. In: SCHWANKE, C.H.A.; SCHNEIDER, R.H. (orgs.). *Atualizações em Geriatria e Gerontologia: da pesquisa básica à prática clínica*. Porto Alegre: EDIPUCRS, 2008.

MOSTARDA, C. et al. Hipertensão e modulação autonômica no idoso no papel do exercício físico. *Revista Brasileira de Hipertensão*, Ribeirão Preto, v. 16, n. 1, p. 55-60, 2009.

NERI, A.L. *Palavras-chave em gerontologia*. 2. ed. Campinas: Alínea, 2005.

PAVIANI, J. *Interdisciplinaridade: conceito e distinções*. Porto Alegre: PYR, 2005.

RAMOS, L.R. et al. Envelhecimento populacional: uma realidade brasileira. *Revista de Saúde Pública*, São Paulo, v. 21, n. 3, p. 211-21, 1997.

SANTANA, C.M. Aspectos clínicos na prática geriátrica. In: PEREIRA, C.U.; ANDRADE FILHO, A.S. *Neurogeriatria*. Rio de Janeiro: Revinter, 2001.

SANTOS, B.S.; ANTUNES, D.D. Vida adulta, processos motivacionais e diversidade. *Educação*, v. 61, n. 1, p.149-64, 2007.

SANTOS, B.S. *Um discurso sobre as ciências*. 13. ed. Porto: Afrontamento, 2002.

SANTOS, S.R. et al. Qualidade de vida do idoso na comunidade: aplicação da escala de Flanagan. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, v. 10, p. 756-7, 2002.

SILVA, M.R.S. Resiliência: Uma Referência para o trabalho de Enfermagem junto às famílias que vivem em situação de risco psicossocial. *Revista Ciência-Cuidado e Saúde*. v. 1, n. 2, p. 50-2, 2003.

VASCONCELOS, E.M. *Educação Popular nos Serviços de Saúde*. 3. ed. São Paulo: Hucitec, 1997.

VELASCO, S.L. Como Entender a Educação Ambiental: Uma Proposta. *Revista Ambiente e Educação*. Questões Ambientais e Educação: A Multiplicidade de Abordagens, Rio Grande: FURG, 1997.

## CAPÍTULO 8

---

### INCLUSÃO DIGITAL NA ADULTEZ TARDIA E O REENCANTAMENTO DA APRENDIZAGEM

---

*Denise Goulart*

*Claus Dieter Stobäus*

*Juan José Mouriño Mosquera*

O conhecimento sempre foi um diferencial e determinante para a história da humanidade; quem o dominava, consequentemente, “dominava outros povos”. Todos os avanços dos seres humanos alicerçaram-se no conhecimento, não somente no sentido de dominação, mas também na sua inter-relação com o sentido de humanidade.

Araújo (1994, p. 84) afirma que o poder transformador da informação gera mudanças em toda a sociedade:

[...], pois se a informação é a mais poderosa força de transformação do homem, o poder da informação, aliado aos modernos meios de comunicação de massa, tem capacidade ilimitada de transformar culturalmente o homem, a sociedade e a própria humanidade como um todo.

As mudanças da sociedade ocorrem, geralmente, na forma de ruptura de paradigmas, referentes sempre a um modelo e padrões compartilhados em determinado espaço-tempo, que permitem a explicação de certos aspectos da realidade. Com isso, surge uma forma de pensamento algumas vezes totalmente diferente, sendo uma transição de um modelo para outro, explicando o que outro já não explicava ou sustentava mais. Paradigma é mais do que uma teoria, pois implica uma estrutura que gera novas teorias, é algo que estaria no início das teorias: “um paradigma pode ao mesmo tempo elucidar e cegar, revelar e ocultar, e os indivíduos conhecem, pensam e agem segundo paradigmas inscritos culturalmente neles”, destaca Morin (2001, p. 25).

Osório (2003, p. 33) explica que entramos “num novo paradigma tecnológico, centrado na engenharia genética e nas tecnologias da informação,

e nas comunicações baseadas na microeletrônica”. Assim, com tantas mudanças, houve uma transição da sociedade de produção artesanal para uma sociedade de produção em massa, até chegar à *sociedade do conhecimento, sociedade da informação, sociedade aprendente*, colocada por Assmann (1998), em que tudo está conectado em redes digitais e tecnologias cada vez mais eficientes, para a construção de novos conhecimentos e ferramentas, não significando que somente o acesso aos dados e às informações que estão disponibilizados na *Internet* seja o diferencial para a aprendizagem, mas que o significado que eles representam transforma-os no próprio conhecimento.

Para Morin (2001, p. 86), “o conhecimento é a navegação em um oceano de incertezas, entre arquipélagos de certezas” e é a principal matéria-prima desta sociedade, juntamente com as informações que recebemos diariamente, porém temos de saber processar e separar o excesso de informações, a fim de que o conhecimento torne-se mais organizado e possa ser (re)construído, pois tem um papel determinante para que ocorram aprendizagens mais significativas, transformando a ação do sujeito no mundo e atuando na própria mudança deste mesmo mundo, humanamente construído. Para isso acontecer, antes ele deve ser disponibilizado de forma democrática e acessível a todos quantos quiserem ter acesso.

Mosquera (2003, p. 52) corrobora com estas ideias quando afirma que:

O conhecimento, portanto, é o fator mais significativo para o mundo do futuro e este conhecimento terá que ser cada vez mais democratizado e valorizado, como forma de convivência na qualidade de vida das pessoas. Existe uma certeza cada vez mais afirmada, em quase todos os utopistas, que o conhecimento ocupará um lugar cada vez mais importante no desenvolvimento das nações e nas condições de vida planetária para todos os seres humanos.

Como afirma Osório (2003, p. 35), “embora a sociedade sempre tenha estado em mutação, a mudança social é hoje muito mais acelerada”. Com o advento das novas tecnologias, ocorreu uma verdadeira revolução no cotidiano das pessoas, que vem impulsionando-as para uma sociedade emergente e, sobretudo, para uma nova humanidade, cada vez mais conectada e interativa, porém este mesmo ser humano vem se tornando mais dependente das Tecnologias de Informação e Comunicação (TICs).

Vanzo (2000, p. 20) comenta que o grande responsável por esta nova revolução:



[...] é o desenvolvimento do conhecimento humano, que cresce numa velocidade alucinante, dobrando a cada três anos e, segundo estudos divulgados pela consultoria Arthur Andersen, em 2020 dobrará a cada 73 dias [...], uma vez integrada em nossas vidas, estas descobertas e tecnologias nos permitirão experimentar novas possibilidades que no seu ápice irão gerar novas demandas para novas descobertas.

Na sociedade aprendente, quando utilizamos os recursos destas TICs, podemos aprender rápida e continuamente, de forma flexível, através de um planejamento e execução bem elaborados, sem rigidez excessiva, aproximando mais as pessoas, pelas conexões *on-line*, em tempo real e permitindo que, mesmo na Educação formal, as pessoas interajam e possam formar pequenas comunidades de aprendizagem, fazendo com que o aprendiz transforme-se no protagonista da sua própria formação.

Borges (2000) enfatiza que, “através das tecnologias de informação e comunicação, o mundo transformou-se em uma sociedade globalizada e globalizante, com novos mercados, novas mídias e novos consumidores”, e comenta que:

[...] o homem, diante dessa nova realidade, continua o mesmo: íntegro na sua individualidade, na sua personalidade, nas suas aspirações, na defesa de seus direitos, na busca da sua felicidade e de suas realizações, e no comando desta mudança, como o único ser dotado de vontade, inteligência e conhecimento capaz de compreender os desafios e definir os passos que direcionarão seu próprio futuro.

Portanto, inserir-se e poder participar na sociedade de informação tornou-se mais que uma necessidade, agora é quase que uma obrigatoriedade, tanto para os países como para os indivíduos, sem o que somos já considerados “desplugados, *out*, ultrapassados”.

Mosquera (2003, p. 52) chama atenção de que o “conhecimento atomizado, memorístico e enciclopédico” está com seus dias contados e salienta que:

O mais importante parece ser o conhecimento em totalidade atendendo os diferentes tipos de inteligências e saberes, acreditando que o potencial humano de conhecimento é extraordinário e que todas as pessoas têm o poder de ampliar a sua maneira de perceber e sentir o mundo que as rodeia [...] com a possibilidade

de compreender a totalidade e o inacabamento do conhecimento e despertando, cada vez mais, a curiosidade, a imaginação e a fantasia.

A inclusão digital está se transformando rapidamente em uma parte indissociável do maior, a própria inclusão social. Diante disso, um novo e grande desafio é apresentado para a área da Educação, que terá que investir muito esforço para que a sociedade, como um todo, passe a atuar de forma harmônica, com o uso destas novas TICs, que têm a vantagem da individualização da aprendizagem, possibilitando que cada pessoa seja a protagonista de sua própria construção de conhecimento e aprenda em seu ritmo próprio, em uma contínua transformação, tanto de si como da sociedade em que se desenvolve.

### **O adulto tardio e a aprendizagem ao longo da vida**

Desde que nascemos, buscamos compreender o mundo a partir de nossas entradas sensoriais e transformações cerebrais que constantemente (re)fazemos, em determinados ambientes, que deveriam ser todos propícios, com clara conotação de valores e crenças da cultura à qual pertencemos.

Nesse infinito processo de construção e reconstrução rápida de conhecimento, deparamo-nos com objetos, cores, formas, pessoas, ambientes, situações, dados novos que a todo momento nos impulsionam às descobertas, desenvolvendo em nós novas estruturas de pensamento e construção de novos saberes, desde pequenos, mas não somente naquela fase de desenvolvimento – podemos sempre estar nos desenvolvendo.

Dessa forma, somos capazes de ampliar nossos conhecimentos, habilidades e atitudes, construindo-os através das diversas possibilidades de interação com o nosso meio, bem destacado por Vygotsky (1993).

Claxton (2005) afirma que a aprendizagem modifica nosso conhecimento e agir, e mesmo nosso modo de ser. Somos sujeitos ativos nesse processo, analisando, desenvolvendo tentativas, hipóteses destes dados e informações, agindo sobre eles e novamente aprendendo a aprender através dessa constante ação. Isso significa que não apenas introjetamos ou acumulamos informações, mas que também atribuímos nosso próprio significado a elas, de acordo com nossa atual capacidade de compreensão, fazendo desse processo um contínuo aprendizado, que ocorre ao longo de toda a nossa vida.

Claxton (2005, p. 20) corrobora enfatizando que:

A aprendizagem ao longo da vida exige, por exemplo, a capacidade de pensar estrategicamente sobre o nosso próprio caminho de aprendizagem, e isso requer a autoconsciência para conhecer nossos próprios objetivos, os recursos necessários para buscar atingi-los e suas atuais potencialidades e fragilidades nesse aspecto.

Entretanto, alguns teóricos têm postulado a ideia do conhecimento que desenvolver-se-ia em rede, que podemos entender como uma metáfora, significando uma teia na qual tudo está interligado. Nessa interconexão, os fenômenos são observados e descritos por conceitos, modelos e teorias, e não há nada que seja indispensável e fundamental, que esteja em primeiro ou segundo plano, pois as bases do conhecimento não são mais fixas e imutáveis. O entendimento do conhecimento em rede colabora para a visão de transformação rápida e constante (do potencial) do próprio conhecimento.

As teias que se ampliam em um processo de interação de saberes geram uma estrutura sempre maior e mais qualificada de compreensão, refutando mesmo a forma desarticulada e fragmentada atual. Nessa nova interação, o indivíduo participaria da construção e reconstrução do seu conhecimento não apenas com o uso predominante do raciocínio e da percepção do mundo exterior pelos sentidos, mas também usando as sensações, os sentimentos e emoções, bem como sua intuição para aprender mais e aprofundadamente.

Osório (2003, p. 32) afirma que:

[...] o conhecimento vai ser o principal recurso produtor de riqueza, o que supõe que os membros da sociedade não só devem ter uma formação básica, mas também incorporar conhecimentos de informática, de tecnologia, aspectos que não eram imprescindíveis até a uma década. Por isso, a educação contínua e permanente será uma atividade florescente, apesar de a escola e a universidade a olharem, na sua opinião, com certa desconfiança.

A Educação, então, deveria perpassar por uma real e efetiva educação social, na qual pudéssemos implementar processos, ao longo de toda nossa vida, e possibilitar melhores condições e mais adequadas para nossas aprendizagens significativas, não sendo uma simples transmissão de conhecimento, mas superando o que já existe, possibilitando, assim, maior autonomia para as pessoas com sessenta ou mais anos, a fim de termos um futuro melhor.

Mosquera (1993, p. 128) comenta que:

Importante seria colocar a pessoa idosa ante as mudanças rápidas dos conhecimentos e costumes, ao mesmo tempo incentivá-la de que não é ignorante, nem tola. Cremos que são pessoas que podem adquirir algo que se chama educação informal, estando a par do que se passa pelo mundo, pois são também parte deste mundo.

Hoje o mesmo autor utiliza a nomenclatura adulto tardio, no sentido de que a adultez inicia ao final de um ciclo denominado de adolescência, por volta dos 20 anos (que em alguns casos vai até bem adiante), e que culmina, no mundo mais ocidental e pragmático, com a morte biológica. Destaca que este adulto tardio sempre está a aprender, até um ponto que denominamos de sabedoria, e mesmo no momento desta sua morte. Portanto, para Papalia e Olds (2000, p. 511), “as pessoas mais velhas podem e efetivamente continuam a adquirir novas informações e habilidades e são capazes de lembrar e usar aquelas que já conhecem”.

Para Claxton (2005, p. 24), o aprender ao longo da vida deve:

[...] significar mais do que adultos indo para a escola a fim de aprender a usar a Internet [...]; significa ter a capacidade de lidar de modo inteligente com a incerteza e a persistir diante da dificuldade [...] significa fazer escolhas sobre quais convites de aprendizagem aceitar e quais declinar.

Segundo Claxton (2005, p. 238), “durante a idade adulta, podem ser desenvolvidas tanto a reflexão e a autopercepção como também a aptidão para assumir uma visão geral, estratégica e responsável do próprio caminho da aprendizagem”.

Knechtel (1994, p. 24) define a Educação, ao longo da vida, como essencial para a

[...] busca da cidadania, da liberdade e do respeito mútuo entre a população adulta de uma sociedade moderna, podendo levar o homem a situar-se melhor na sociedade atual, especialmente no contexto em que vive e convive [...].

As TICs alavancam cada vez mais estas mudanças em todas as sociedades em que existem, provocando inúmeras e velozes transformações em todas estas esferas sociais, apontando novas tendências de valores e

concepções de vida. Por consequência, nossa sociedade e, principalmente, os adultos tardios, precisam atender estas “novas necessidades”, ao tentarem adaptar-se às imprevisíveis demandas geradas por essas mudanças, pois estas acontecem de uma forma veloz e desigual, contribuindo para que apareçam grandes diferenças em diferentes países, mesmo de formas diversas. Isso implica que coexistam estas verdadeiras “barreiras” bem perto de nós mesmos, a denominada exclusão digital, com o analfabetismo digital funcional, à semelhança do analfabetismo funcional (daqueles que não tiveram acesso à Educação).

Contudo, essas mesmas TICs abrem novas possibilidades e trazem novas exigências para desenhar a aprendizagem e o viver no século XXI. Diante de tal cenário, nos questionamos: de que forma a Educação poderia ser repensada para incluir em sua estrutura a conscientização de uma prática que estabeleça as bases para uma educação continuada que atinja as pessoas que estão ultrapassando os sessenta anos? Como articular condições que favoreçam o aprendizado entre pessoas idosas em relação aos desafios de um mundo pautado em tecnologias que evoluem tão rapidamente?

A partir destas reflexões sobre os processos de constantes mudanças sociais registrados nos últimos anos, devemos pensar em um debate mais aprofundado sobre elas, que estão a afetar tanto a esfera pessoal como a profissional e mesmo a social; em que talvez o desafio mais importantes do século XXI estivesse em conseguir preparar todas as gerações, o que exigiria a imediata integração dos adultos tardios nesses novos contextos, através de uma aprendizagem de e com novas tecnologias, para poder incluí-lo digitalmente.

### **Inclusão digital do adulto tardio**

Com o crescente aumento da população idosa no Brasil, devemos começar a ter novos olhares para os idosos e a pensar como melhorar essa fase da vida, mesmo diante de tantos limites que o envelhecimento proporciona para os indivíduos, porém isso não significa que o idoso tenha que abster-se de tudo, como continuar a aprender, trabalhar, ter vida sexual e social ativas e desfrutar de hobbies e momentos de ócio e lazer.

A ideia proposta (e muitas vezes imposta) pela sociedade contemporânea, de que após determinada idade (por exemplo, sessenta ou mais) algumas atividades não devem mais ser ‘desfrutadas’ é uma concepção que vem sendo superada devido às constantes transformações sociais, a

medicina moderna, a crescente longevidade, o uso de algumas tecnologias aplicadas ao campo do trabalho e mesmo do lazer, entre outros elementos.

A própria expectativa de vida vem aumentando muito e, com isso, surge a necessidade de repensar como envolver esses indivíduos em seus tempos livres e após a sua aposentadoria ou diminuição gradativa de atividades consideradas mais “pesadas e difíceis”.

Uma verdadeira Educação ao longo da vida, utilizando as TICs como apoio, pode ser uma alternativa viável para que essas pessoas continuem a aprender e usufruir melhor do mundo, estimulando-as a aprender a usar o computador em rede, abrindo novas possibilidades e oportunidades de conexão e interatividade, podendo utilizá-lo no dia a dia, o que se tornou quase que um pré-requisito para a inserção em nossa sociedade, já imprescindível para todas as atividades, independentemente de idade.

Stobäus e Giraffa (1994) salientavam que:

Os adultos, quando se iniciam na operação de computadores, posteriormente na programação ou utilização de algum software pronto, são especialistas em alguma área e não dominam bem estes equipamentos. Quando se veem diante de uma máquina desconhecida, fora do seu conhecimento, eles se ressentem de sair de uma posição de domínio para uma posição de iniciante, e isto pode comprometer significativamente o processo de aprendizagem (lembremo-nos de motivação, expectativas, interesses, medo de errar,...).

Isto que, naquela época, não possuíamos esta moderna tecnologia de hoje e reforçávamos que:

O uso do computador nas atividades pedagógicas produz ainda uma peculiar situação, pois quando o aluno busca a solução de um problema também se torna professor, uma vez que ele ensina o computador a fazer coisas (isto é, aprende a como fazê-lo na própria interação com ele).

Muito consoante a estes elementos, cabe destacar aqui o estudo de Goulart (2011), que investigou adultos tardios em inserção digital, que ainda não haviam utilizado essas ferramentas, aprendendo a usar computadores e as ferramentas, como Word, Internet, de modo que pudessem aprender sem erro, com a monitorização de suas atividades, que foram supervisionadas pela autora e monitores.

O estudo, de caráter exploratório-descritivo, foi desenvolvido na abordagem de um Estudo de Caso, adotando uma metodologia quanti-qualitativa, com a Intervenção de cunho longitudinal. Teve como objetivo geral analisar o efeito de uma metodologia de aprendizagem sem erro em Oficinas de Inclusão Digital para idosos buscando, assim, argumentos para a confirmação da tese de que a técnica de aprendizado sem erro auxilia no ensino de Informática em Oficinas de Inclusão Digital de idosos.

A amostra foi constituída por 25 idosos, divididos em dois grupos (14/11), nomeados por Grupos 1 e 2, apresentando média de idade de 68 anos, sendo que 11 possuem curso universitário completo. Em relação à Informática, foi observado que 13 idosos do Grupo 1 possuíam computador e 11 do Grupo 2. Durante o desenvolvimento das atividades de Intervenção intencional, os dados foram coletados através de observação participante, acompanhando os progressos e as dificuldades de cada um dos alunos e pontuando, a cada encontro, em uma Ficha de Avaliação de Rendimento. Cada operação desenvolvida foi solicitada com o mesmo número de vezes e, desta forma, foi possível observar quais atividades de ensino em Informática foram as que tiveram maior êxito e/ou déficits.

Os dados quantitativos da Ficha Informativa com os dados sociodemográficos dos Grupos 1 e 2 receberam tratamento de Estatística Descritiva, os Testes com análise de Estatística Inferencial (ANOVA seguida do teste *post hoc* de Tukey, quando necessário, e os dados categóricos com teste Qui-quadrado). Os efeitos (número de erros nas situações de teste) da abordagem metodológica das Oficinas de Inclusão Digital sobre o aprendizado dos idosos foram analisados pelo teste T de *Student* para amostras independentes. O efeito das Oficinas de Inclusão Digital nos aspectos cognitivos dos idosos que participaram delas com teste T de *Student* para amostras (in)dependentes.

Todos os resultados foram expressos com média + erro padrão,  $p < 0,05$ , sendo considerado que houve uma diferença significativa, isto é, o método mostrou-se eficaz. Complementarmente, os qualitativos com Análise de Conteúdo de Bardin, revelando que apreciaram o método, sentiram-se incluídos, aprenderam sem temor, e foi mais prazeroso trabalhar sem erro, pois ficaram sem receio de errar, houve melhora na autoestima, sentimentos de alegria e partilha com colegas.

Com estes resultados voltamos a ressaltar que todos deveriam ter o direito ao acesso e ao uso das novas tecnologias, não sendo limitados

por questões sociais, geográficas e financeiras; devemos combater todos os elementos que fazem com que a inclusão digital praticamente inexista.

Muitos ainda não têm acesso a esses recursos tecnológicos, que podem democratizar o acesso à informação, pois infelizmente ainda existe uma lacuna entre a população e o uso de tecnologia. Contudo, com o advento das tecnologias, houve uma melhora de igualdades, pois existe a possibilidade de contemplar todas as camadas sociais que estão em diferentes fases da vida. É certo que existem muitas pessoas sem acesso a computadores e à Internet, mas não podemos ficar restritos a essa constatação. Na verdade, a exclusão que existe não é somente digital, e, sim, social, de conhecimento, informação e cidadania.

Complementando, o desenvolvimento de uma educação contínua deve ser o objetivo e o maior desafio da educação para o século XXI. Isso significa que não apenas introjetamos ou acumulamos informações, mas que atribuímos significado a elas, de acordo com nossa atual capacidade de compreensão. Ou seja, compreendemos o mundo a partir da experiência adquirida. Para que ocorra aprendizagem, então é fundamental aprender a aprender. É necessário que haja uma reorganização das estruturas da mente. É preciso criar situações-problema que levem o idoso a fazer um esforço de auto-organização, incorporando as tecnologias em suas estruturas e reorganizando-se novamente, e, neste caso, nos reportamos aos idosos, pois é imprescindível que esta educação faça parte de suas vidas.

A educação formal e a não formal devem transmitir de maneira maciça e eficaz, cada vez mais, os saberes, coibindo a exclusão digital, contestando os métodos de ensino e as próprias instituições, generalizando, assim, a educação ao longo da vida. Através dessa nova aprendizagem digital, precisamos tornar o idoso capaz de compreender o seu papel social e o significado desta aprendizagem, para usá-la no seu dia a dia, de forma a atender as exigências da própria sociedade, promovendo sua inclusão.

Devemos pensar em uma educação digital para a cidadania global, a fim de formar pessoas capazes de conviver e dialogar. É importante preparar os cidadãos para serem contemporâneos de si mesmos, menos egoístas, e para que visem a humanização das relações intergeracionais, como um princípio para o desenvolvimento de uma consciência solidária e, ao mesmo tempo coletiva, possibilitando o surgimento de uma geração mais capaz de sonhar, ser feliz e realizada, refletindo e encontrando soluções mais adequadas e duradouras, a fim de aplacar os problemas da humanidade.



Diz Kachar (2003, p. 155) que “o desafio de enfrentar o computador e dominá-lo é uma prova da própria capacidade de lidar com situações novas, coragem de aventurar-se no desconhecido e descobrir que pode apostar em si mesma para abrir novas portas e desconstruir os muros internos”.

Os idosos que adquirirem novas competências, compreenderem e acompanharem as mudanças tecnológicas e suas efetivas atuações na sociedade estarão inseridos com mais facilidade nesse novo formato de sociedade alicerçado nas tecnologias que, segundo Lévy (1996, p. 60), são “uma capacidade continuamente alimentada e melhorada de aprender e inovar, que pode se atualizar de maneira imprevisível em contextos variáveis”. E, nesse contexto, o idoso que se apropriar das tecnologias de informação, e souber usá-las, intensificará seu processo de aprendizagem – experiência de vida ele já possui –, interagindo com diferentes informações, pessoas e grupos, a partir de seus interesses e motivações, socializando seus conhecimentos conforme suas próprias histórias de vida, aumentando sua autoestima e autorrealização. Mas para isso acontecer deve existir uma educação permanente, em que o indivíduo seja visto como um ser inconcluso, em crescimento constante, que necessita estar inserido em um contexto que seja privilegiado, com a educação ao longo da vida ou educação permanente, revelando suas dificuldades de entender essa nova linguagem, apesar de seus medos e anseios, procurando cursos para não continuar sendo alienado e marginalizado, reduzindo o tédio e o isolamento, melhorando a autoestima e a atividade mental e, sobretudo, fortalecendo seus vínculos sociais.

Como bem salienta Mosquera (2003, p. 54):

[...] a transição de um século para outro, de um milênio para outro. Se intensifica a ideia de uma nova cultura, uma nova sociedade e um novo sujeito para a Educação. Já estamos a caminho, porém a estrada é árdua e precisamos aprender a caminhar caminhando. Este caminhar não é apenas uma tentativa, mas uma intenção de elaborar novas vias que levem a uma humanidade renovada.

Mosquera (1986, p. 357) destaca que “a vida adulta é um enorme desafio, pois de sua compreensão e equilíbrio depende, em grande parte, a dinâmica das outras gerações”. Nesse contexto, aprender informática passa a ser uma realização pessoal, porque muitos trazem uma bagagem carregada de preconceitos e descréditos, impostos tanto pela família como pelo meio

com o qual convivem, mas com novas motivações conseguem entender que ainda podem aprender e continuar aprendendo.

Considerações Finais *O que motiva, então, adultos tardios a procurarem cursos de inclusão digital?* Podemos observar que a motivação é algo muito presente na vida de pessoas que procuram cursos para aprenderem Informática e, desta maneira, incluir-se digitalmente. O mesmo aconteceu na pesquisa relatada. Consta-se que são vários os motivos para aprender, tais como: o desejo de aprender mais ou continuar aprendendo para não serem excluídos, tanto da sociedade como do núcleo familiar por não falarem e entenderem a linguagem das tecnologias; superar as dificuldades e dominar o computador, que para eles é saber ligar, enviar e-mails ou navegar na Internet; melhorar, assim, a relação familiar, intergeracional e realizar-se pessoalmente aumentando a autoestima.

Já a outra ponta, conseguir motivar os adultos tardios para que continuem aprendendo, mesmo diante de suas limitações e preconceitos, deve ser uma preocupação tanto da família como da sociedade.

Mesmo com tantas perdas físicas, psicológicas e sociais, muitos adultos tardios estão altamente motivados a incorporar essas TICs em suas vidas, através de cursos de Informática. Contudo, constatamos também que, para aqueles que fizeram o curso, o desafio estava na incorporação dessas tecnologias a seus processos de aprendizagem, o que oportunizou a participação ativa em diversas atividades, que exigiam investimentos intelectuais, mas também emocionais e mesmo físicos, tentando não simplesmente desenvolver habilidades, mas realmente ter atitudes proativas, em que cada qual, de sua forma e em seu ritmo, em um processo contínuo, conseguiu aprender sem (muitos) erros, salientando a si mesmo que tem condições de aprendizagem ao longo da vida, possibilitando uma melhora da sua qualidade de vida, e posteriormente atingindo beneficentemente sua família, como relataram, e possivelmente a sociedade como um todo.

*Quais os interesses, as necessidades e as dificuldades dos sujeitos na aprendizagem e para a inclusão digital?* Pode-se perceber que a maioria dos adultos tardios possui interesses, necessidades e dificuldades até consideradas como comuns, em relação à aprendizagem digital. Através de suas respostas, tanto nas aulas como em suas performances, observou-se que os seus maiores interesses e necessidades são: continuar participando da sociedade e poder romper algumas das ‘barreiras’ que eles encontravam no caminho, sendo o

maior desafio continuar gestores e protagonistas de suas próprias vidas, sem precisar de (tanto) auxílio ou ficar na dependência de terceiros, pois eles não queriam ‘incomodar e acomodar-se’.

Constatou-se, também, que salientam a importância de saber mais sobre Informática, e tentar navegar sozinhos na Internet tem a conotação de ir além das fronteiras, sair do local e conhecer e participar do mundo global, incluindo-se, assim, em uma nova sociedade de conhecimento.

Houve dificuldades, e existem muitas mais a serem vencidas, pois chegaram ao curso pensando que o computador era uma espécie de “bicho-papão”, era um enigma manuseá-lo. Porém, a cada aula, isso ia sendo desmistificado e foi mesmo desconstruída essa visão que eles tinham.

Uma das principais dificuldades foi em relação à sua memória. Porém, ao longo do curso, eles foram sendo bem orientados a fazer a repetição dos exercícios aprendidos em aula quando chegassem a casa, o que auxiliou a memorizarem os comandos para acessar o computador. Outras dificuldades foram: os ícones são muito pequenos; tinham alguma falta de coordenação motora para utilizar o *mouse*; pressionavam o teclado com muita força; janelas que estavam abertas simultaneamente dificultavam.

Novamente salientamos que a parcimoniosa monitoria os ensinou como configurar os ícones para ficar do tamanho desejado; como manusear o *mouse* de forma mais produtiva; como voltar à janela que queriam.

Os adultos tardios que fizeram o curso sabem bem que um único curso não vai atender suas demandas, que eles necessitam aprender a lidar com o computador e a navegar na *Internet* mais vezes, que precisam procurar mais informações para saberem onde acontecem outros cursos com o mesmo enfoque.

*Qual o significado da inclusão digital ao final de um curso voltado para idosos?* Observou-se que muitos idosos que chegam para fazer o curso têm uma visão talvez não tão positiva em relação a si mesmos, de certa forma relacionada às suas experiências de vida anteriores, possivelmente com menos elementos saudáveis de conhecimento de níveis reais e saudáveis de autoconceito, de autoimagem e autoestima, bem como relações interpessoais mais salutaras.

Entendemos ser possível que cursos de Inclusão Digital, voltados para esse público, realizados com esse tipo de estratégia sem erros, de modo criativo e atrativo, proporcionam possibilidades para que construam seu próprio aprendizado, desenvolvendo mais iniciativa, autonomia e aprendendo de forma mais construtiva.

Pode-se dizer que, através desta pesquisa, foi possível confirmar que existe a necessidade de maiores investimentos confirmou-se que, deve-se ter a preocupação de investir mais fortemente na Educação desses adultos tardios, quer dentro das diversas oportunidades em instituições de ensino superior, que foi o caso presente, quer em cursos formais ou não, com as mais variadas tecnologias e com possibilidades de produzir aprendizagens significativas, com valores éticos e concretos para suas vidas, de forma positiva, dentro de climas alegres e descontraídos de convivência e de valorização da pessoa, cada qual com sua história, sabedoria e modo peculiar de aprender e desenvolver-se continuamente.

Encerrando, cabe ressaltar que não podemos mais permanecer “neutros”, uma vez que, em um mundo tão conturbado, desafiador e competitivo, temos mesmo a obrigação de cuidar e motivar nossos adultos tardios, até porque todos chegaremos a este estágio de vida daqui a bem pouco tempo, para que suas aprendizagens sejam sempre florescentes e, assim, continuem dando frutos ao longo da vida.

## Referências

ARAÚJO, V.M.R.H. Miséria informacional: o paradoxo da subinformação e superinformação. *Inteligência Empresarial*, n. 7, abr. 2001.

ASSMANN, H. *Redes digitais e metamorfose do aprender*. Petrópolis: Vozes, 2005.

ASSMANN, H. *Reencantar a educação: rumo à sociedade aprendente*. Petrópolis: Vozes, 1998.

BORGES, M.A.G. A compreensão da sociedade da informação. *Ciência da Informação*, v. 29, n. 3, 2000. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0100-19652000000300003](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-19652000000300003)> Acessado em: 30 mai. 2011.

CLAXTON, G. *O desafio de aprender ao longo da vida*. Porto Alegre: Artmed, 2005.

EIZIRIK, M.F. É preciso inventar a inclusão. In: PELLANDA, N.M.C. et al. *Inclusão digital: tecendo redes afetivas/cognitivas*. Rio

de Janeiro: DP&A, 2005.

GOULART, D. *Aprendizagem sem erro em idosos nas oficinas de inclusão digital*. Porto Alegre: PUCRS, 2011. Tese (Doutorado em gerontologia Biomédica), Instituto de Geriatria e Gerontologia, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, 2011.

KACHAR, V. *Terceira Idade e informática: aprender revelando potencialidades*. São Paulo: Cortez, 2003.

KNECHTEL, M.R. *Educação Permanente: reunificação alemã e reflexões e práticas no Brasil*. Curitiba: UFPR, 1994.

LÉVY, P. *Cibercultura*. 4. ed. São Paulo: Editora 34, 2003.

LÉVY, P. *O que é o virtual?* São Paulo: Editora 34, 1996.

MORIN, E. *Os sete saberes necessários à educação do futuro*. São Paulo: Cortez, 2001.

MOSQUERA, J.J.M. A Educação no Terceiro Milênio. *Educação*, Porto Alegre, Ano XXVI, Especial, p. 43-58, 2003.

MOSQUERA, J.J.M. Adulto, desenvolvimento físico e educação. *Veritas*, Porto Alegre, v. 31, n. 123, p. 357-63, 1986.

MOSQUERA, J.J.M. Análise crítica da educação de adultos através de características psicossociais do seu desenvolvimento. *Educação*, Porto Alegre, Ano VIII, n. 9, p. 17-32, 1985.

MOSQUERA, J.J.M. Pessoa Idosa; problema ou esperança? *Veritas*, Porto Alegre, v. 38, n. 149, p. 113-31, 1993.

OSÓRIO, A.R. *Educação Permanente e Educação de Adultos*. Lisboa: Instituto Piaget, 2003.

PAPALIA, D.E.; OLDS, S.W. *Desenvolvimento Humano*. 7. ed. Porto Alegre: Artes Médicas Sul, 2000.

PEIXOTO, C.E.; CLAVAIROLLE, F. *Envelhecimento, políticas sociais e*

*novas tecnologias*. Rio de Janeiro: FGV, 2005.

STOBÄUS, C.D.; GIRAFFA, L.M.M. Análise crítica da utilização do computador na escola. *Educação*, Porto Alegre, ano XVII, n. 26, p. 143-51, 1994.

VANZO, E.T. *Você@digital*: esteja pronto para a revolução da informação. São Paulo: Infinito, 2000.

VYGOTSKY, L.S. *Pensamento e Linguagem*. São Paulo: Martins Fontes, 1993.

XIBERRAS, M. *As teorias da exclusão*: para uma construção do imaginário do desvio. Lisboa: Instituto Piaget, 1993.

## CAPÍTULO 9

---

### MOTIVOS E APRENDIZAGEM NA ADULTEZ

---

*Denise Dalpiaz Antunes  
Bettina Steren dos Santos*

Muito embora a representação social de escola venha sendo concebida de maneiras adversas, a relação de ensino e de aprendizagem para muitas pessoas perpassa os motivos para uma vida mais digna e humana, embasada no respeito, na qualidade de vida e na autonomia, principalmente, quando se fala em indivíduos na vida adulta. A grande maioria de adultos que não tiveram possibilidades de aprendizagem em tempos regulares busca a sua independência a partir de novas oportunidades frequentando a escola.

Em cada ser humano, suas distintas características, intencionalidades, motivações e ações podem identificar especificamente a fase da vida em que se encontram, mesmo porque são diferentes as idades que o revelam. Podem ser biológica, cronológica e/ou funcional, dependendo da visão de quem analisa.

De acordo com Mosquera (1982), as três fases da vida adulta são: adultez jovem, adultez média e adultez velha. E, dentro dessas três divisões e concepções de vida adulta, outras subcategorias se apresentam cronologicamente. Desde já, salienta-se que as idades cronológicas elencadas nas categorizações, aqui apontadas, podem diversificar conforme o contexto social, cultural ou mesmo econômico. Além disso, as novas pesquisas socioculturais apontam para um prolongamento das idades limítrofes em cada fase, de acordo com os novos entendimentos e concepções de amadurecimento e distanciamento do seio familiar.

Sabe-se também que os estudos que dizem respeito à vida adulta e aos aspectos que ela configura, mesmo que recentes, vêm sendo pautas de pesquisas científicas em distintas especialidades, especialmente nas áreas da saúde, da educação, entre outras. Seguramente as descobertas na área da saúde, no que diz respeito à longevidade, contribuem para os benefícios e melhorias das condições de vida das pessoas adultas.

A educação, como um processo no desenvolvimento humano ao longo de toda a vida, deve respeitar as características de cada ser humano em seu processo de aprendizagem e de ensino. A própria Conferência Mundial

de Educação para Todos (1990) realizada na Cidade de Jomtein, Tailândia, a qual resultou em compromissos mundiais para garantir a todas as pessoas os conhecimentos básicos para uma vida digna, conclui acerca da realidade educativa para cada indivíduo que a educação deve atender as necessidades de aprendizagem de crianças e jovens e também dos adultos. Portanto, o caminho a ser percorrido ainda é longo, e estudos nessas áreas são de extrema importância para a qualidade de vida da sociedade atual e futura.

## **A Motivação humana**

Muitos são os estudos que buscam caracterizar e definir a motivação, pois ela é considerada um fenômeno pessoal, internalizado, constituído de motivos e metas pessoais que se edificam nas inter-relações. É o que movimenta o indivíduo. Ora, o processo motivacional é cognitivo, mesmo que por vezes inconsciente.

Segundo Tapia e Fita (1999), a motivação é um conjunto de variáveis que ativam a conduta do ser humano e o orientam em determinado sentido para poder alcançar um objetivo. Já Huertas (2001, p. 54) enfatiza: “motivação humana deve entender-se como um processo de ativação e orientação da ação”. Trata-se de um conjunto de padrões de ação que ativam o indivíduo a executar determinadas metas (querer aprender), com sua carga emocional, as quais se instauram na própria cultura do sujeito (HUERTAS, 2001).

Santos e Antunes (2007, p. 155-6) ressaltam que a motivação:

É um processo que cada ser humano apreende de formas distintas, em virtude de suas relações interpessoais e intrapessoais. Desde a infância, as interações com outros seres humanos irão contribuir, mas não de forma determinista, a internalização dos motivos intrínsecos do indivíduo em sua diversidade, a menos que novos motivos extrínsecos possam revelar-se em renovados processos motivacionais internalizados.

Mesmo assim, não é fácil definir a motivação, conforme alerta Huertas (2001), pelas tantas características e subjetividades que possui cada indivíduo, como pela interferência do social em cada cultura, como também pela faixa etária que o indivíduo se encontrar e seu provável amadurecimento psicológico.

Undurraga (2004, p. 109) esclarece sobre as funções gerais da motivação em relação à aprendizagem. Para a autora, a motivação exerce um



efeito sobre o rendimento do indivíduo, destacando os aspectos cognitivos da conduta motivada e as origens das metas de conduta.

Além disso, a motivação em aprender e em permanecer na escola está ligada não somente aos desejos intrínsecos de aprendizagem e ensino construídos até então, mas também às aprendizagens construídas na infância e às motivações em cada fase da vida.

Huertas (2001) declara que a grande maioria das atividades e das ações cotidianas que são executas pelas pessoas não são motivadoras, sejam elas de cunho escolar educativo ou em situações rotineiras de aprendizagens de vida. Portanto, o desejo de aprender dos alunos adultos deve estar relacionado com suas motivações intrínsecas estabelecidas desde a infância em seus contextos familiar e social, bem como com suas necessidades e perspectivas de futuro.

### **A aprendizagem na vida adulta**

Atender a diversidade que revela cada campo educacional é uma das grandes questões que envolvem o ensino e a aprendizagem em qualquer instância educativa, sejam nas particularidades dos alunos que estão inseridos no contexto educativo ou pela distinta realidade sociocultural dos mesmos.

As diversificadas faixas etárias em que se apresentam os educandos é fator fundamental para um ensino motivador. A cada pessoa deve ser proporcionada uma aprendizagem significativa, no sentido de atender seu potencial e suas necessidades, levando em conta o processo cognitivo e o desenvolvimento psicológico e biológico – no caso específico deste estudo: os adultos.

Santos e Antunes (2007, p. 156) advertem que:

Cada ser humano revela-se em distintas internalizações e subjetividades, que o caracterizam e o identificam com exclusividade. Seja pelos processos motivacionais vivenciados por cada indivíduo, nos diferentes contextos sociais e culturais, ou pelas características individuais de cada um, o ser humano constitui-se na diversidade.

O processo de desenvolvimento humano, fenômeno que acontece ao longo da vida, constitui-se de desafios diários. Existe desde o nascimento e prolonga-se até a morte e abarca configurações de novas aprendizagens a cada momento diferenciado de vivência pessoal. Tendo essas aprendizagens

funções vitais, são distintas e diversificadas: cada ser internaliza suas aprendizagens de acordo com suas motivações e suas intenções.

O indivíduo adulto, a cada nova aprendizagem, também desenvolve novas capacidades pessoais. A educação na adultez gera impacto na personalidade. Alunos adultos são protagonistas de histórias reais e com ricas experiências, são homens e mulheres que chegam à escola com crenças e valores já constituídos cultural e socialmente.

Para Undurraga (2004, p. 25),

[...] os adultos têm numerosas experiências de vida que estruturam e limitam as novas aprendizagens, as quais se focalizam em estender os significados, valores, habilidades e estratégias adquiridas previamente.

Nesse sentido, o papel social, que ajuda a edificar o aprender ao longo da vida através das inter-relações, está diretamente ligado aos motivos e metas sociais que se instauram na cultura em que o sujeito está inserido e atuante. Afirma-se que a aprendizagem precisa estar ligada às motivações intrínsecas de cada aluno.

Claxton (2005, p. 16) salienta que:

Nós, seres humanos, temos o mais longo aprendizado de todas as criaturas, porque chegamos ao mundo com a competência para – e a necessidade de – moldar nossas próprias mentes e hábitos a fim de ajustá-los aos contornos deste mundo em que nos encontramos.

A própria educação institucional pode revelar um verdadeiro sentido à existencialidade, através de aprendizagens e interações efetivas que representem significados oportunos e concretos à vida pessoal. E, pelas ímpares relações interpessoais que esse meio educativo social pode propor, encontram-se pontos estratégicos de conflito necessário ao crescimento pessoal – e, se possível, amadurecimento psicológico.

Essa representação social de inter-relações só poderá acontecer se as práticas pedagógicas forem adequadas ao auxílio dos alunos adultos a um processo de desenvolvimento humano sadio.

Mosquera e Stobäus (1984, p. 7) declaram que

[...] a educação sempre está presente, de uma maneira ou de outra, no sentido de melhoria da vida dos homens, para dar-lhes significado e propiciar, ao mesmo momento, o mais adequado desenvolvimento das suas sociedades, culturas e personalidades.

Pensar em aprendizagem na adultez pressupõe que o desenvolvimento humano continue a se estabelecer em qualquer etapa de vida. Pressupõe também que o aprendizado é resultado das muitas interações que o ser humano estabelece socialmente ao longo de sua existência. E a escola é um lugar privilegiado, no qual essas relações podem ser efetivamente constituídas.

## **O aluno adulto**

Pelas vivências pessoais de cada aluno, revelam-se trajetórias singulares em cada subjetividade do ser humano que permanece em desenvolvimento por toda uma vida. “O ser humano é essencialmente subjetivo, a criação da sua vivência o leva a entender que cada um dos aspectos que ele elabora e cria tem muito mais um fundo que leva à procura de um significado [...]” (MOSQUERA, 1982, p. 98).

Ora, o aluno adulto e seus processos de ensino e de aprendizagem apresentam características próprias, sejam elas representadas pelas vivências pessoais, familiares, culturais e/ou educativas, ou pela significação social de suas construções e subjetividades pessoais e intencionalidades educativas.

Muito embora os adultos aqui apresentados, com suas motivações à educação institucionalizada, estejam entre as fases da adultez média e tardia, de acordo com a classificação etária, torna-se oportuna a caracterização de todas as fases – de acordo com Mosquera (1982), e outros teóricos, principalmente pelo entendimento de que as fases na vida não são estanques a cada data ou faixa etária específica, mas as características se entrelaçam na medida em que o desenvolvimento acontece pelo amadurecimento de cada indivíduo.

Assim, conforme a divisão de Mosquera (1987) e as descrições para essas subdivisões, a adultez jovem se configura em fase inicial denominada adultez jovem inicial, com idade aproximada entre 20 e 25 anos. Em seguida, a adultez jovem plena que compreende relativamente de 25 a 35 anos, e por fim a adultez jovem final, abrangendo dos 35 aos 40 anos de idade, ressaltando Mosquera (1982) que todas essas divisões de faixa etária devem acontecer de acordo com o contexto social em que a pessoa estiver inserida.

Já na adultez média, as subdivisões vão da adultez média inicial na faixa etária dos 40 aos 50 anos; a fase seguinte dos 50 aos 60 é nomeada de adultez média plena; e a última divisão da idade adulta média refere-se à adultez média final, aproximadamente, dos 60 a 65 anos de idade cronológica.

A subdivisão da adultez tardia é estabelecida da seguinte forma:

adultez tardia inicial, seguida da adultez tardia plena e, por último, adultez tardia final. Com as respectivas idades cronológicas de 65 a 70, depois de 70 a 75 anos e, por fim, aproximadamente, dos 75 anos, cronologicamente estabelecido até a morte. A não linearidade das divisões revela as diversidades e subjetividades humanas, seja pela forma como a maturação e o consequente desenvolvimento psicológico acontecem, como pelas responsabilidades, realidades sociais, resultados das inter-relações e consequente intrarrelações.

No que se refere ao adulto jovem, suas características físicas e pessoais, Mosquera (1987, p. 80) esclarece que há nessa fase da vida:

[...] uma grande vitalidade e uma valorização da individualidade. O adulto jovem está dotado dos mais fortes impulsos, os quais se manifestam, tanto pela impulsividade como pelo emprego vivo de suas forças. Seu estado de espírito frente à vida alcançou, por regra geral, um elevado nível. A alegria de viver e o prazer da existência lhe fornecem perspectivas.

Na segunda fase da vida adulta, adultez média, em que provavelmente o homem tenha alcançado seus objetivos particulares de família constituída, de empregabilidade e de moradia, outras percepções acerca da vida lhe revelam a temporalidade humana. Assim, para o adulto médio, segundo Mosquera (1987, p. 96),

[...] parece existir, predominantemente, uma tendência à extroversão, isto é, uma visualização para o mundo exterior. O adulto médio se sente possuído pelo afã de produção e por interesses objetivos, deseja ser eficaz e ter êxito. Provavelmente para dar mais firmeza e conteúdo à segurança da sua própria pessoa.

Finalmente, ao caracterizar brevemente as fases da vida adulta, aponta-se a terceira fase, a adultez tardia. Nesse período existencial, ainda perpassam desejos de realizações que a cultura social acaba por derrubar com gestos de intolerâncias. Fase existencial em que acontecem momentos de transformações muito significativas no que se refere ao exterior de cada pessoa e às suas possibilidades físicas de realização. Consequentemente, as suas construções internas vêm à tona em complexidades e entendimentos, refletindo-se em significados particulares de toda uma vida.

## As vivências e os motivos pessoais

A seguir, apresenta-se um recorte das entrevistas dos alunos que fizeram parte do estudo e que revelam suas experiências pessoais educativas, sejam elas familiares, sociais ou escolares.

Ficam estabelecidas as seguintes abreviaturas: Sa – aluno a, Sb – aluno b, Sc – aluno c, Sd – aluno d.

Torna-se oportuno mencionar a importância de apresentar as falas pela maneira direta com que os entrevistados trouxeram à tona suas vivências, suas verdades, sonhos e expectativas de aprendizagens em sua fase de vida, por isso procurou-se manter a redação contida originalmente nas entrevistas dos alunos. Moraes (1999, p. 11) ratifica que: “os valores e a linguagem natural do entrevistado e do pesquisador, bem como a linguagem cultural e os seus significados, exercem uma influência sobre os dados da qual o pesquisador não pode fugir”.

### Sujeito A (Sa)

Aluna com 63 anos de idade, antes da EJA, tinha frequentado por pouco tempo a escola, em outra cidade por ela citada na entrevista. Suas palavras apontam as vivências pessoais e as relações com a escolarização. Percebe-se, pelos relatos do sujeito A, que a intenção primeira de frequentar a escola foi tolhida pelas dificuldades econômicas enfrentadas pela família, e depois, quando pessoa adulta, a exclusão ao ensino aconteceu pelo modelo sociopatriarcal.

**Sa** – É frequentei até... eu tinha 14 anos, lá na minha terra – A mãe trabalhava com [...] família, e eu ficava em casa, estudava à tarde e de manhã ficava em casa, e as minha duas irmãs. Aí depois eu vim pro Rio de Janeiro com a mãe. Era combinado que era pra me botá à tarde pra estudá e de manhã eu cuidava do gurizinho, eu limpava cozinha e cuidava da criança, [...] aquilo me foi incomodando e aí eu falei prá minha irmã que então eu não ia fica mais lá, que ela não arranjava nunca colégio prá mim estudá, como ela tinha combinado com a minha mãe e eu queria estudá. Mas comecei a trabalhá. Aí não cheguei mais voltá à escola, porque não tinha tempo! Trabalhá pra pagá [...], onde a gente morava. Depois conheci meu marido, e era aqueles home de antigamente de mandá, não gostava que a mulher fizesse isso, aquilo. Também não me deixô estudá. Aí veio filho, pronto. Depois eu perdi ele... E

aí como agora como tão tudo já adiantado, têm dois casado e um solteiro que mora comigo. E aí eu disse assim: agora eu vou estuda! Né? Se eu não pude na minha infância. Eu disse: agora eu vou estudá! Que agora tenho tempo, faço meu serviço e... à noite eu voltei agora prá cá.

### **Sujeito B (Sb)**

Aluna, com 53 anos de idade, vem frequentando a EJA há onze anos e revelou durante a entrevista seu desejo de aprender a ler e a escrever. Em suas palavras, suas vivências familiares e sociais que parecem ter determinado as oportunidades de aprendizado, bem como o desejo de aprender a ler em busca do sentimento próprio de independência, esse alicerçado à educação.

**Sb** – Quando eu era criança, eu nunca estudei. A senhora perto da minha casa [...] me convidou, ela disse que tinha vaga aqui, mas eu não sabia [...]. Mas, eu achei que... mas eu não vô ir, por causa que eu vou estudá... Eu velha? Desse jeito? No meio das criança? Ela disse não, não é no meio das crianças. É todo mundo do teu jeito, assim da tua idade. Daí, eu vim! Sim, foi vontade minha, pra aprendê um pouquinho, né, porque agora já aprendi. Não sabia nada mesmo. Porque eu acho que eu também não aprendia muito porque [...] a gente que se criou lá pra fora, sabe. A gente não teve estudo, se criou lá no meio do mato, [...] não tinha nem placa pra lê... Daí não tinha pessoa pra gente conviver. Agora aqui é tudo deferente, né. Já Aprendi muita coisa aqui! Eu não sabia fazê o meu nome, agora já sei. Já sei lê um pouquinho. Pouquinho, né, eu já acho bom, porque já melhorei bastante. Pra saí sozinha, agora eu saio. De primeiro eu não podia saí, porque não sabia o nome dos ônibus, agora já sei. [...] já aprendi bastante.

### **Sujeito C (Sc)**

Aluna, com 59 anos de idade, frequenta a EJA no intuito de alcançar o diferencial que a escolarização, segundo ela, pode proporcionar. As suas concepções de educação são reveladas durante a entrevista, supondo-se que a educação esteve e está em primeiro lugar no que concerne às necessidades de autossuficiência. Em suas palavras, os relatos:

**Sc** – A gente morava pra fora e meu pai disse que filha mulher não precisava aprender a lê. Naquele tempo sabe?... E eu não tive oportunidade. [...] depois eu fui trabalhar em casa de família e eu pedia pra minhas patroa prá deixar eu estudar, aí elas não queriam ficar sozinhas e me tirava do colégio. Então era aquele entra

e sai, e eu não conseguia aprender. Aí depois que eu criei meu filho, agora eu vim aprender a lê. Agora eu não tô, cuidando da casa, e pra mim aprender um pouco, que aqui é perto, não depende de ônibus. Tem todas as vantagens. É importante para a gente aprender a ler. Me faz muita falta, e me faz falta, toda vida me fez falta, aprendê a lê. Qué assinar um documento, prá serviço, eu tinha que pedir pras pessoas preencher ficha prá mim. Ah! Foi sempre muito difícil.

### **Sujeito D (Sd)**

A aluna aqui enfocada tem 50 anos de idade e parece trazer da infância os valores sociais apontados à educação, revelando que quem tem mais estudo, em sua concepção, pode ter mais poder. Contudo, as primeiras aprendizagens parece que ficaram solidificadas em seus saberes, ao descrever o que veio buscar na EJA, mesmo com as dificuldades encontradas para o ensino pela pessoa que procurou ensinar a escrita do nome de cada aluno.

**Sd** – Nunca tinha estudado, comecei aqui. [...] Quando a gente tava com dezesseis anos [...], meu pai contratou uma moça, que tinha mais estudo... Não tinha nem a quinta série! Aí essa moça vinha a cavalo e dava aula no galpão. Aí juntemos [...] as pessoas dos outros empregados, e ele agarrou e contratou uma moça. Então ela ensinava! Só lê! Que não tinha onde escrevê. E aí no caderno ela passava o nome da gente, intê pra gente completá, e a gente aprendeu o nome e lê! Eu escrevo tudo errado, tudo ao contrário. Lê eu lia, leio bem. Eu tô sempre com coisa nova. O principal é ler e escrever, que eu acho! Pra quando chegar a minha velhice lê meu jornal, me aposentá e lê meu jornal, bem contente. Sabê escrevê, mandá alguma coisa. Não escrevê errado. É só! O que eu queria eu já realizei: era tê meu cantinho. Só estudá e vou tirá uma carteira de motorista até o fim do ano. Não desisto fácil, não desisto de nada!

A partir dessas falas, ficam evidenciadas as vivências pessoais, profissionais e sociais, bem como as motivações ao ensino e à aprendizagem desses alunos adultos, demonstrando-se a diversidade que caracteriza qualquer espaço educativo institucionalizado. A complexidade de contextos socioculturais enriquece as possibilidades de ensino e de aprendizados para todos os envolvidos no processo.

Ocaña e Jiménez (2006, p. 25) afirmam que “a aceitação da diversidade deve ser o ponto de partida para o início de processos de ensino e de aprendizagem válidos”. Para tanto, aceitar a subjetividade e partir das singularidades de cada educando para a construção de uma prática educativa motivadora, contextualizada e eficiente, em todos os sentidos de intencionalidade, representa a construção de educação integral e digna para todos os seres humanos.

Percebe-se que, em sua maioria, as vivências de cada um estão arraigadas em grande parte por momentos de dificuldades, sejam em relações pessoais que representam a época vivida, pelas situações financeiras que acabam por determinar o tipo de vida de cada pessoa ou pela falta de oportunidade ao ensino.

Acredita-se que o grande ideal da educação deverá estar alicerçado em práticas pedagógicas coerentes com a realidade de cada pessoa. Nesse sentido, Mosquera (1975, p. 22) adverte:

[...] torna-se importante entender que o mundo do educando não radica simplesmente na sala de aula, mas traz expectativas, interesses, desejos e curiosidades, que freqüentemente são diluídos em tarefas rotineiras ou aborrecedoras.

No que diz respeito aos relatos de aprendizagens e expectativas de aprender relacionadas às motivações pessoais de estar na escola e aos motivos pelos quais os alunos procuraram o ensino institucionalizado, parecem representar um modo de alcançar seus objetivos de escolarização, mesmo com diferentes idades cronológicas, na adultez média.

Para que sejam possíveis essas aspirações, é necessário, antes de tudo, motivar o aluno e, acima de tudo, entendê-lo em suas potencialidades, aceitando seus desejos e as intencionalidades de aprendizagem muito próprias de cada um. Todavia, para que cada aluno possa alcançar seus objetivos e projetos de vida, é imprescindível o devido respeito a cada ser humano, e as situações de aprendizagem precisam atender às expectativas que os alunos trazem em sua bagagem, como principal forma de respeito a cada educando.

### **Para pensar...**

A partir das primeiras relações sociais, já desde a infância, irá o indivíduo construir e edificar suas primeiras ideias de educação e de aprendizagens. Algumas pessoas terão a oportunidade de conviver no



seio familiar, outras, em contrapartida, pelas mais diversas circunstâncias econômicas, estruturais, ou mesmo culturais, entre outras, não edificarão seus desejos de aprendizagem do mesmo modo. Fica evidente que cada ser humano, sendo único em suas vivências e épocas de vida, internalizará modelos de ensino de acordo com suas vivências.

Menciona-se que os alunos adultos vivenciam com mais profundidade as situações de acordo com suas experiências de vida, ou seja, pela própria bagagem de conhecimentos adquiridos no dia a dia, portanto essas situações particulares devem servir de base para as novas construções pessoais que as aprendizagens possam apontar.

Entender o adulto, seu desenvolvimento, motivações, características e necessidades de aprendizado representa estar atento as suas situações sociais, as quais lhe são realmente valiosas.

A verdadeira educação deve, sim, proporcionar a construção de valores. Deve-se pensar na possibilidade de uma vida melhor a partir da educação e da convivência com pessoas, colegas e professores, que possam proporcionar trocas fundamentais para a reflexão sobre as suas vivências. Contudo, se a educação não tratar com os alunos a significação de valores na vida e da vida de cada um, não irá representar uma aprendizagem significativa e determinante de novos e possíveis instrumentos para uma diferenciada vida social.

## REFERÊNCIAS

- CLAXTON, G. *O desafio de aprender ao longo da vida*. Porto Alegre: Artmed, 2005.
- HUERTAS, J.A. *Motivación: Querer aprender*. Buenos Aires: Aiqué, 2001.
- MORAES, R. Análise de Conteúdo. *Educação*, PUCRS, Porto Alegre, ano XXII, n. 37, p. 7-32, mar. 1999.
- MOSQUERA, J.J.M. *Psicodinâmica do aprender*. Porto Alegre: Sulina, 1975.
- MOSQUERA, J.J.M. *Vida adulta: personalidade e desenvolvimento*. 3. ed. Porto Alegre: Sulina, 1987.
- MOSQUERA, J.J.M. Vida Adulta: Visão Existencial e Subsídios para Teorização. *Educação*, Porto Alegre, PUCRS, caderno n. 5, p. 94-112, 1982.

MOSQUERA, J.J.M.; STOBÄUS, C.D. *Educação para a saúde: desafio para as sociedades em mudança*. 2. ed. Porto Alegre: Luzzatto, 1984.

OCAÑA, A.M.L.; JIMÉNEZ, M.Z. *A atenção à diversidade na educação de jovens*. Porto Alegre: Artmed, 2006.

PINTO, Á.V. *Sete lições sobre a educação de adultos*. 14. ed. São Paulo: Cortez, 2005.

SANTOS, B.S.; ANTUNES, D.D. Vida Adulta, Processos Motivacionais e Diversidade. *Revista Educação*, PUCRS, ano XXX, n. 61, 2007.

TAPIA, J.A.; FITA, E.C. *A motivação em sala de aula: o que é, como se faz*. São Paulo: Loyola, 1999.

UNDURRAGA, C.I. *Como aprenden los adultos?* Santiago: Universidad Católica de Chile, 2004.

## CAPÍTULO 10

---

### ENVELHECIMENTO E DOCÊNCIA: A BUSCA DO BEM-ESTAR NA CONSTRUÇÃO PESSOAL E PROFISSIONAL

---

*Karina Pacheco Dohms*

*Jamile Zacharias*

*Carla Lettnin*

*Aline Rocha Mendes*

*Juan José Mouriño Mosquera*

*Claus Dieter Stobäus*

Em decorrência do avanço científico e da medicina, observamos que a expectativa de vida tem aumentado, possibilitando um envelhecimento populacional mundial. Por isto, atualmente, o envelhecimento ganha visibilidade, e a adoção de novos comportamentos tem sido tema preocupante de congressos, seminários, políticas públicas, gerando discussões no campo científico e social que visam contribuir para as políticas governamentais.

Nacarato (2000) chama a atenção para a necessidade do sujeito saber envelhecer, por meio de atitudes pessoais que possam favorecer a manutenção da qualidade de vida.

Um envelhecimento ativo, saudável, com êxito e, principalmente, um envelhecimento positivo, são algumas atitudes defendidas por Mosquera e Stobäus (2011).

O envelhecimento é um processo que pode ser entendido levando-se em consideração a idade funcional, que está relacionada a fatores biopsicossociais. Mosquera e Stobäus (2011) afirmam, conjuntamente com as ideias de Lehr, que o envelhecimento inicia com a concepção e dura toda a vida, pois desde que o óvulo é fecundado o embrião começa a envelhecer e este envelhecimento permanece durante todo o desenvolvimento humano.

A vida adulta é a etapa mais importante deste desenvolvimento, visto que vivemos mais tempo nesta etapa do que na infância e na adolescência. Cabezas (1989) ressalta que estudiosos do desenvolvimento humano, percebendo o abandono que tiveram com este grande período do ciclo vital,

ampliaram os estudos nesta área que permanece em desenvolvimento, a fim de suprir o tempo perdido, sendo Erikson considerado o grande pioneiro com estudos sobre a evolução adulta realizados na década de 1950. O autor também aponta que o crescente interesse pela vida adulta se deu nas diferentes esferas da vida política, social, econômica e cultural, e outros mais subjetivos e pessoais.

Cabezas (1989, p. 27) complementa que esses interesses estão ligados “com a evolução, progresso e qualidade de vida dos indivíduos e dos grupos ou sociedades que estes indivíduos pertencem”.

Por se tratar de uma etapa da vida tão relevante, acreditamos ser importante compreender melhor a fase adulta do docente, possibilitando um envelhecimento pessoal e profissional saudável.

### **Ciclos da profissão docente**

No intuito de entender melhor o ciclo de vida profissional docente, Huberman (1995) realizou pesquisas voltadas para o desenvolvimento da carreira do professor. Em seus estudos, o autor distinguiu as fases profissionais que são vivenciadas pelos professores: entrada na carreira; estabilização; diversificação; pôr-se em questão; serenidade; conservantismo; desinvestimento.

Cabe salientar que tais fases não ocorrem, necessariamente, de forma linear e que nem mesmo todas elas são experienciadas pelo professor, pois o desenvolvimento da carreira docente é um processo subjetivo. Assim, alguns educadores podem vivenciar a fase de estabilização mais cedo do que outros, ou podem nunca se estabilizarem, ou ainda, frequentemente, experienciar a fase de exploração, ou podem não passar pela fase de diversificação ou de pôr-se em questão.

A *entrada na carreira*, correspondente aos primeiros anos de ensino, é uma fase de exploração que pode ser fácil ou problemática, sendo marcada pelos estágios de sobrevivência, se houver uma confrontação inicial caracterizada pelo choque com a realidade da sala de aula e pelas dificuldades que se apresentam na ação pedagógica, e/ou de descoberta, se esse início for caracterizado por um entusiasmo inicial, pela satisfação com relação à práxis educativa.

Huberman (1995) explica que esses dois estágios, na maioria das vezes, são experienciados em paralelo, sendo que a descoberta é que possibilita aguentar a sobrevivência. Porém, para alguns professores um dos estágios pode se impor como dominante.

A *estabilização* corresponde ao comprometimento definitivo com a profissão, à identificação com o ser professor, à afirmação perante os colegas com mais experiência, bem como à renúncia de outras possibilidades profissionais. Esta fase é marcada por sentimentos de confiança, de competência e de conforto, ou seja, o professor se sente mais à vontade para enfrentar situações adversas e não se sente pessoalmente responsável por tudo que ocorre com a sua turma.

A *diversificação* é caracterizada pela experimentação, pela inovação, pois, depois de estabilizado, o professor encontra-se mais seguro, motivado e dinâmico. Busca novos estímulos e ideias, sentindo-se em condições de modificar e diversificar sua prática docente, evitando, assim, cair na rotina.

O *pôr-se em questão* diz respeito ao questionamento do docente perante a monotonia, a rotina da sala de aula, ou frente ao desencanto com a profissão, desencadeando uma crise existencial com relação ao prosseguimento na carreira. Assim, o professor faz uma análise da sua vida, pontuando se deve continuar ou não o mesmo percurso. Esta fase, que corresponde ao meio da carreira, pode surgir após a diversificação ou a estabilização, já que alguns professores podem não passar pela fase de diversificação.

A *serenidade* surge, na maioria das vezes, após a fase do questionamento, sendo caracterizada por uma aceitação do eu real e não do eu ideal. Assim, o professor encontra-se menos vulnerável à avaliação do diretor, dos colegas ou dos alunos. Nesta fase, a ambição e o investimento diminuem, enquanto que a serenidade e a confiança aumentam, pois o docente se aceita como é, e não como os outros querem. Também ocorre um distanciamento afetivo com relação aos alunos, muito provavelmente, em decorrência da distância cronológica e de gerações entre docentes e discentes.

O *conservantismo* é marcado pelas lamentações e queixas do professor com relação aos alunos (indisciplinados e desmotivados), ao ensino, à política educacional, entre outros. Esta fase pode aparecer tanto nos docentes mais jovens como nos mais velhos, caracterizando uma resistência às inovações e uma nostalgia do passado. Pode-se chegar a esta fase após a serenidade ou ao pôr-se em questão mais prolongado.

A fase de *desinvestimento* corresponde ao recuo e à interiorização da carreira, pois o professor liberta-se do investimento no trabalho para dedicar mais tempo a si próprio e a uma vida com maior reflexão. Esta fase pode manifestar-se após uma fase de serenidade ou de conservantismo, ou, ainda,

no meio da carreira, se o professor se desiludir com os resultados do seu trabalho ou se suas ambições não forem alcançadas.

Podemos ressaltar que o docente pode vivenciar fases distintas durante sua carreira profissional, podendo experienciar tanto mal-estar (o educador passa a manifestar sintomas físicos e/ou psicológicos negativos, em decorrência de situações adversas que se apresentam na profissão), bem como bem-estar (o educador consegue motivar-se e realizar-se profissionalmente, por meio da superação e otimização das dificuldades da profissão), dependendo da forma como encara as situações que se apresentam no contexto educativo.

Neste sentido, visando uma construção e um envelhecimento, pessoal e profissional, positivo e saudável, acreditamos que o professor pode buscar recursos para investir numa melhoria da sua qualidade de vida, bem como da sua profissão.

### **Buscando bem-estar pessoal e profissional**

Nesse universo de variáveis, que geram inseguranças, incertezas, desgaste e consequente adoecimento, surge a Psicologia Positiva com o intuito de investigar o lado positivo do ser humano. Jesus e Rezende (2009) elucidam que, segundo Compton, a Psicologia Positiva objetiva auxiliar no desenvolvimento de habilidades e competências capazes de driblar as situações desfavoráveis em direção à satisfação pessoal e profissional, dedicando seus estudos, portanto, às emoções positivas, ao bem-estar, à felicidade, à alegria, ao otimismo, à esperança, ao amor, ao perdão, entre outros.

Seligman e Csikszentmihalyi (2000, p. 5) afirmam que “o objetivo da psicologia positiva é começar a catalisar uma mudança no foco da psicologia da única preocupação com o reparo das piores coisas da vida para também construir as qualidades positivas”. Desse modo, os estudos da Psicologia Positiva visam conhecer e pesquisar os traços individuais positivos, buscando investigar as razões pelas quais vale a pena viver, enfatizando a qualidade de vida e o bem-estar.

De acordo com Pais-Ribeiro (2009), o conceito de qualidade de vida (QDV) deve ser analisado sob várias dimensões, pois além de ser subjetivo, varia com o tempo e é pautado na percepção pessoal.

As pesquisas realizadas por este autor sobre a subjetividade do conceito de QDV apontam que esta é definida tanto por especialistas quanto por leigos. A popularização deste conceito acabou por dificultar seu real

significado, tornando-se subjetiva. Nesse sentido, os estudos que pretendiam avaliar a QDV contribuíram também para a abstração do conceito, pois ao invés de ser percebida pelas condições de vida das pessoas, ela era avaliada por aquilo que o próprio indivíduo sentia e percebia acerca de sua vida.

Evidencia-se, também, que na Psicologia da Saúde os especialistas referem-se à QDV inúmeras vezes, sem, entretanto, defini-la, como se, tacitamente, houvesse uma concordância sobre ela. Pais-Ribeiro (2009, p. 33) explica que, segundo Hunt, “além deste consenso de definição, ou seja, todas as pessoas sabem falar sobre ela, observa-se que realmente não há definições e medidas de referência”, concluindo que todas as definições e medidas existentes podem ser consideradas.

Logo, a subjetividade acaba por contribuir para a confusão conceitual. Por vezes, torna-se natural ouvir os conceitos de Saúde e Qualidade de Vida serem utilizados como sinônimos, assim como, também, Qualidade de Vida, Bem-Estar, Saúde e Felicidade, quando referidos para explicar os indicadores de uma boa vida. Pais-Ribeiro (2009) esclarece que o bem-estar é parte integrante da saúde, e a saúde é a variável que melhor explica a QDV.

Também podemos associar o bem-estar e a saúde com a satisfação na docência, visto que o sucesso profissional está ligado ao alcance de metas pessoais que contribuem para a QDV geral do sujeito.

Jesus e Rezende (2009, p. 17) explicam que o bem-estar é “o resultado da orientação geral positiva do sujeito para os acontecimentos de vida” e está relacionado a outro conceito mais amplo, o de bem-estar subjetivo.

Diener (2000, p. 34) explicita que o bem-estar subjetivo (BES), oriundo dos estudos da Psicologia Positiva, se traduz como a avaliação afetiva e cognitiva que as pessoas fazem das suas vidas, ou seja, as pessoas conhecem BES quando “elas sentem muitas emoções positivas e poucas negativas, quando elas estão engajadas em atividades interessantes, quando elas experimentam muitos prazeres e poucas dores, e quando elas estão satisfeitas com suas vidas”.

Dentro desta perspectiva em que o sujeito é proativo, acreditamos que o próprio educador pode investir na busca de seu bem-estar pessoal e profissional, valendo-se, para tanto, de alguns elementos e estratégias que possibilitem o cuidado de si.

Jesus (2007, p. 26-27) considera que o bem-estar docente pode ser interpretado pela “motivação e realização do professor, em virtude do conjunto de competências (resiliência) e de estratégias (*coping*) que

este desenvolve para conseguir fazer frente às exigências e dificuldades profissionais, superando-as e otimizando o seu próprio funcionamento”.

De acordo com Grotberg (2003, p. 20), a resiliência pode ser definida como a “capacidade humana para enfrentar, sobrepor-se e ser fortalecido ou transformado por experiências de adversidade”, sendo reconhecida como um subsídio para a promoção da saúde mental e emocional, contribuindo, portanto, para a constituição da qualidade de vida.

Já o conceito de *coping*, segundo Pais-Ribeiro e Santos (2001), é orientado para o processo, ou seja, refere-se ao que as pessoas pensam ou fazem em situações específicas e não ao que as pessoas fazem normalmente, não sendo um traço de personalidade estável, que pode ser aplicado em situações de vida de um modo geral, mas sim como um processo que implica dinâmicas e mudanças em função de avaliações e reavaliações contínuas das relações entre o indivíduo e o meio.

Assim, a resiliência pode ser compreendida como a capacidade de superação das adversidades de forma positiva, enquanto que as estratégias de *coping* são as ações utilizadas para conseguir superar estas adversidades. Desse modo, as estratégias de *coping* podem contribuir para o desenvolvimento da resiliência no sujeito, ou seja, estes dois mecanismos podem estar relacionados durante o enfrentamento das dificuldades surgidas na vida das pessoas.

Entendemos, ainda, que a resiliência vem sendo considerada como um processo singular de construção do ser humano, que ocorre durante toda a vida, podendo ser estimulada pelo meio social e cultural em que o sujeito está inserido. Dentro dessa perspectiva, a resiliência pode e deve ser estimulada e desenvolvida no meio educacional.

Tavares (2001) ressalta que se faz necessário e urgente implementar e desenvolver, durante a formação de alunos e professores, estruturas, processos e atitudes que os auxiliem a ser mais resilientes, para que possam contribuir ativamente com a sociedade.

Neste sentido, a resiliência apresenta-se como um elemento essencial para a construção e o desenvolvimento do bem-estar do professor, já que promove sua saúde mental e emocional.

Serve, ainda, como estratégia perante os momentos difíceis que possam surgir durante sua práxis educativa, conforme afirma Sousa (2006, p. 12):

A educação para a resiliência se assume como uma importante área do conhecimento, uma vez



que permite implementar e consolidar capacidades intrínsecas que poderão contribuir para a superação de dificuldades inerentes ao acto educativo, pontuado pelo irrepetível e imprevisível.

Desse modo, os autores constataam que investindo na resiliência do professor a escola estará fomentando o êxito escolar e social dos alunos. Nesse sentido, pensamos que esta estratégia resultará em uma consequente promoção do bem-estar pessoal e profissional do educador, melhorando sua qualidade de vida.

Outro elemento importante vinculado ao bem-estar docente é a afetividade. Entendemos que na educação ela é extremamente importante, pois as relações entre os atores da escola têm como base o encontro de emoções e afetividades diversas de seres humanos em diferentes etapas do desenvolvimento da vida. Compreendemos, também, que os docentes que sabem trabalhar com a sua afetividade e a de seus alunos experimentam um grau de satisfação maior do que aqueles que negam ou têm dificuldade de lidar com seus sentimentos.

Mosquera e Stobäus (2006, p. 130) destacam que:

A afetividade, expressada pelos sentimentos, reflete as relações das pessoas, e é essencial para a atividade vital no mundo circundante. Pelas modificações dos sentimentos e sua expressão comportamental, podemos analisar a mudança de atitude do ser humano frente às circunstâncias mutáveis ou estáticas de sua vida, em determinados contextos de tempo ou espaço.

Para que os docentes possam compreender seu estado emocional, precisam aprender a avaliar e trabalhar com suas próprias emoções e as emoções de seus educandos e colegas. Nesse sentido, o docente que nega a afetividade, encarando-a como antiprofissional, só aumenta as tensões e conflitos em sala de aula, transformando-a em um espaço hostil e pouco acolhedor.

Mosquera e Stobäus (2008) ressaltam, ainda, que o professor precisa estar educado para a afetividade, visto que tratamos com as diversidades em nosso cotidiano escolar e precisamos ter respeito e abertura para compreensão do outro, e noção do inacabamento da condição humana, portanto melhorar as relações intra e interpessoais é investir na saúde pessoal e social.

Sabe-se que as emoções são classificadas de acordo com o contexto em que são estudadas, conforme explica Casassus (2009, p. 88):

A biologia, a bioquímica e a neurologia dão conta, com maior precisão, dos estados emocionais básicos e da maneira de “encarar”, no sentido de ‘embodiment’, os estados emocionais do corpo. A psicologia, por sua vez, encarregou-se da vivência emocional, da influência das emoções na história pessoal e na formação da personalidade, entre outras grandes áreas temáticas. A sociologia se preocupou, de um lado, com os aspectos das emoções que têm a ver com as relações, tanto entre as pessoas como destas com os ambientes; de outro lado, com os aspectos ligados à socialização e à cultura.

Para podermos explanar mais sobre as questões emocionais intrínsecas ao educador contemporâneo, inicialmente, é preciso compreender estes conceitos, vindos de diversas áreas do conhecimento, pois os mesmos detêm a complexidade das habilidades necessárias para a inteligência emocional.

Somos seres emocionais, não sendo possível separar a razão da emoção, logo também não podemos quando falamos de educação. Mesmo que, muitas vezes, busquemos decidir apenas baseando-nos na razão, ela, por sua vez, não pode ser descontextualizada do que sentimos ou das experiências vivenciadas.

Nas pesquisas de Sastre e Moreno, de acordo com Arantes (2003, p. 132), encontramos que o racional ou pensamento lógico é a questão em que a escola foca sua atenção, enquanto que o emocional é algo privado e pessoal, que não deve ser considerado por este contexto:

O terreno das emoções, ao contrário, é um território que não deve ser pisado pela educação formal, já que pertence ao domínio do particular, do íntimo, do pessoal e do cotidiano, e encontra-se no polo oposto do público, do científico e do racional.

Quando tomamos consciência dos sentimentos e os sentimos, nos tornamos mais competentes na tomada de decisões, tanto de caráter pessoal quanto de caráter profissional. Se não possuímos esta habilidade, tendemos, segundo Casassus (2009), a fingir os sentimentos, uma vez que os mesmos não possuem definição exata para ser reconhecido. Distanciando-se dos sentimentos e do que suas sensações provocam em nosso consciente e inconsciente, a pessoa, em geral, e mais ainda o educador, cujas reações são acompanhadas pelo seu alunado, cria uma apatia em relação ao mundo que o cerca e o influencia.

Em Casassus (2009, p. 206) encontramos a seguinte afirmação:

[...] a prática docente é uma prática tanto cognitiva como emocional. Como seres humanos, os professores estão sempre sob influência das emoções. Quando dão aula, eles sentem simultaneamente uma mistura de emoções, muitas vezes contraditórias. Por exemplo, estão entusiasmados, aborrecidos, tristes, angustiados e tudo isso ao mesmo tempo.

Esta é apenas uma das inúmeras competências relacionadas à profissão de educador. Saber controlar o que sente não é tarefa fácil para nenhum profissional ou pessoa, ter a competência de lidar consigo e com o outro exige um ser racional e emocionalmente capaz de compreender o sentido da sua própria vivência. Um sujeito que se torna insensível ou distanciado de seus sentimentos e sonhos pode se tornar um sujeito doente por perder o prazer no cotidiano escolar.

Mosquera (1978) bem apontava para outra questão relacionada ao afastamento que também pode causar desprazer, e está relacionada à formação e à prática do professor. Quanto a isto, ressalta a necessidade da adaptação entre a formação inicial docente e a realidade na qual desenvolve sua ação pedagógica, pois o mesmo terá maior possibilidade de permanecer na carreira e envelhecer de forma saudável se souber lidar com as insatisfações e sonhar com um ideal possível de ser conquistado.

Algumas estratégias práticas foram apresentadas por Mosquera (1978), nas quais os professores podem se valer para investir em seu bem-estar pessoal e profissional ao longo de sua vida, tais como: desenvolver a autoconsciência; buscar novas possibilidades de ensino ou formação continuada; avaliar as insatisfações; reavaliar a carga de trabalho; dedicar tempo para o descanso e para o lazer e ter passatempos desvinculados da educação de forma criativa; conversar com amigos e família; estimular a discussão em grupos com outros docentes; buscar uma atividade física que seja prazerosa; evitar descarregar as frustrações nos alunos; procurar ajuda profissional quando todas as ajudas já citadas não são suficientes; em casos extremos optar por uma retirada estratégica. Tais estratégias descritas são de responsabilidade do professor e não são tão difíceis de ser colocadas em prática.

Marchesi (2008) também apresenta algumas estratégias que vão ao encontro das ideias de Mosquera, no que concerne ao cuidado pessoal e ao bem-estar emocional e profissional: ser competente na ação educativa; manter colegas e amigos para compartilhar e inovar; ter um distanciamento suficiente e assumir os compromissos com paixão.

A respeito deste tema, ressaltamos o estudo realizado por Mendes, Dohms, Zacharias, Lettnin, Mosquera e Stobäus (2011), que objetivava analisar qualitativamente os trabalhos publicados nos últimos anos em Banco de Teses da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) e em Grupos de Trabalho da Associação Nacional de Pós-Graduação e Pesquisa em Educação (ANPEd), apontando algumas categorias relacionadas ao bem-estar docente, sendo elas: Contribuição social/Formação, Realização profissional/Prazer, Reconhecimento/Valorização, Relações intra e interpessoais/Afetividade, Qualificação, Ambiente de trabalho, Competência profissional, Personalidade, *Status*, *Self*, Gestão/Políticas públicas.

De acordo com estes autores, tais categorias, respeitando a complexidade do tema e com base na literatura, sugerem pelo menos dois caminhos em direção ao bem-estar docente: o primeiro encontra-se no âmbito individual, em que o incremento de alguns aspectos relacionados a essas categorias parecem ser elementos determinantes para este estado mais positivo de si e, portanto, de possibilidade de investimento pessoal e profissional; o segundo encontra-se no âmbito mais coletivo, em que algumas categorias relacionadas aos órgãos gestores, bem como a comunidade de forma geral, atuam no sentido de dar suporte, tão necessário para promover o bem-estar dos professores.

## Considerações Finais

Entender o desenvolvimento humano como um processo permanente de construção pessoal e profissional é uma importante estratégia para um envelhecimento saudável e com qualidade de vida, inclusive de professores.

As metas estabelecidas em cada ciclo de vida pessoal e cada etapa da carreira profissional devem ser consideradas como a fonte de energia que mantém a busca constante para o aperfeiçoamento humano e docente, respectivamente.

Acreditamos que o desafio atual de inúmeros professores é criar um ambiente que proporcione e promova o bem-estar frente às situações desfavoráveis em que se encontra a educação.

Preocupar-se em promover o bem-estar do sujeito e dos demais envolvidos para obter saúde de forma holística e, conseqüentemente, qualidade de vida, parece-nos a chave para um envelhecimento satisfatório e digno, mormente para o docente.

Um olhar atento para os elementos da Psicologia Positiva, como saúde, qualidade de vida, bem-estar, resiliência, *coping* e afetividade, podem

favorecer o desenvolvimento vital dos professores e atingir os objetivos de uma vida pessoal e profissional com sucesso.

Este capítulo fez um levantamento de algumas temáticas que perpassam o envelhecimento do professor, no sentido de compreender e refletir aspectos para a construção do ser humano enquanto docente. Neste sentido, concluímos que a construção do sujeito se dá através das escolhas, dos caminhos percorridos, das estratégias adotadas, do envolvimento, das experiências, tornando cada pessoa única e autora de sua própria existência. Portanto, viver e envelhecer com saúde física, afetivo-emocional e cognitiva é um direito e um dever de todos nós, docentes!

## Referências

ARANTES, V.A. *Afetividade na escola: alternativas teóricas e práticas*. São Paulo: Summus, 2003.

CABEZAS, J.A. Las grandes etapas evolutivas de la adultez y la educación de adultos. *Educadores*, Madrid, v. 31, n. 149, p. 27-52, 1989.

CASASSUS, J. *Fundamentos da educação emocional*. Brasília: UNESCO, 2009.

DIENER, E. Subjective well-being: the science of happiness and proposal for a national index. *American Psychologist*, v. 55, n. 1, p. 34- 43, jan. 2000.

GROTEBERG, E.H. Nuevas tendencias en resiliencia. In: MELILLO, A.; OJEDA, E.N.S. (comp.). *Resiliencia: descubriendo las propias fortalezas*. Buenos Aires: Paidós, 2003.

HUBERMAN, M. O ciclo de vida profissional dos professores. In: NÓVOA, António (org.). *Vidas de professores*. 2. ed. Lisboa: Porto Editora, 1995.

JESUS, S.N. *Professor sem stress: realização profissional e bem-estar docente*. Porto Alegre: Mediação, 2007.

JESUS, S.N.; REZENDE, M. Saúde e bem-estar. In: CRUZ, J.; JESUS, S.; NUNES, C. (coord.). *Bem-estar e qualidade de vida: contributos da Psicologia da Saúde*. Porto: Textiverso, 2009.

MARCHESI, Á. *O bem-estar dos professores*. Porto Alegre: Artmed, 2008.

MENDES, A.R.; DOHMS, K.P.; ZACHARIAS, J.; LETTNIN, C.; MOSQUERA, J.J.M.; STOBÄUS, C.D. Bem-estar docente: indicadores e subsídios. In: II CONGRESSO LUSO-BRASILEIRO DE PSICOLOGIA DA SAÚDE E I CONGRESSO IBERO-AMERICANO DE PSICOLOGIA DA SAÚDE, 2011, São Bernardo do Campo. Transformações socioculturais e promoção de saúde. *Anais...* São Bernardo do Campo: Universidade Metodista de São Paulo, 2011. p. 01-34. 1 CD-ROM.

MOSQUERA, J.J.M.; STOBÄUS, C.D. Afetividade: a manifestação de sentimentos na educação. *Educação*, Porto Alegre, ano XXIX, n. 1, p. 123-33, jan./abr. 2006.

MOSQUERA, J.J.M.; STOBÄUS, C.D. O envelhecimento saudável: educação, saúde e psicologia positiva. In: II CONGRESSO LUSO-BRASILEIRO DE PSICOLOGIA DA SAÚDE e I CONGRESSO IBERO-AMERICANO DE PSICOLOGIA DA SAÚDE, 2011, São Bernardo do Campo. Transformações socioculturais e promoção de saúde. *Anais...* São Bernardo do Campo: Universidade Metodista de São Paulo, 2011. p. 0-11, em CD-ROM.

MOSQUERA, J.J.M.; STOBÄUS, C.D. O professor, personalidade saudável e relações interpessoais: por uma educação para a afetividade. In: ENRICONE, Délcia. (org.). *Ser professor*. Porto Alegre: EDIPUCRS, 2008.

MOSQUERA, J.J.M. *O professor como pessoa*. Porto Alegre: Sulina, 1978.

NACARATO, A.E.C.B. Envelhecer é isto... In: LIPP, M.E.N. (org.). *O stress está dentro de você*. São Paulo: Contexto, 2000.

PAIS-RIBEIRO, J.L. A importância da qualidade de vida para a psicologia da saúde. In: CRUZ, J.; JESUS, S.; NUNES, C. (coord.). *Bem-estar e qualidade de vida: contributos da psicologia da saúde*. Portugal: Textiverso, 2009.

PAIS-RIBEIRO, J.; SANTOS, C. Estudo conservador de adaptação do Ways of Coping Questionnaire a uma amostra e contexto portugueses. *Análise Psicológica*, Lisboa, v. 19, n. 4, p. 491- 502, out. 2001. Disponível em: <<http://www.scielo.oces.mctes.pt/pdf/aps/v19n4/v19n4a01.pdf>>. Acesso em: 04 abr. 2011.

SELIGMAN, M.; CSIKSZENTMIHALYI, M. Positive psychology. *American Psychologist*, v. 55, n. 1, p. 5- 14, jan. 2000.

SOUSA, C. *Educação para a resiliência*. Tavira: Município de Tavira, 2006.

TAVARES, J. A resiliência na sociedade emergente. In: TAVARES, José (org.). *Resiliência e educação*. São Paulo: Cortez, 2001.

## CAPÍTULO 11

---

### A EDUCAÇÃO E O PROCESSO DE ENVELHECIMENTO: UM OLHAR SOBRE A MULHER

---

*Cláudia Flores Rodrigues  
Nedli Magalhães Valmorbida  
Rita Fernanda Dias da Silva*

Atualmente vivemos um momento da história da humanidade em que há constância nas contestações e renovações do conhecimento e, apesar de haver grandes progressos, ainda observam-se as fragilidades da sociedade moderna.

O conceito de mulher contemporânea evoluiu em seus aspectos de interação e na própria relação com o mundo com maior ação pela busca de uma plenitude que a faça se sentir livre para amar quem realmente demonstre merecer seu amor, tendo que lutar contra o estigma do peso da idade cronológica. O “ser mulher”, durante toda a história e, do mesmo modo, na contemporaneidade, tem sido uma tarefa complexa regida por aspectos como o psicológico, o biológico, o cultural e o social. É observado que muitas das concepções que fazem parte do universo feminino caminham paralelamente com questões relacionadas ao envelhecimento. Este tema é pouco abordado e, muitas vezes, desconsiderado dentro do contexto dos próprios educadores que educarão futuras mulheres. Por este fato, cabe-nos interrogar e interagir no meio educacional para suscitar uma linha de discursividade que aborde a questão do envelhecimento da mulher educadora.

#### **Ser mulher e envelhecer na contemporaneidade**

Algumas mulheres, por vezes, duvidam de suas capacidades para gerenciar a própria vida e, não raro, passam a esperar anos (ou décadas) por um evento que as “liberte”, como, por exemplo, o de encontrar o “príncipe encantado”. Esta máxima fetichista está presente em muitas culturas e pode ser o reflexo da visão da vontade de vencer na vida ou do propósito de ser mulher.

A necessidade de estar protegida e, ao mesmo tempo, sentir-se protegida permeia o ideário feminino. De certa forma a figura feminina é “programada” culturalmente em algumas sociedades para acreditar em uma



não potencialidade de gerenciamento da própria vida sem a presença, a proteção e a supervisão da figura masculina, sendo a submissão e a beleza características próprias de uma “mulher ideal”.

Assim, da tutoria paterna a mulher passa às mãos do esposo, e as relações de poder masculino tendem a se estabelecer, de forma insolúvel (ou indissolúvel), ao menos para algumas mulheres.

E podemos deduzir que deste evento nascem muitos sofrimentos que aparecem *a posteriori*, em forma de doença, seja ela física ou psíquica.

[...] envelhecer envolve saber viver com o processo sem esquecer princípios morais, adaptando-os aos princípios convencionais (NUNES, 2010, p.111).

Erikson (1971) preconiza que a segurança adquirida em qualquer etapa é posta à prova diante da necessidade de transcendê-la, de tal modo que o indivíduo possa aventurar na etapa seguinte o que era mais vulneravelmente precioso na etapa anterior.

Grande parte das culturas religiosas imprime deveres exclusivos para as mulheres: casar, gestar e continuar com o mesmo homem, do contrário, segue-se um tipo de “punição”.

Nos primórdios do século XIX, já se observava, em determinados textos, o trabalho de significância da imagem da mulher, dando-lhes importância e espaços cada vez maiores para se descobrirem e, ao mesmo tempo, descobrirem suas potencialidades. Honoré de Balzac (1799-1850), em seu livro “A Mulher de Trinta Anos” (1988), retratou o tema de forma a garantir que sua obra se tornasse atemporal, transformando-se em um clássico da literatura e uma contribuição para aqueles que desejam se aprofundar na compreensão do ser mulher.

Na atualidade, estão ocorrendo mudanças incontestáveis da representação feminina em praticamente todos os setores da vida social, a partir de uma maior expressividade da participação de mulheres no próprio gerenciamento do mundo, criando novas atitudes de ser e de se pensar como protagonistas da própria história.

Quando a pessoa se conhece e se apropria da sua história de vida, ela corre atrás dos seus sonhos e tem muito mais chances de ser feliz (COSTA, 2004, p. 20).

Apesar de todo processo de emancipação e ideário de igualdade de oportunidades, conquistados, principalmente no decorrer dos últimos cem anos,

emocionalmente, a mulher continua vulnerável e conservadora em relação aos homens. Somos protagonistas de um período da história da humanidade em que as relações entre os gêneros ocorrem com menores desigualdades, mas ainda sem uma igualdade total. Melhor dizendo: sem o devido respeito à diversidade, o que pode ser visto, também, pela própria concepção de envelhecimento.

Para a mulher, o que é envelhecer? Essa questão, geralmente é respondida pela visão extremamente direcionada para a estética (no sentido cosmetológico), deste processo, sem aceitar a naturalidade da rugosidade progressiva da pele ou do embranquecimento dos cabelos que, para os homens, em alguns casos, pode até ser considerado como um charme.

É visto que há uma constante batalha estética que é aguçada por toda uma estrutura midiática que, na maioria das vezes, acaba sendo danosa para a individualidade ou para a construção de uma identidade saudável. Para nós, neste texto, importa pensar em estética como a forma da equilíbrio dos sentidos. Não cabe aqui representar a palavra “estética” na forma contemporânea enquanto o “valorização do belo”, o que inclui questões que envolvem o “gosto”, mas pensar no equilíbrio das formas, no cuidado com o corpóreo. Propor um sentido e uma coragem saudável de olhar para o tempo e dar um sentido novo (usando os cinco sentidos), de estar bem consigo mesma.

Sabemos que a palavra “estética” possui sua origem no grego *aisthesis*, com o significado de “faculdade de sentir” ou “compreensão pelos sentidos”. É aquilo “que sensibiliza”, ou seja, que afeta os sentidos. Isto posto, a estética feminina, neste sentido, transcende os apelos midiáticos, embora valha-se de meios cosmetológicos para prevenir ou retardar rugas. A mulher que deseja envelhecer com dignidade cuida-se, embeleza-se, mas é atenta aos cinco sentidos, na tentativa de equilibrar o corpo e a essência, o pensamento e a sensibilidade, aceitando a idade cronológica e vivificando atitudes que só se pode usufruir com o passar do tempo, com a natureza.

A busca pela perfeição do corpo, do visual, do ser bonita, do jovial está, cada vez mais, tornando-se quase que doutrina imposta de forma social à imagem que deve estar refletida no espelho.

Todo aparato midiático que constrói a imagem que a mulher “precisa ter” no século vinte e um é composto por revistas, sites, programas de televisão... e vem exercendo força na sociedade

[...] um apelo constante à imagem de um corpo jovem e hígido, é possível que as mulheres idosas sofram com sentimentos negativos em relação à sua imagem (SCHMIDT, 2003, p.10).

O interessante é perceber que a forma como a visão é direcionada para a busca da perfeição acaba por maltratar mais as mulheres, em relação ao avanço na idade cronológica, do que a própria natureza pelo envelhecimento.

Corpos assim muitas vezes acabam anulando-se, desconstituindo a ideia de totalidade, no sentido corpo e essência. Um corpo “consciente” é um corpo que reconhece as alternâncias do tempo, as limitações impostas pelo relógio biológico, pela cronologia. O estar ciente de quem somos inclui, também, a capacidade de observação e de obtenção, ao mesmo tempo, da leveza e do peso do processo de envelhecimento.

Nas instituições de ensino, por exemplo, o tema envelhecimento é raramente ou quase nunca aclarado e constituído como pauta nas reuniões de professores e tão pouco constituído como um tema prioritário de conhecimento para os alunos, afinal, todos envelhecemos.

Para Foucault e Guimarães (1984; 1985 apud FIGUEIREDO, 2009, p. 24),

[...] um dos objetivos da escola é controlar o corpo, através de atitudes de submissão e docilidade que ocorrem nos exercícios que esquadrinham o tempo, o espaço, os movimentos, gestos e atitudes dos alunos.

Com isso, pode-se observar que o próprio profissional em educação, limitado, acaba por limitar o aluno e a si mesmo. É uma ação que se retroalimenta na sua ingerência. O profissional em educação – neste caso, as mulheres – acaba por reproduzir no aluno o modelo do corpo disciplinado, cumpridor de ordens que, ao chegar ao sistema de produção, como trabalhador, tende a cumprir o que este lhe reserva: produção com o máximo rendimento e, de preferência, sem intervenções ou interrogações. Paralelo a isso, a ideia de si multiplica este processo (in)produtivo, estéril e limitado.

Os corpos passam a povoar os corredores das escolas, das universidades, como pombos que povoam em praças. Aterrissam, andam e voam. Sem consciência disso, “passam” apenas pelas instituições e, se deixam marcas, geralmente são acompanhadas de corpos cansados e adoentados que ao longo da vida “cumpriram” o papel que lhes foi imposto; e na fase cronologicamente avançada não encontram mais a vivacidade (que independe da idade cronológica) e passam a fenecer dentro de si mesmos.

Lançamos mão de uma assertiva popular que nos diz que a juventude é a época do aprendizado, mas é somente com a posterior idade que passamos a entender as lições apreendidas nas épocas remotas.

[...] reconhecer as transformações do corpo na maturidade significa incluí-lo no registro da diferença, recolocando-o num lugar de valor que o faz permanecer no circuito do desejo. Assim, torna-se possível reintegrá-lo à vida, na dimensão da temporalidade, quando a visita ao passado o ressignifica no presente, para relançá-lo à aventura do sonho que projeta o futuro (SCHMIDT, 2003, p.86).

Poderemos ser mais sábios e felizes, pois se a idade, inevitavelmente, deteriora o corpo, não permitamos que o faça com nossa mente.

Mosquera (1987, p. 100) propaga que:

As pessoas para obter êxito adquirem um claro sentido. Por outro lado, os indivíduos que se realizam são obrigados a permanecer em foco com evidente desgaste pessoal e social. Quando a consciência crítica adquire as dimensões valorativas de análise e síntese pessoal, isto é, crítica ao si mesmo, temos uma perspectiva dolorosa que culmina com o confronto da verdadeira validade do próprio agir.

Ao fim e ao cabo, não pretendemos combater a velhice, mas garantir que o assunto envelhecimento seja abordado no meio educacional de forma a contribuir para que as próprias profissionais da área possam compreender a si mesmas de forma biológica, social e psicológica e em consequência, possam sentir a vida em toda sua plenitude.

## Referências

BALZAC, H. *A mulher de trinta anos*. Trad. MACHADO, J.M. São Paulo: Clube do Livro, 1988.

COSTA, M. *Mulher: a conquista da liberdade e do prazer*. Rio de Janeiro: Ediouro, 2004.

ERIKSON, E. *Infância e Sociedade*. Rio de Janeiro: Zahar, 1971.

FIGUEIREDO, M.X.B. *Corporeidade na escola: brincadeiras, jogos e desenhos*. Pelotas: UFPel, 2009.

MOSQUERA, J.J.M. *Vida Adulta: personalidade e desenvolvimento*. 3. ed. Porto Alegre: Sulina, 1987.

NUNES, V.P.C. Envelhecimento: olhando-se no espelho da vida, através da inclusão digital. In: TERRA, N.L.; FERREIRA, A.J.; TACQUES, C.O.; MACHADO, L.R. *Envelhecimento e suas múltiplas áreas do conhecimento*. Porto Alegre: EDIPUCRS, 2010. p. 109-18.

SCHMIDT, M.H.. *A problemática vivida por mulheres idosas em relação ao envelhecimento do próprio corpo, pertencentes a um grupo de terceira idade que discute problemas cotidianos*. Porto Alegre: PUCRS, 2003. Dissertação (Mestrado em Gerontologia Biomédica), Instituto de Geriatria e Gerontologia, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, 2003.

## CAPÍTULO 12

---

### A IMPORTÂNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA NO COTIDIANO DOS IDOSOS: ASPECTOS FÍSICOS E COGNITIVOS

---

*Janaína Gomes Dias de Oliveira*  
*Zayanna C. L. Lindôso*  
*Guilherme Perrone*  
*Yukio Moriguchi*  
*Claus Dieter Stobäus*

Tem-se observado notoriamente nos últimos anos um precoce processo de envelhecimento junto à população brasileira. Diversos fatores são apontados para justificar este fenômeno, entre eles, presença de doenças incapacitantes, cardíacas, distúrbios de memória e inatividade física. Assim, é relevante estudar, discutir, conhecer os mitos e verdades da gerontologia. Pensar em envelhecer traz a ideia de promoção de longevidade saudável dos idosos, à medida que as alterações na dinâmica populacional tornam-se inexoráveis e irreversíveis (SILVA et al., 2002).

Convém lembrar que este segmento populacional vem crescendo desenfreadamente, contrastando com a população jovem, situando o Brasil como o sexto país em termos de massa de idosos. Os fatores contribuintes, quanto ao surgimento desta realidade, são as doenças decorrentes do envelhecimento, as quais ocupam um papel importante frente aos setores de saúde.

Esta condição da velhice significa a última fase do ciclo vital, determinada por situações de natureza múltipla, tais como perdas motoras, psíquicas, sociais e cognitivas nos indivíduos. Entre as perdas motoras é possível destacar a diminuição da capacidade física: resistência aeróbia, força, flexibilidade, coordenação, entre outros, e dos declínios neuromotores, os quais afetam o desempenho motor e a qualidade de vida e prejudicam a independência do idoso, pois além da perda progressiva das aptidões funcionais do organismo, podem predeterminar o aparecimento do sedentarismo decorrente da inatividade funcional. Essas modificações põem em risco a qualidade de vida do indivíduo, pois limitam a realização de

atividades do cotidiano, colocando a sua saúde em situação de vulnerabilidade. Por esse motivo é importante enfatizar a prática de exercícios físicos.

Diante das alterações e perdas funcionais que ocorrem no processo de envelhecimento, nota-se a importância de manter-se ativo para o idoso. Isso engloba uma série de medidas e hábitos de vida que podem favorecer a qualidade de vida e de saúde desses idosos. A atividade física representa uma das alternativas existentes para contribuir na manutenção da capacidade funcional de idosos, bem como de suas habilidades cognitivas. Portanto, este capítulo procura descrever características importantes nesse contexto, as quais são de interesse multidisciplinar, tendo em vista os benefícios do trabalho da equipe de saúde sob a perspectiva interdisciplinar.

### **Envelhecimento saudável**

A prática de exercícios regulares figura como um importante recurso para evitar a instalação de doenças decorrentes do envelhecimento e promover uma melhor longevidade. Porém, antes de discorrer sobre o assunto, é importante focar nas definições quanto à atividade física e ao exercício físico regulares:

De acordo com Gallo et al. (1995, p. 36), a atividade física é “um dos processos biológicos mais complexos de que se tem conhecimento”, independentemente de ser “decorrente de uma atividade desportiva ou ligado ao trabalho profissional”, e também pode ser considerada como um procedimento possível de “retardar e até mesmo reverter um processo patológico em andamento”.

A atividade física pode ser definida como todo e qualquer movimento corporal produzido pela musculatura esquelética (voluntária) que resulta em gasto energético acima dos níveis de repouso (NAHAS, 2001).

Um estudo realizado por pesquisadores do Departamento de Saúde Pública da Faculdade de Medicina da UNESP em 2008 apontou que em uma amostra de 30 ex-ferroviários da Estrada de Ferro Sorocabana de Botucatu (SP), foram identificados como longevos, pois apresentavam idade igual ou superior a 74,8 anos. Acreditavam que se manter ativo física e mentalmente e com pensamentos positivos, bom relacionamento familiar, ter um sono regrado e hábitos alimentares saudáveis são aspectos que contribuem para uma maior expectativa de vida. A prática de exercícios físicos, tais como as caminhadas, apresentam um impacto positivo na preservação de suas vidas (PATRÍCIO et al., 2008).

Atualmente existe um consenso entre os profissionais de saúde de que a realização de exercícios físicos corresponde a um importante fator influenciador de um envelhecimento com qualidade de vida. Entretanto, é preciso tomar as precauções necessárias, antes de se pensar em executar alguma modalidade de exercício físico: deve-se procurar orientação médica sobre o tipo, o nível, a sequência de atividades e exercícios físicos adequados a cada paciente idoso, lembrando-se sempre das diferenças existentes entre somente a prática de algum tipo de atividade física regular, cotidiana, e a execução de exercícios físicos diários. Convém lembrar também que os profissionais de saúde devem estar atentos quanto ao método de tratamento, a promoção de prevenção primária e secundária, quanto à presença de idosos portadores de patologias crônicas como as de origem cardiovascular, não somente com os tratamentos pós-instalação do processo mórbido. A realização de atividades físicas e exercícios físicos regulares tanto podem atuar no sentido preventivo quanto curativo nestes processos patológicos.

Quanto à escolha dos critérios de realização de exercícios físicos em idosos, a literatura específica da área de Educação Física recomenda a escolha de exercícios leves e moderados, mais repetições e menor intensidade, sempre considerando a capacidade funcional e individual dos idosos. É importante enfatizar também que praticar exercícios físicos não requer exclusivamente frequentar ambientes fechados, tais como as academias, mas também realizar caminhadas diárias ao ar livre. Segundo pesquisas mais recentes, essas medidas podem evitar o sedentarismo decorrente da inatividade física, bem como reduzir o risco de doenças cardiovasculares que correspondem à principal causa de mortalidade na população mais idosa.

A maioria dos idosos apresenta discernimento quanto à importância de praticar exercícios físicos, essencial para a manutenção de um envelhecimento saudável. Porém, o que se entende por envelhecer com saúde nos dias de hoje? Qual o conceito de envelhecimento saudável proposto pela literatura, para que tenhamos subsídios para esclarecer esta lacuna e entender a inclusão da prática de atividades físicas neste contexto físico e cognitivo.

Phelan e Larson (2002) buscaram definir o envelhecimento bem-sucedido identificando os prováveis indicadores do sucesso. Considerando diversas definições operacionais, as quais enfatizaram a capacidade funcional, os autores identificaram outros fatores contribuintes, tais como: satisfação com a vida, longevidade, ausência de incapacidade,



domínio/crescimento, participação social ativa, alta capacidade funcional/independência e adaptação positiva. Os autores também consideraram nesta definição: nível educacional; prática de atividade física regular; senso de autoeficácia; participação social e ausência de doenças crônicas.

Depp e Jeste (2006) realizaram um estudo de revisão sobre envelhecimento bem-sucedido que buscou, através da literatura, a proporção de indivíduos que preenchessem os critérios e componentes individuais para as definições de envelhecimento bem-sucedido. Os autores concluíram que, apesar da variabilidade entre as definições, aproximadamente um terço dos idosos foi classificado com envelhecimento de sucesso. A maioria destas definições foi baseada na ausência de deficiência, com menor inclusão de variáveis psicossociais.

Phelan e Larson (2002) alertam que os resultados dos estudos sobre envelhecimento bem-sucedido e saudável relacionam-se conforme as definições utilizadas pelos autores referentes a essa temática. Destacam-se como fatores mais significativos de sucesso de envelhecimento saudável: ser mais jovem (idade próxima dos 60 anos), apresentar melhor desempenho nas AVDs, não ser tabagista e não ter artrite nem problemas auditivos, praticar atividades físicas regulares, frequência alta nos contatos sociais, não ser depressivo e não ter déficit cognitivo, reduzido de condições médicas desfavoráveis e melhor autorrelato de saúde (DEPP, JESTE, 2006).

Sob o ponto de vista biomédico e psicossocial, o conceito de envelhecimento bem-sucedido tem sido bastante discutido na literatura, sendo considerados três elementos para contemplar este conceito: (1) probabilidade baixa de doenças e de incapacidades relacionadas às mesmas; (2) alta capacidade funcional cognitiva e física; (3) engajamento ativo com a vida. Logo, observa-se que as integridades das funções físicas e mentais constituem-se como elos essenciais neste processo de envelhecer com saúde e qualidade de vida e que a presença de déficits cognitivos e fisiológicos é geneticamente associada com a idade mais avançada (TEIXEIRA, NÉRI, 2008).

Entende-se então que o envelhecimento saudável está proporcionalmente relacionado com um bem-estar físico e mental dos idosos, em que a manutenção das capacidades funcionais e cognitivas exerce grande influência neste contexto, em que o corpo precisa estar em harmonia com a mente e os sentidos. Qualquer tipo de exercício ou movimento praticado depende de uma série de sinapses, decorrentes das interações neurais, as quais só decorrem se o sistema nervoso central

estiver com suas funções preservadas, portanto é importante entender as transformações físicas e cognitivas desencadeadas pela prática de atividades físicas durante o cotidiano dos idosos.

### **Aspectos físicos e cognitivos da atividade física**

Já sabemos que envelhecer traz tanto alterações físicas como psíquicas e que a prática de atividades físicas regulares promovem benefícios significativos à saúde, porém torna-se importante compreender e entender como decorrem esses processos junto ao organismo dessas “Personas Mayores”. Como diriam estudiosos, tais como Juan Mosquera (Professor da Faculdade de Educação da PUCRS): as pessoas com idade superior a 60 anos normalmente apresentam uma queda de condicionamento físico funcional, em função de perdas motoras decorrentes do envelhecimento, ao mesmo tempo em que é observado uma redução da memória e da cognição.

O exercício físico auxilia no fortalecimento muscular; na melhora dos reflexos; na sinergia motora das reações posturais; na melhora da velocidade da marcha; na flexibilidade; na mobilidade; na manutenção do peso corporal e na redução dos riscos associados a doenças cardiovasculares. O processo de exercitação física corresponde a um importante mecanismo de retardamento da deterioração de capacidades físicas decorridas do processo de envelhecimento orgânico.

Existem concepções relevantes apontando a exercitação física como fator preventivo, quanto a quedas de idosos, por exemplo, embora poucos estudos tenham sido feitos nesta área. Realizar exercícios físicos diariamente faz com que ocorra um melhor desempenho das funções cognitivas por ação de mecanismos diretos (melhora na circulação cerebral e alteração na síntese e degradação de neurotransmissores) e indiretos (redução da pressão arterial em repouso e dos níveis plasmáticos de triglicerídeos, além de inibir agregação plaquetária). Destaca-se que as melhoras positivas decorrentes da prática de exercícios em idosos vão se manifestar em longo prazo (ÁVILA et al., 2006).

São considerados como alguns dos benefícios fisiológicos propiciados pela prática de atividades físicas: aumento da força muscular, aumento do fluxo sanguíneo para os músculos, aprimoramento da flexibilidade e amplitude de movimentos, redução do percentual de gordura, melhora dos aspectos neurais, redução dos fatores causadores de quedas, diminuição da

resistência à insulina auxiliando no controle e na prevenção de diabetes, redução da pressão arterial, manutenção ou melhora da densidade corporal óssea reduzindo, assim, o risco de osteoporose, melhora da postura e redução do aparecimento de certos tipos de câncer (ROLIM, 2005).

Praticar atividades físicas faz bem para o espírito e proporciona importantes benefícios sob o ponto de vista psicológico nos idosos: melhor aceitação da aparência, renovação da autoestima e da autoimagem corporal, do senso de si mesma, diminuição da ansiedade, prevenção da incidência de eventos depressivos e melhora dos aspectos cognitivos (OKUMA, 1998). Em estudo realizado no Japão, com uma população com faixa etária entre 65-70 anos praticantes de exercícios diários, demonstrou-se redução dos sintomas de depressão entre os participantes da pesquisa (MAZO et al., 2005).

Não podemos esquecer que praticar exercícios físicos, desde que controlados e obedecendo a alguns princípios, não acarreta limitações universais e funcionais. O importante é deixar que os idosos se sintam e se mantenham o mais independentes possível para o desempenho de suas atividades diárias e físicas. O trabalho da equipe interdisciplinar (educadores físicos, fisioterapeutas, médicos, dentre outros) nesse momento torna-se muito importante; e no que diz respeito à autonomia e independência das atividades diárias, o trabalho dos terapeutas ocupacionais pode contribuir bastante.

Araújo (2001) refere que programas bem direcionados de atividade física podem, além de reduzir o processo degenerativo do organismo, ajudar os idosos a compreender essas transformações biológicas (limitações físicas), psíquicas (morte de entes queridos) e sociais (perdas econômicas, aposentadoria, exclusão familiar, solidão e outros)", quando inseridos no âmbito educacional, permitindo que o idoso compreenda esses aspectos e assuma uma postura perante o envelhecimento, enfrentado-o, sem pré-julgamentos e preconceitos. Aliás, indo ao encontro da autora, é importante mencionar que a educação entra nesse cenário como um importante aspecto, que nem sempre é citado, mas que muito pode contribuir para a vida e saúde do idoso. Ao assumir uma "postura" sem preconceitos e com mais compreensão, o idoso tem a oportunidade de refletir sobre as suas potencialidades e dificuldades e passar essas descobertas adiante (para familiares e amigos).

Os aspectos cognitivos abrangem uma variedade de elementos: contar o tempo, calcular dívidas, horas; atenção, concentração, memória

e julgamento. O estado emocional está relacionado com uma gama de sentimentos: “aborrecimentos” da vivência diária, eventos traumáticos, baixa autoestima, ansiedade, depressão e adaptação.

A função cognitiva envolve habilidades importantes, tais como percepção, aprendizagem, memória, atenção, concentração, vigilância, raciocínio e solução de problemas. Também faz parte deste processo, o funcionamento psicomotor (tempo de reação, tempo de movimento, velocidade de desempenho (ANTUNES et al., 2006).

Ao longo dos anos, foram identificados como fatores predisponentes ao prejuízo cognitivo: idade, gênero, histórico familiar negativo, trauma craniano, nível educacional, tabagismo, etilismo, estresse mental, aspectos nutricionais e socialização. Até o presente momento, ainda não há um posicionamento concreto quanto ao surgimento do déficit cognitivo, porém se especulam algumas propostas: redução da velocidade no processamento de informações, decréscimo de atenção, déficit sensorial, redução da capacidade de memória de trabalho, prejuízo na função do lobo frontal e na função neurotransmissora, além da deterioração da circulação sanguínea central e da barreira hematoencefálica (ANTUNES et al., 2006).

Conforme literatura, pessoas com grau moderado de atividades físicas apresentam menor risco de acometimento por déficits cognitivos em relação às sedentárias, e este fato demonstra a efetividade da participação assídua em programas de exercícios físicos em relação à esfera física e psicológica, logo, idosos fisicamente ativos provavelmente possuem um processamento cognitivo mais rápido.

Em função da complexidade da tarefa cognitiva, a magnitude do efeito do exercício físico vai depender da natureza da tarefa cognitiva que está sendo avaliada e do tipo de exercício físico aplicado. A efetividade dos exercícios é mediada pelo nível de complexidade da tarefa cognitiva e pela duração do exercício. Os exercícios com duração entre 45 segundos e dois minutos, com frequência cardíaca entre 90 e 120 batimentos por minuto, são os mais indicados como benéficos para a performance cognitiva. O declínio cognitivo decorrente pela idade avançada relaciona-se com o decréscimo cognitivo global, em que estariam envolvidas nesse processo a velocidade do processamento de informações e a habilidade de usar a memória de curto prazo no momento em que a informação está sendo processada. Este fato ocorreria devido ao processo de envelhecimento do sistema nervoso central, o qual limitaria as respostas adaptativas que são necessárias para a independência de seu funcionamento.

Em suma, o exercício físico assume uma ação direta e indireta em relação às funções cognitivas. Os mecanismos diretos agem aumentando a velocidade do processamento cognitivo, melhorando assim a circulação cerebral e a alteração na síntese e degradação de neurotransmissores. Os mecanismos indiretos compreendem: diminuição da pressão arterial, decréscimo dos níveis de LDL e triglicerídeos no plasma sanguíneo e inibição da agregação plaquetária, que permitem uma melhora da capacidade funcional geral, refletindo em aumento da qualidade de vida (ANTUNES et al., 2006).

### **Considerações Finais**

Diante de tudo que fora descrito neste capítulo fica claro que a prática de exercícios físicos proporciona mais do que bem-estar físico para o idoso: contribui para a sua cognição e para a qualidade de vida. Nos dias atuais muito se tem visto sobre os benefícios dessa prática nos meios de comunicação e nos artigos científicos publicados.

É importante mencionar a participação do idoso na escolha da prática física que melhor lhe convém, e para ajudar nessa escolha o processo de avaliação é um importante recurso. Além da avaliação física comumente aplicada pelos profissionais de educação física e fisioterapia, a avaliação do desempenho do idoso em seu cotidiano (aqui também se incluem suas atividades diárias) e a avaliação de suas habilidades psicomotoras e percepto-cognitivas também merecem atenção, e para isso a equipe de saúde pode contar com o trabalho do terapeuta ocupacional. A visão holística do idoso deve ser sempre considerada.

Acreditamos que cada profissional que trabalhe junto ao idoso é também um educador que poderá contribuir de forma satisfatória na qualidade de vida dessa clientela e acreditamos ainda que a prescrição dos exercícios físicos não deva se restringir ao número mínimo de profissionais envolvidos: quanto mais completa a equipe, de forma melhor esse idoso poderá ser assistido, pois cada profissional tem na sua especificidade uma maneira de ajudar o idoso a manter-se ativo e saudável.

### **Referências**

ANTUNES, K.M. et al. Exercício físico e função cognitiva: uma revisão. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, São Paulo, v. 12, n. 2, p. 108-14, 2006.

ARAÚJO, K.B.G. *O resgate da memória no trabalho com idosos: o papel da educação física*. Campinas, SP: UNICAMP, 2001. Dissertação (Mestrado em Educação Física), Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, 2001.

ÁVILA, R.; BOTTINO, C. M. C. Atualização sobre alterações cognitivas em idosos com síndrome depressiva. *Revista Brasileira de Psiquiatria*. São Paulo, v. 28, n. 4, p. 316-20, 2006.

DEPP, C.; JESTE, D. Definitions and predictors of successful aging: A comprehensive review of larger. *American Journal of Geriatric Psychiatry*, v. 14, p. 6-20, 2006.

GALLO, J.R.L. et al. Atividade física: remédio cientificamente comprovado? *A terceira idade*. São Paulo, v. 21, n. 10, 1995.

GLASS, T. Assessing the success of successful aging. *Annals Internal Medicine*, v. 139, p. 382-3, 2003.

MAZO, G.Z. et al. Tendência a estados depressivos em idosos praticantes de atividade física. *Revista Brasileira de Cineantropometria e Desenvolvimento Humano*. Santa Catarina, v. 7, n. 1, p. 45-9, 2005.

NAHAS, M.V. *Atividade Física, Saúde e Qualidade de Vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo*. Londrina: Midiograf, 2001.

OKUMA, S.S. *O idoso e a atividade física: fundamentos e pesquisa*. Campinas, SP: Papirus, 1998.

PATRÍCIO, K.P. et al. O segredo da longevidade segundo as percepções dos próprios longevos. *Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 13, n.4, p. 1189-98, 2008.

PHELAN, E.; LARSON, E. Successful aging: Where next? *Journal of American Geriatrics Society*, v. 50, n. 7, p. 1306-8, 2002.

ROLIM, F.S. *Atividade física e os domínios da qualidade de vida e do autoconceito no processo de envelhecimento*. Campinas, SP: UNICAMP,

2005. Dissertação (Mestrado em Educação Física), Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, 2005.

SILVA, V.F.; MATSUURA, C. Efeitos da prática regular de atividade física sobre o estado cognitivo e a prevenção de quedas em idosos. *Fitness & Performance Journal*, v.1, n.3, p. 39-45, 2002.

TEIXEIRA, I.N.A.O.; NERI, A.L. Envelhecimento bem-sucedido: uma meta no curso da vida. *Psicol. USP*. v. 19, n. 1, p. 81-94, 2008.

## CAPÍTULO 13

---

### A PRÁTICA DA LEITURA COMO UM FACILITADOR DO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL

---

*Milena Ramos*

Não te deixes destruir...  
Ajuntando novas pedras e construindo novos poemas.  
Recria tua vida, sempre, sempre.  
Remove pedras e planta roseiras  
e faz doces. Recomeça...  
(CORA CORALINA apud CASA, 2011-a)

As páginas deste capítulo têm o intuito de discorrer a respeito de um olhar diferente para as pessoas que se encontram em idade cronológica avançada. Especialmente, sobre o que a sociedade atual oferece ou poderia oferecer para que houvesse um maior entendimento da tão falada, mas pouco aprofundada, qualidade de vida desse público.

Não trabalhada, discutida e oferecida em seu âmago, tal qualidade de vida limita-se a acreditar e pregar como verdade que, a uma pessoa que esteja recém passando a meia-idade, resta, quando muito, participar de encontros para viagens, danças ou trabalhos manuais, com outras pessoas de idade semelhante à sua ou maior, sendo, dificilmente, proporcionada alguma atividade mais voltada ao desenvolvimento intelectual, à leitura, à escrita, enfim, à busca pelo conhecimento como um todo.

A intenção é trazer à discussão o porquê de não valorizarmos a grande parcela de pessoas com idade avançada que nos circundam – cujo número aumentará, tendo vista as projeções de envelhecimento da sociedade para a próxima década – do ponto de vista de suas capacidades intelectuais. Por que não buscamos que desenvolvam o intelecto em suas horas vagas, e, mais ainda, por que a sociedade atual entende que essa é a idade do ócio, do ocupar-se com qualquer algo para passar o tempo, ao invés de proporcionar-lhes que dividam seus conhecimentos e experiências já vividos e acumulados, de modo a contribuir com os ingressantes ou menos experientes nas diferentes áreas de trabalho?



Em maior instância, o desejo é o de despertar o leitor para a possibilidade da prática de leitura como um facilitador do envelhecimento saudável, ressaltando os benefícios desse hábito tanto do ponto de vista intelectual como psicológico.

### **O despertar de um novo conceito**

Nos tempos atuais, muito se tem falado sobre a fase do ser humano de idade cronológica avançada como a “melhor idade” e ponto final. Ou seja, está dito, temos o conceito atual, e assim denominada uma etapa, pouco resta a preocupar-se ou melhorá-la, tendo em vista que, sendo a “melhor”, sobrepõe todas as anteriores, e seria o ápice das coisas boas da vida. Porém, essa é uma definição comercial da fase e, certamente, não é produto de uma investigação direta com os envolvidos, buscando identificar seus reais sentimentos e abstrações do período que vivem.

Ainda, é importante ressaltar que o termo “melhor idade” é, inclusive, preconceituoso, uma vez que define e enquadra todas as pessoas que abarca em uma situação única, sem dar vazão às diferenças, as quais, como em todas as outras fases da vida do ser humano, sempre existem, e isso também é conceber uma opinião antecipada.

Segundo Juan Mosquera, “A forma de envelhecer é diferente para cada ser humano” e “a vontade de viver e ou desejo de viver pode aumentar o tempo de vida [...]” (MOSQUERA, 2011). Tais afirmativas corroboram a tese de que o ser humano não pode ser colocado unicamente numa mesma fase, com iguais características e nome. Se cada um envelhece ao seu modo, e a forma como isso se dá depende do seu desejo e de outras características de cada pessoa, já temos evidências de que assim como para alguns pode ser um período muito bem vivido e aproveitado, para outros nem tanto, pois dependerá de fatores diversos. Assim, não são todos os adultos tardios que estão na sua melhor idade, e é preciso que estejamos abertos a essa compreensão, tanto como forma de entender e auxiliar os que nos rodeiam quanto para, num processo contínuo, irmo-nos preparando para o envelhecimento, que é um processo natural, pelo qual todos passamos, e que pode receber a nossa influência positiva.

Sobre esse processo natural, Juan Mosquera, apresentado uma ideia inovadora para os estudos sobre a adultez tardia, afirma que “O envelhecimento é um processo para toda a vida, desde a fecundação” (MOSQUERA, 2011). Esse é um conceito que nos leva à reflexão, podendo-se concluir que, de fato, o desenvolvimento e todas as etapas

por que passa o feto, na barriga da mãe, depois o crescimento da criança, com todos os seus estágios, a adolescência, e suas alterações, bem como todas as outras transformações da vida adulta são, também, envelhecimento, e visivelmente observáveis. Ou seja, vivemos num desenvolvimento-envelhecimento desde os primórdios da vida. Visto nesse prisma, o envelhecimento seria genial e deixaria de ser um tabu dos dias atuais principalmente, pelo qual ninguém quer passar, e se fosse possível a fórmula da eterna juventude, a maioria seria adepta. Se fôssemos preparados para assimilar isso, e ver a vida, também, por esse viés, o cuidado com o envelhecimento seria hoje e sempre, permitindo que fosse mais saudável e encarado mais tranquilamente.

Ao abordar o tema envelhecimento, é preciso ter definido que há o envelhecimento cronológico, marcado pela passagem do tempo, cuja contagem é igual para todos, e o envelhecimento funcional, que é diferente e específico para cada pessoa, de modo que indivíduos com 20 ou 30 anos de diferença de idade cronológica, por exemplo, podem apresentar igual capacidade, ou, até mesmo, o mais avançado cronologicamente apresentar melhor aptidão de suas capacidades. Ou seja, o desempenho de suas atividades, o rendimento e disposição para a vida, para o trabalho, para o contínuo desenvolvimento do intelecto será ímpar para cada pessoa. Sobre isso, Mosquera e Azevedo (2010, p. 12) afirmam:

A velhice depende, sobretudo, de ponto de vista de cada um. Restringir as etapas da vida a simples condicionantes: infância é tempo de brincar, a fase adulta de trabalhar, casar, ter filhos e a velhice de sossegar é limitar as possibilidades de desenvolvimento da pessoa humana em qualquer etapa de sua vida.

Salienta-se que muitos estão em ótimas condições, sentindo, inclusive, a necessidade de estar ativos. Isso prova que não é a idade cronológica do ser humano que vai ditar quem ele é, do que é capaz, o que pode e não pode fazer, e até que ponto tem a contribuir com a sociedade em que está inserido.

### **A importância do ato da leitura**

Ler é um hábito saudável para qualquer pessoa, desde a mais tenra idade. Mas, aqui, gostaria de evidenciá-lo como uma possibilidade de benefício aos adultos tardios.

O ato da leitura é capaz de proporcionar um grande envolvimento e prazer aos que já o incorporaram. É aquisição de conhecimento, oportunidade de vivenciar outras histórias, semelhantes ou não às do leitor, mas sempre algo instigante. Ainda, é possibilidade de aquisição de novos vocabulários, de estruturas textuais, e da escrita como um todo, o que traz componentes positivos tanto à fala, permitindo melhor comunicação com seus pares, ou grupos de convívio, bem como à escrita.

É importante salientar que a leitura interfere positivamente na escrita, uma vez que, ampliando o campo de palavras visualizadas e conhecidas, bem como tipos diferentes de textos e suas variadas formas, o leitor tende a, primeiro implicitamente, depois num processo consciente, começar a inseri-los em suas escritas, o que é extremamente gratificante, pois evidencia uma mudança de nível cultural e possível acesso e convívio com outros grupos culturais. Sobre a importância de uma leitura com completa significação, Lajolo (1986, p. 59) bem explicou:

Ler não é decifrar, como num jogo de adivinhações, o sentido de um texto. É, a partir do texto, ser capaz de atribuir-lhe significação, conseguir relacioná-lo a todos os outros textos significativos para cada um, reconhecer nele o tipo de leitura que seu autor pretendia e, dono da própria vontade, entregar-se a esta leitura, ou rebelar-se contra ela, propondo outra não prevista.

Para que um leitor encontre-se neste nível de compreensão do texto lido e liberdade para com ele é necessário que a leitura já esteja incutida em sua vida, fazendo-se necessária em seu dia a dia, porém, quando o alcança, o prazer de se deleitar num texto é inexplicavelmente positivo. Ressaltando-se que um trabalho de divulgação, projetos de leitura, incentivo e oficinas específicas são capazes de alavancar esse processo e possibilitar espaços para que se chegue a tal resultado.

Enfocando especialmente o possível leitor como sendo um adulto tardio, que já tem suas experiências e leitura de mundo definidas, é interessante ressaltar que essas podem ser questionadas e redefinidas a qualquer momento, bastando para isso que se tragam novas interações e contatos com diferentes visões de mundo, para o que a leitura é um mediador, como afirma Freire (1989, p. 9):

A leitura do mundo precede a leitura da palavra, daí que a posterior leitura desta não possa prescindir da continuidade da leitura daquele. Linguagem e realidade

se prendem dinamicamente. A compreensão do texto a ser alcançada por sua leitura crítica implica a percepção das relações entre o texto e o contexto.

A possibilidade de reflexão e análise por parte do ser humano a respeito de diferentes aspectos de sua vida também foi explicitada por Luria (VYGOTSKY et al., 1998, p. 26), que, mencionando os estudos de Vygotsky, afirmou: “Instrumentos especiais, como a escrita e a aritmética, expandem enormemente os poderes do homem, tornando a sabedoria do passado analisável no presente e passível de aperfeiçoamento no futuro”. Tal qual a escrita e a aritmética, também o ato de ler pode ser considerado capaz de expandir o poder do homem, e muito! Inclusive, porque as próprias capacidades desenvolvidas na leitura dão subsídios para melhor transitar pelas outras duas.

### **A prática da leitura como uma contribuição possível ao adulto tardio**

Abordado anteriormente quão importante e positiva é a leitura, agora a intenção é aprofundar o assunto pensando na prática da leitura como uma boa possibilidade para o envelhecimento saudável.

Conforme Claus Dieter Stobäus (2011): “A vontade de escrever só aparece porque a pessoa leu algo, ouviu, estimulou-se”. De igual forma, o desejo pela leitura só permanece se for instigado, se tiver sido proporcionado um momento para conhecer, habituar-se e, então, poder torná-lo hábito.

Os benefícios do ato de ler que foram expostos já evidenciam que este é transformador. A proposta do presente texto é justamente incentivar o ato da leitura, seja de livro, revista ou outros textos de interesse, transformando-o num facilitador do desenvolvimento de um adulto tardio com qualidade de vida, que possa desenvolver o seu intelecto também, e que tenha acesso a isso.

Se desconhecemos o potencial daqueles que estão envelhecendo em nossa sociedade e nada fazemos para propiciar o seu constante desenvolvimento intelectual, estamos, em última instância, plantando um futuro pouco motivador para nós mesmos, para os que estão em nosso entorno, e tendo parte na definição de como serão vividas as últimas etapas da vida do ser humano, já que, até então, todos nascemos, vivemos e morreremos. E, com sorte e saúde, passaremos pelo processo de envelhecimento.

O que incomoda é o entendimento de redução da capacidade do adulto tardio por parte da sociedade, já que, assim, acredita-se não ser possível fazer nada de produtivo e criativo nessa etapa, então resta oferecer, quando muito, atividades “recreativas” e “lúdicas” a esse público, banindo-o do mercado de trabalho, e não aproveitando todo seu conhecimento adquirido e capacidade de contribuição com os menos experientes, enquadrando-o no que deve ou não fazer, e reduzindo-o ao convívio dos familiares ou pequenos grupos de seu entorno.

Seria a leitura, então, objeto de desenvolvimento do ser humano nessa etapa da vida, tanto beneficiando o desenvolvimento intelectual quanto o psicológico.

Do ponto de vista intelectual, o ato de ler, além de trazer novos vocábulos, contato com diferentes padrões de texto, refletindo, ainda, um aprimoramento da escrita, proporcionaria o estímulo de processos cognitivos, ativando o uso de estruturas do cérebro não alcançadas com outras atividades rotineiras ou cuja intenção seja apenas distrair e divertir. A ativação da memória seria outro grande ganho com a prática da leitura, reduzindo, inclusive, doenças como o Alzheimer, e beneficiando o funcionamento de outras regiões cerebrais.

No que diz respeito ao desenvolvimento psicológico, o fato de um adulto tardio reunir-se com um grupo para ler e discutir textos, por exemplo, tem toda uma significação de capacidade e importância, já que estará ali para uma atividade intelectual, manifestando sua aptidão para tal e credibilidade para manifestar suas ideias a respeito de assuntos diversos, trazendo reforço à sua autoestima e ego.

Outro ponto importante é que através das diferentes histórias lidas nos livros, as temáticas abordadas poderão trazer à tona questões do dia a dia dessas pessoas, sejam pendentes, que estão por ser resolvidas em seu interior ou com seu grupo de convívio, por exemplo, ou mesmo aquelas que retomam situações positivas já vivenciadas ou almejadas por ainda viver. Em ambos os casos, o resultado é muito benéfico, pois o livro será o companheiro com quem trocar ideias, e, fazendo repensar e resolver ou somente relembrar episódios da vida, proporcionará um viver mais saudável.

Salienta-se que, se o ato de leitura for praticado de forma individual, igualmente trará os benefícios mencionados anteriormente, já que sempre haverá alguém com quem, de alguma forma, o adulto tardio conviva, seja da família, do lar onde more, de locais que frequente, o seu cuidador, ou seus

vizinhos. E com esses poderá ter ou propiciar momentos para falar sobre um livro, um texto interessante, garantindo os mesmos benefícios ditos anteriormente e proporcionando uma longevidade mais saudável.

Um exemplo de que o lado intelectual pode ser trabalhado e aperfeiçoado a vida toda, inclusive na adultez tardia, é a escritora Cora Coralina (1889-1985), que teve seu primeiro livro publicado aos 76 anos. A autora, apesar do gosto pela leitura e escrita, sempre teve uma vida simples, de trabalho manual, lutando para criar seus filhos e sobreviver. Então, já passada sua juventude cronológica, assim descrevo porque seus textos denotam que ela abraçou e carregou consigo o espírito de juventude e luta para as próximas etapas da vida, teve coragem e vontade e presenteou-nos com seus belos textos. Tendo sido, inclusive, reconhecida e homenageada por Carlos Drummond de Andrade. Eis a definição extremamente profunda, mostrando a essência de Cora, que se encontra no site oficial criado em sua homenagem (CASA, 2011-b):

Seu primeiro livro só foi publicado em 1965, aos 76 anos. É uma história de vida contada na perspectiva de uma mulher que, só no fim da vida, encontrou na poesia o devido espaço para expressar, com singularidade, suas percepções sobre o tempo em que viveu. Ela se mostra, principalmente neste momento de sua vida, uma mulher independente nas ideias e atitudes.

Da história de Cora Coralina, podemos inferir que sim, é possível, e com profundidade, o desenvolvimento e produtividade intelectual, bem como um viver intenso, permeado por livros, leituras e escritas no adulto tardio.

Em concordância com tal teoria, outros escritores pronunciaram-se positivamente sobre a influência do livro na vida das pessoas. Drummond (1902-1987) afirmou: “A leitura é uma fonte inesgotável de prazer, mas, por incrível que pareça, a quase totalidade das pessoas não sente esta sede” (apud COSTA, 2006, p. 85). Jorge Luis Borges (1899-1986) assegurou que sempre imaginara “[...] o paraíso como um tipo de biblioteca” (apud SILVEIRA, RIBAS, 2004, p. 72). E Charles Williams Elliot (1834-1926) deixou registrada esta também bela frase: “Os livros são os mais silenciosos e constantes amigos. Os conselheiros mais acessíveis e sábios. E os mais pacientes professores” (apud DUAILIBI, PECHLIVANIS, 2006, p. 255).

Pelos dizeres desses escritores, todos consagrados, temos mais motivos a nosso dispor para refletir e agir a respeito da inserção do ato da leitura como benéfico ao envelhecimento sadio.

### **Considerações Finais**

Aprender com os nossos adultos tardios, mas também proporcionar-lhes um ambiente respeitoso e gratificante, assim como buscamos para os mais jovens. A intenção final do presente texto é abrir um espaço para discutir e pensar a respeito de um novo olhar para o envelhecimento, e a possível inserção da prática da leitura como um benefício, bem como facilitador da vivência de um período saudável.

Pesquisas já afirmam que o ser humano viverá mais, cada vez mais, e a adultez tardia encaminha-se para o que será a sua meia-idade. Se já sabemos sobre essa possibilidade de maior expectativa de vida, por que este, quando está no auge do seu desenvolvimento e experiências, não é mais instigado a pensar e desenvolver-se intelectualmente?

Diante das evidências de que nossa população está envelhecendo, e que, na próxima década, isso será mais visível, é preciso estarmos preparados para essa realidade, recriando uma nova visão de envelhecimento e aproveitamento das pessoas de idade mais avançada.

A aposta na leitura beneficiando o envelhecimento saudável tanto do ponto de vista intelectual quanto psicológico seria um ganho para toda a sociedade, além de todos os proveitos mencionados no decorrer do texto, que visam diretamente o público a que se destinam.

Torna-se pertinente refletirmos de quem seria esse papel de incentivo à leitura e divulgação de seus benefícios à adultez tardia. Instituições de grande abrangência, a Academia, o próprio Governo, assim como faz com tantas outras campanhas, cada um de nós, dentro do que está ao nosso alcance, todos podem, de alguma forma, dar sua contribuição.

Bibliotecas com espaços específicos para leitura e aproveitamento por parte da pessoa com idade cronológica avançada. Autores dispostos à produção de textos e livros que despertem maior interesse de leitura nessa etapa da vida, além dos já existentes até o momento. Essas poderiam ser algumas alternativas de foco interessante. Ainda, aprofundar o tema em pesquisas seria enriquecedor.

Atitudes que fazem a diferença podem começar a qualquer momento, em todo lugar. Um novo conceito pode transformar um agir, basta internalizá-lo.

## Referências

- CASA de Cora Coralina. *Biografia*. Disponível em: <<http://www.casadecoracoralina.com.br/cora.html>> Acesso em: 12 mai. 2011-b.
- CASA de Cora Coralina. *Poemas*. Disponível em: <<http://www.casadecoracoralina.com.br/poemas.html>> Acesso em: 12 mai. 2011-a.
- COSTA, Donizeti. *Ler faz bem à alma*. São Paulo: Butterfly, 2006.
- DUAILIBI, R.; PECHLIVANIS, M. (orgs.). *Duailibi essencial: minidicionário com mais de 4.500 frases essenciais*. Rio de Janeiro: Elsevier, 2006.
- FREIRE, P. *A importância do ato de ler, em três artigos que se completam*. São Paulo: Cortez, 1989.
- LAJOLO, M. O texto não é pretexto. In: ZILBERMAN, R. (org.). *Leitura em crise na escola: as alternativas do professor*. 6. ed. Porto Alegre: Mercado Aberto, 1986.
- MOSQUERA, J.J.M. *Vida Adulta: Psicologia e Educação*. Porto Alegre: PUCRS, 2011. Registro de anotações de aula.
- MOSQUERA, J.J.M.; AZEVEDO, M.O.B. De tempos em tempos os tempos revelam-se: o idoso nos projetos pedagógicos. *Poiésis*, Tubarão, Tubarão, v. 3, n. 6, p. 106-20, Jul./dez. 2010.
- SILVEIRA, J.; RIBAS, M. (orgs.). *A paixão pelos livros*. Rio de Janeiro: Casa das palavras, 2004.
- STOBÄUS, C.D. *Neuropsicopedagogia*. Porto Alegre: PUCRS, 2011. Registro de anotações de aula.
- VYGOTSKY, L.S., LEONTIEV, A.; LURIA, A.R. *Linguagem, desenvolvimento e aprendizagem*. São Paulo: Icone, 1998.



## CAPÍTULO 14

---

### A BIOLOGIA DO ENVELHECIMENTO E SUAS REPERCUSSÕES NA EDUCAÇÃO

---

*Cristina Furlan Zabka*

O envelhecimento é considerado um processo natural do desenvolvimento humano. No Brasil, a população idosa, aqui considerada como aquela formada por indivíduos com 60 anos ou mais, em conformidade com o Estatuto do Idoso, é, cada vez mais, foco de atenção dos mais diversos setores da sociedade, incluindo gestores públicos, seguradoras de vida e saúde, empresas de viagens, entre outros. Apesar de esse enfoque publicitário parecer recente, é importante enfatizar o fato de que, desde 1940, é o grupo etário com 60 anos ou mais o que proporcionalmente mais cresce na população brasileira. A exemplo do que já aconteceu em países desenvolvidos, que hoje vivenciam a estagnação do crescimento da sua população idosa, o Brasil acompanha a expansão desse segmento etário, em ritmo acelerado. Já na década de 80 o país começou a ter que enfrentar as implicações sociais e de saúde decorrentes de um processo de envelhecimento comparável àquele experimentado pelos países mais desenvolvidos (RAMOS, VERAS, KALACHE, 1987).

O crescimento expressivo e acelerado dessa população fez a sociedade civil, juntamente com órgãos de apoio, pressionar entidades e segmentos políticos do país, buscando mudanças para melhorias nas condições de vida dos idosos. Assim, principalmente a partir da década de 80, se tem visto o surgimento de diversas políticas voltadas para essa população. Já na Constituição de 1988 vemos algumas questões importantes pontuadas, como seguridade social, direito à saúde e à educação, e a família como principal responsável pelo seu cuidado e proteção (CAMARANO, PASINATO, 2005).

Em 2003, a publicação do Estatuto do Idoso trouxe reflexões mais aprofundadas em relação aos direitos desse público. Especificamente em relação à educação, são pontuados diversos direitos relacionados a acesso, adequação dos currículos, práticas inclusivas, como aprendizagem da

computação e outras tecnologias, ensino do processo de envelhecimento nos diversos níveis de ensino formal, para diminuir o preconceito e ampliar o conhecimento sobre o assunto, incentivo à participação em eventos culturais mediante descontos especiais, programas universitários específicos, entre outros (BRASIL, 2003). Apesar de isso representar um grande avanço em termos de garantias legais, não existe, até o momento, uma política de desenvolvimento educacional específica para essa população por parte do Ministério da Educação (BRASIL, 2011).

No âmbito da saúde, o cuidado ao idoso consiste em uma preocupação crescente dos órgãos responsáveis, tanto que em 2006 foi lançada a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa. Entre suas diretrizes estão promoção do envelhecimento ativo e saudável, atenção integral e de qualidade e estímulo à participação e fortalecimento do controle social. Entretanto, as práticas dessas diretrizes dependem da sua implementação em nível estadual e municipal (BRASIL, 2006).

## **O envelhecimento e algumas implicações neurobiológicas**

O declínio cognitivo está dentre os aspectos mais temidos do processo de envelhecimento (DEARY et al., 2009), embora alguns estudos longitudinais sustentem que a maior parte da população idosa não apresenta declínio cognitivo significativo ao longo da vida, ou seja, apresenta trajetória evolutiva estável e benigna (CHARCHAT-FICHMAN et al., 2005). Estudos recentes têm demonstrado que doenças crônicas, bem como suas incapacidades, não são consequências inevitáveis do envelhecimento. A prevenção é efetiva em qualquer nível, mesmo nas fases mais tardias de vida (VERAS, 2009).

A definição de envelhecimento cognitivo normal, por si só, já é um assunto controverso e que ainda requer mais estudos. A categorização do envelhecimento neuropsicológico normal situa-se em algum ponto entre a ausência de critérios para demência e para disfunção cognitiva leve, duas entidades de diagnóstico carregado de muita subjetividade. Um dos fatores que dificulta uma definição mais precisa é a grande variação individual no declínio proporcionado pelo envelhecimento, atribuída a fatores como condição médica geral, genética, estrutura e integridade vascular, aspectos fisiológicos, padrão alimentar e estilo de vida (DEARY, 2009).

Na evolução para um declínio cognitivo durante o envelhecimento, algumas funções cerebrais, como a habilidade verbal, algumas habilidades numéricas e conhecimento geral, são pouco afetadas. No entanto, outras

capacidades mentais, entre as quais estão a memória, as funções executivas, a velocidade de processamento e razão, declinam de forma mais acentuada e podem, inclusive, iniciar a partir de idades mais precoces (DEARY et al., 2009).

Esses domínios, chamados por alguns autores de habilidades mentais fluidas, são fundamentais para o desempenho nas atividades diárias e para a autonomia. Nota-se que o declínio de um deles tende a causar declínio em outros também. Além disso, alterações cognitivas associadas à idade parecem estar relacionadas com uma redução na velocidade do processamento de informações, contribuindo com um declínio cognitivo em todos os domínios. Apesar do foco da preocupação da ciência em geral ser no declínio cognitivo no idoso, a redução nessa velocidade inicia por volta dos trinta anos de idade, bem como o declínio de outros aspectos das funções cognitivas (DEARY et al., 2009).

Em testes neuropsicométricos realizados para avaliar que aspectos contribuem ou não para o declínio cognitivo, foram encontradas diferenças individuais que possibilitaram a reflexão em dois aspectos: a habilidade cognitiva prévia tem um papel importante na cognição na idade avançada, além de que existem diferentes graus de deterioração na cognição com o envelhecimento, dificultando uma avaliação padronizada (DEARY et al., 2009).

Estudos envolvendo indivíduos entre 65 e 75 anos verificaram que algumas das mudanças cognitivas se mostraram sutis ou até inexistentes, como é o caso do conhecimento de vocabulário, mas houve mudanças significativas no que concerne a velocidade ou habilidades não exercitadas. No que se refere à saúde mental, o declínio nessa área não é típico na terceira idade e a doença mental é mais comum no adulto jovem do que no adulto mais velho. Na velhice, as pessoas podem e efetivamente continuam a adquirir novas informações e habilidades, assim como ainda são capazes de lembrar e de usar bem aquelas capacidades que já conhecem (ARIGON, 2006).

Outro ponto importante descoberto foi que, mesmo em indivíduos com mais de 80 anos de idade, as habilidades mentais desenvolvidas na infância contribuem com aproximadamente 50% da diferença no desempenho nos testes realizados, ou mais, quando são avaliadas as habilidades cognitivas em idosos sem demência (DEARY et al., 2009). Outros estudos, estes envolvendo técnicas de neuroimagem funcional, demonstraram que uma maior reserva cognitiva está relacionada ao tamanho do cérebro e à menor ativação durante o desempenho em tarefas neuropsicológicas. Nesses ensaios, os participantes com maior reserva cognitiva utilizaram menos redes neurais, porém mais eficientes,

para realizar as tarefas. Idosos com pouca reserva cognitiva ativaram mais regiões cerebrais, entre elas as regiões fronto-temporais, subcorticais e cerebelo (PARENTE et al., 2009).

Num estudo envolvendo 805 idosos, realizado no México, foram analisados os seguintes domínios cognitivos: orientação, atenção, memória, linguagem, habilidades visual-perceptivas, habilidades motoras e funções executivas. Pôde-se demonstrar que mudanças na cognição ao longo da vida são afetadas pela educação, quando são comparados grupos conforme o nível educacional. Entre indivíduos com baixo nível educacional, esse estudo comprovou que o desempenho em testes neuropsicológicos foi melhor entre indivíduos de mais idade, quando comparado com indivíduos de maior nível educacional. Não foi encontrada qualquer relação entre declínio cognitivo relacionado à idade e educação, mas padrões diferentes podem ser encontrados, dependendo do domínio cognitivo observado (ARDILLA et al., 2000).

O desenvolvimento neuropsicológico, que outrora já foi considerado um processo exclusivo da infância, hoje é entendido como um processo contínuo ao longo da vida, incluindo o período da senescência. A educação no início da vida, entretanto, tem um papel significativo em fases mais tardias da vida. Durante o processo de envelhecimento, a escolaridade atua de maneira mais ativa do que a idade para diferenciar o desempenho de grupos etários distintos. O estudo que trouxe esse resultado também relata que foi encontrada uma correlação entre atrofia do lobo frontal e idade avançada em indivíduos com baixa escolaridade (PARENTE et al., 2009).

Assim, foi proposto que a escolaridade pode ser vista como uma variável que engloba experiências ambientais com efeitos na cognição e que têm efeito na estrutura cerebral, produzindo um aumento no número de sinapses ou na vascularização cerebral. O aumento da escolaridade pode estar associado a mudanças nas conexões cerebrais. Um estudo longitudinal com uma população idosa na China mostrou que os efeitos da escolaridade encontrados foram preditores independentes do prejuízo cognitivo após serem controladas variáveis como risco cardiovascular e variáveis socioculturais e de saúde (PARENTE et al., 2009).

Quando analisamos, por outro lado, esse segmento etário já comprometido por alguma patologia do Sistema Nervoso Central, sabemos que as mudanças estruturais no córtex cerebral do adulto podem representar uma limitação do recurso disponível para uma reorganização neural eficiente.

Entretanto, há pesquisas que demonstram que a plasticidade neuronal é uma propriedade do tecido nervoso que se estende ao longo da vida. Evidências promissoras aparecem nas pesquisas que envolvem o córtex motor. Quando se trata de tentativas de reorganização neural, após a lesão cortical decorrente de AVE no adulto, a reabilitação é capaz de resultar em ganho neuronal funcional, decorrente da plasticidade (TEIXEIRA, 2008).

Em pacientes com depressão, apesar da capacidade de aprendizagem diminuída, é possível haver armazenamento de informações e evocação após intervalo, o que já não ocorre em pacientes com demência, que esquecem grande quantidade do material após intervalo. Enquanto pacientes com depressão e demência têm escores reduzidos em provas de fluência verbal, planejamento, atenção dividida e atenção inibitória, o mesmo não é visto em idosos normais. Isso posto, deve-se sempre lembrar que, apesar dos idosos comumente serem avaliados por seu desempenho em relação à memória, as demais habilidades cognitivas devem ser consideradas para uma análise integral do seu funcionamento mental (ÁVILA, 2006).

### **Algumas considerações afetivas e sociais**

Considerando teorias educacionais que admitem não apenas a cognição, mas também o meio social e o afeto como balizadores do desenvolvimento neuropsicológico do ser humano, também esses aspectos podem ser avaliados quanto ao envelhecimento e suas implicações em aprendizagem.

Simone de Beauvoir traz em seu livro *A Velhice* algumas considerações interessantes sobre o contexto cultural do envelhecimento. Analisando aspectos da civilização inca e sua maneira de lidar com o avanço da idade, aquele povo mantinha seus idosos ativos e em funcionamento até o final da vida. Após os 50 anos, os homens, dispensados do serviço militar, passavam a trabalhar na casa do chefe e nos campos. As mulheres dessa idade teciam vestimentas para a comunidade e trabalhavam como guardiãs ou cozinheiras. Mesmo após os 80 anos, quando a maioria era surda, ajudavam a cuidar das crianças e supervisionavam as criadas mais jovens; os homens eram temidos e obedecidos, e assim davam conselhos, podiam ensinar, dar bons exemplos e pregar o bem. Em troca, eram mantidos alimentados e cuidados (BEAUVOIR, 1990).

Seguindo essa ideia, Pereira (2004) aponta o anunciado por Gottlieb, dizendo que

[...] receber suporte social pode contribuir para o bem-estar da pessoa somente quando é oferecido num contexto

de padrões de trocas igualitárias. Isto é, receber suporte de outros, ao mesmo tempo em que se pode oferecer algo a estes outros, traz benefícios psicológicos, incluindo o enriquecimento de sentimentos de autovalorização.

O suporte social, quando unilateral, tende a gerar graus significativos de dependência e perda da autonomia. Pensando por essa lógica, o aprendizado em idades mais avançadas não tem uma variável apenas neurobiológica, mas também afetiva e social. Conforme diversos autores, a subjetividade e a afetividade humanas estão intrinsecamente relacionadas com o processo de aprendizagem, em que aspectos como autoestima, autoimagem e autorrealização devem ser plenamente satisfeitos para complementar o desenvolvimento cognitivo (MOSQUERA, STOBÄUS, JESUS, HERMÍNIO, 2006), em qualquer fase da vida.

Outras descobertas nos permitem ainda argumentar que é possível que as limitações físicas comuns da idade avançada possam afetar as possibilidades de manutenção dos suportes sociais (relações sociais), e este último afeta as relações de saúde física e cognitiva (PEREIRA, 2004). Assim, o idoso debilita-se em seus aspectos físico, mental e emocional quando inserido num contexto social onde ele não tem mais funções bem estabelecidas ou não representa mais uma referência para os demais.

### **Considerações Finais**

Considerado como uma etapa natural do desenvolvimento humano, o envelhecimento parece estar cada vez mais presente nas investigações científicas, sociais e políticas, em todos os seus aspectos. É natural considerarmos que, a cada dia, mais e mais pessoas começarão a preocupar-se com as questões que envolvem a idade avançada e com seu próprio envelhecimento.

Apesar de alguns dados controversos e ainda escassos, a neurociência parece caminhar em direção a achados que demonstram que a idade avançada não significa, inevitavelmente, perda cognitiva e incapacidade de manutenção de desempenho intelectual e, ainda mais, de novos aprendizados. As análises de cunho sociocultural, da mesma forma, apontam para o envelhecimento ativo e contextualizado como uma ferramenta fundamental para a manutenção da nossa capacidade de aprendizagem. A questão que ainda requer aprofundamento e reflexão é que, se é fato que somos capazes de aprender ao longo de toda a vida,

deveria também ser fato a presença da educação ao longo de toda a vida, oferecida de forma ampla, sistemática e contínua.

Aparentemente, as descobertas científicas e acadêmicas estão à frente das políticas públicas e privadas no que concerne ao respeito ao ser de idade avançada.

## Referências

- ARDILLA, A.; OSTROSKY-SOLIS, F.; ROSSELLI, M.; GÓMEZ, C. Age-related cognitive decline during normal aging: the complex effect of education. *Archives of Clinical Neuropsychology*, v. 15, n. 6, p. 495-513, 2000.
- ARGIMON, I.L.L. Aspectos cognitivos em idosos. *Avaliação Psicológica*, Porto Alegre, v. 5, n. 2, p. 243-45, dez., 2006.
- ÁVILA, R.; BOTTINO, C.M.C. Atualização sobre alterações cognitivas em idosos com síndrome depressiva. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, v. 28, n. 4, p. 316-20, 2006.
- BEAUVOIR, S. *A velhice*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1990.
- BRASIL. *Estatuto do Idoso*: dispositivos constitucionais pertinentes, Lei nº 10741, de 1º de outubro de 2003, normas correlatadas, índice temático. Brasília: Senado Federal, Subsecretaria de Edições Técnicas, 2003.
- BRASIL. *Ministério da Educação*. Disponível em: <<http://portal.mec.gov.br/>> Acesso em: jun. 2011.
- BRASIL. Ministério da Saúde. *Portaria nº 2.528*, de 19 de outubro de 2006. Aprova a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa. Brasília, 2006.
- CAMARANO, A.A; PASINATO, M.T. O envelhecimento populacional na agenda das políticas públicas. Rio de Janeiro, IPEA, 2005. Disponível em: <<http://www.ucg.br/ucg/unati/ArquivosUpload/1/file/Envelhecimento%20Populacional%20na%20Agenda%20das%20Pol%C3%ADticas%20P%C3%ABlicas.pdf>> Acessado em: jun. 2011.
- CHARCHAT-FICHMAN, H.; CARAMELLI, P.; SAMESHIMA, K.; NITRINI, R. Declínio da capacidade cognitiva durante o envelhecimento. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, v. 27, n. 12, p. 79-82, 2005.

DEARY, I.J et al. Age-associated cognitive decline. *British Medical Bulletin*, Oxford, n. 92, p. 135-52, 2009.

MOSQUERA, J.J.M.; STOBÄUS, C.D.; JESUS, S.N.; HERMÍNIO, C.I. Universidade: auto-imagem, auto-estima, auto-realização. *UNIrevisita*, v. 1, n. 2, p. 1-13, 2006.

PARENTE, M.A.M.P.; SCHERER, L.C.; ZIMMERMANN, N.; FONSECA, R.P. Evidências do papel da escolaridade na organização cerebral. *Revista Neuropsicologia Latinoamericana*, v. 1, n. 1, p. 72-80, 2009.

PEREIRA, A. et al. Envelhecimento, estresse e sociedade: uma visão psiconeuroendocrinológica. *Ciências e Cognição*, v. 1, n. 1, p. 36-55, 2004.

RAMOS, L.R; VERAS, RP; KALACHE, A. Envelhecimento populacional: uma realidade brasileira. *Revista de Saúde Pública*, São Paulo, v. 21, n. 3, p. 211-24, 1987.

TEIXEIRA, I.N.A.O. O envelhecimento cortical e a reorganização neural após o acidente vascular encefálico (AVE): implicações para a reabilitação. *Ciência e Saúde Coletiva*, v. 13, s.2, p.2171-78, 2008.

VERAS, R. Envelhecimento populacional contemporâneo: demandas, desafios e inovações. *Revista de Saúde Pública*, São Paulo, v. 43, n. 3, p. 548-54, 2009.



## CAPÍTULO 15

---

### INVESTINDO NA EDUCAÇÃO PARA UM ENVELHECIMENTO COM QUALIDADE DE VIDA

---

*Anderson Jackle Ferreira*

*Denise Goulart*

*Claus Dieter Stobäus*

*Juan José Mouriño Mosquera*

**P**ara encerrar este nosso livro, gostaríamos de aqui deixar estas últimas ideias, para reflexão.

No caminhar da evolução humana, a nossa espécie (*Homo Sapiens*) elaborou estratégias e ferramentas que lhe permitiram lidar com as mais diversas situações. Neste percurso, tais circunstâncias acabaram propiciando o surgimento de novas e cada vez mais avançadas tecnologias.

Quando os primeiros hominídeos aprenderam a dominar o uso do fogo, e depois do barro, tecidos e do metal houve um salto evolutivo que possibilitou o surgimento de novas técnicas para o preparo de alimentos, o combate ao frio, a proteção contra ameaças, a transformação de matérias-primas em novos produtos, a expansão territorial, entre outros tantos progressos.

Ao chegar ao século XX, com a propagação dos meios tecnológicos advindos da Informática, ocorreu, proporcionalmente, um novo salto, talvez comparável ao do domínio do fogo, e este transformou as concepções e ferramentas em todas as áreas do conhecimento. O reflexo dessas transformações, gradativamente, surge na sociedade e, significativamente, vai alterando a imagem desta própria sociedade, na medida em que ela mesma passa a adotar a utilização destas ferramentas informatizadas, para um salto quanti e qualitativo para a melhora da qualidade de vida e novas expressões socioculturais.

Já afirmava Morin (1998) que a cultura é construída e reconstruída com o passar do tempo, incorporando novos valores, ‘esquecendo’ outros, construindo/ derrubando preconceitos e estereótipos, crenças e convicções, fantasias e ilusões.

Barman (2005, p. 18) destaca que “a cultura molda tanto as relações no interior de uma sociedade quanto o modo como os indivíduos percebem sua própria identidade”.

As mudanças rápidas que são presenciadas quase que diariamente, em relação à modernização da tecnologia informatizada, passam proporcionalmente a afetar cada vez mais rapidamente a evolução do ser humano, transferindo de forma virtualizada novos valores, expectativas, práticas e atitudes.

O ritmo da vida contemporânea vai sendo alterado, incorporando novos mecanismos, expressões, palavras e sentidos que direcionam para uma nova visão de mundo – “o mundo dos bits, do Instante, da Interatividade, da comunicação, da Interação, da aldeia global, da Internet”, destacava Azevedo e Souza (2005, p. 344).

A Internet, provavelmente o ‘braço direito’ da Informática, trouxe consigo uma nova percepção de mundo. Com a sua utilização, pessoas que antes eram desconhecidas ou até mesmo isoladas regionalmente, em tempo real, passaram a interagir com outras expressões dentro de um ambiente tecnológico digital que desconsidera, completamente, as distâncias geográficas, culturais, sociais, políticas, religiosas e econômicas.

Para Goulart (2007, p. 125), “somos seres em constante transformação em uma sociedade que transforma seu formato a cada dia, influenciando-nos interna e externamente”.

O advento da Tecnologia provê oportunidades para transformações de e em aprendizes virtuais, oferecendo a Educação Continuada, a Educação a Distância, a ‘estimulação mental’, o ‘bem-estar e felicidade’, possibilitando a integração numa comunidade eletrônica ampla, num ambiente de troca de ideias e informações que reduzem a sensação de isolamento por meio da experiência comunitária ampla (AZEVEDO e SOUZA, FERREIRA, STOBÄUS, 2005).

O participar da rede de conhecimentos, de serviços, de intercâmbio de ideias e de experiências é sim um “ritual de passagem”, que encaminha para um ambiente de oportunidades. Mas esta iniciação ainda corresponde a um sonho, uma meta ainda não atingida, que está presente na realidade de grande parte da população que assim passa a ser considerada como excluída.

As civilizações sempre foram marcadas por desigualdades das mais diversas ordens e, de algumas poucas décadas para o momento atual, ocorreu, quase que abruptamente o surgimento, em escala planetária, daquela que se caracteriza pela não utilização dos meios informatizados.

Desde pequenos fazemos parte de grupos distintos que tanto podem ser fruto de nossas escolhas como das escolhas de outros. E assim surgem os preconceitos, as discriminações, as distinções, os estereótipos.

Todos os dias, de alguma forma, somos excluídos por situações que vão, conforme Bulla, Mendes e Prates (2004, p. 26), “[...] desde rejeitados

do mercado de trabalho, aos excluídos culturalmente até aqueles que não têm acesso a bens e serviços e aos direitos sociais e políticos”.

Os papéis sociais são personalidades estereotipadas, permanecendo em nós personalidades que não se consolidam, ficando no desejo, no sonho, na fantasia, no imaginário. O imaginário é construção mental e social que produz imagens, que são dele resultantes e que contribuem para a sua formação e transformação (AZEVEDO e SOUZA, 2004).

Embora vivamos em um momento de maior entendimento do próprio ser, ainda ocorre a negação do envelhecimento como se este nunca nos fosse alcançar. O imaginário coletivo acaba por reorganizar a sociedade influenciando o seu comportamento (MORIN, 1998).

A imagem de uma pessoa envelhecida passou por estágios de reconstrução ao longo dos tempos, evoluindo na medida em que a própria sociedade passou a ganhar maior consciência da necessidade de investimentos em políticas e programas de assistência ao idoso.

O aumento da expectativa de vida da população está contribuindo com esta consciência, pois o público crescente de idosos e futuros idosos exigirá novos produtos e serviços, sendo este um vasto campo a ser explorado.

Já Grossi e Santos (2003, p. 30) dizem que “ser considerado idoso [...] não implica que tenhamos que abandonar nossos sonhos e projetos. Envelhecemos a cada dia, desde o momento que nascemos”.

Pessoas com idades mais avançadas, gradativamente estão perdendo a conotação do estado material ‘velho(a)’, marca que referencia e possui significado de coisas antiquadas, obsoletas, improdutivas e ultrapassadas. Mesmo assim, muitos idosos e, também, não idosos acabam se acomodando e assumindo este papel que a própria sociedade atribui. Incorporam valores depreciativos e agem de forma a alimentar ainda mais a identidade de algo ou de uma coisa velha.

Felizmente, este quadro vem, aos poucos, sendo revertido de forma significativa em razão de atuações mais ativas socialmente por parte de pessoas com mais de sessenta anos, que passam a buscar velhos e novos espaços que em outras épocas não lhes eram oferecidos. Também a nomenclatura vem sendo substituída por adulto tardio, por exemplo, por Mosquera e Stobäus (2011). Assim, avanços nas condições de vidas são observados pela desconstrução da imagem de incapacidade que era atribuída frequentemente a idosos.

Balbinotti (apud SARAIVA, ARGIMON, 2008) informa que está havendo o surgimento de uma identidade própria entre idosos, o que inclui

“continuar atuante, realizar projetos” ao mesmo tempo em que estão “lutando pela manutenção da sua autoestima”, dito por Saraiva e Argomin (2008, p. 88).

Inserido nesta perspectiva, há o surgimento de uma preocupação de idosos em participarem de atividades ou o entendimento de técnicas que lhes propiciem novos conhecimentos.

O uso de tecnologias que há algum tempo se diziam apropriadas ou destinadas para os mais jovens começa a ser percebido por um público cada vez mais atento a oportunidades oferecidas por elas. Mas mesmo assim, o computador ainda continua sendo relacionado, simbolicamente, a pessoas mais jovens.

Quando idosos passam a ter contato com os meios informatizados, em especial com a utilização da Internet, um novo universo é apresentado e o preconceito e o receio, que muitas vezes são observados em suas atitudes em relação ao uso de equipamentos ou tecnologias ‘novas’, simplesmente desaparecem, diante do número de possibilidades que lhes são apresentadas.

Azevedo e Souza, Ferreira e Stobäus (2005, p. 350) destacam que “[...] a idade não é fator definidor das possibilidades de acesso ao computador”. O emprego das tecnologias informatizadas, como ferramenta potencializadora da construção e expansão do conhecimento, exige perspectivas não simplificadoras do uso do computador, que pode ser utilizado como meio para a reflexão sobre as concepções humanas.

## Referências

AZEVEDO e SOUZA, V.B.; FERREIRA, A.J.; STOBÄUS, C.D. *Impacto da www/Internet na aprendizagem de idosos*. In: IADIS – International Conference www/Internet. Lisboa: 2005, v. 1, p. 344- 351.

AZEVEDO e SOUZA, V.B.; PORTAL, L.F. O uso crítico-criativo da www/Internet no desenvolvimento de qualidades inteligentes e na ampliação da memória de idosos. In: *ACTAS da Conferência Ibero-Americana www/Internet* 2004. Lisboa: IADIS Press, 2004, v. 1, p. 485- 488.

BARMAN, R. J. *Princesa Isabel do Brasil: gênero e poder no século XIX*. São Paulo: UNESP, 2005.

BULLA, L.C. O compromisso social do laboratório internacional de estudos sociais da PUCRS e suas articulações político-institucionais.

In: BULLA, L.C.; MENDES, J.M.R.; PRATES, J.C. (orgs.). *As múltiplas formas de exclusão social*. Porto Alegre: EDIPUCRS, 2004.

DELORS, J. *Educação: um tesouro a descobrir*. São Paulo: Cortez; Brasília: MEC: UNESCO, 1998.

FERREIRA, A.J. *A concepção de envelhecimento de idosos em oficinas de inclusão digital: análise de textos e imagens*. Porto Alegre: PUCRS, 2009. Tese (Doutorado em Gerontologia Biomédica), Instituto de Geriatria e Gerontologia, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, 2009.

GOULART, D. *Inclusão digital na terceira idade: a virtualidade como objeto e reencantamento da aprendizagem*. Porto Alegre: PUCRS, 2007. Dissertação (Mestrado em Educação), Faculdade de Educação, Programa de Pós-Graduação em Educação, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, 2007.

GROSSI, P.K.; SANTOS, A.M. Velho, eu? Pijama e chinelo, só para dormir. In: DORNELLES, B.; COSTA, G.J.C. (orgs.). *Investindo no envelhecimento saudável*. Porto Alegre: EDIPUCRS, 2003.

KACHAR, V. *Terceira Idade e Informática: aprender revelando potencialidades*. São Paulo: Cortez, 2003.

MORIN, E. *O Método IV: as idéias*. Porto Alegre: Sulina, 1998.

MOSQUERA, J.J.M.; STOBÄUS, C.D. O envelhecimento saudável: educação, saúde e psicologia positiva. In: II CONGRESSO LUSO-BRASILEIRO DE PSICOLOGIA DA SAÚDE, 2011, *Anais...* São Bernardo do Campo: Universidade Metodista de São Paulo, 2011. p. 0-11, em CD-ROM.

SARAIVA, C.E.; ARGIMON, I.L. Eu tenho medo do computador: será que isso é para mim? In: FERREIRA, A. J. et al. *Inclusão Digital de Idosos: a descoberta de um novo mundo*. Porto Alegre: EDIPUCRS, 2008.