

## PESQUISA

### O envelhecimento ativo como experiência de vida: narrativas de pessoas idosas

The active ageing as life experience: narratives of elderly people

El envejecimiento activo como experiencia de vida: narrativas de los ancianos

Nanci Soares<sup>1</sup>, Alcione Leite Silva<sup>2</sup>

#### ABSTRACT

**Objective:** Analyze the experience of active aging in the life's history of old people in the city of Franca (SP). **Method:** Study bibliographical, documentary and field research. Use the qualitative approach, we have opted for the oral history method, because it searches to explain the meanings of daily has grown significantly through the stories of lives, gathering information through interview. **Results:** The theoretical-methodology referential has found in following categories: 1) identity in old age: person, sociability and labor, 2) identity and active ageing. **Discussion:** The analyses of the data comprised three distinct phases: organizing and structuring of data, classification and interpretation of data. **Conclusion:** The challenge of the XXI century is to ensure the active and dignified ageing of the population, it seeks a society for all ages, so that older people have a participation in social life, to fight the determinants that compromise the active aging. **Descriptors:** active ageing; life's experience; narratives of older people.

#### RESUMO

**Objetivo:** Analisar a experiência de envelhecimento ativo na história de vida de pessoas idosas ativas, na cidade de Franca-SP. **Método:** Utilizamos a pesquisa bibliográfica, documental e de campo. Fizemos a abordagem qualitativa, optando pelo método história oral, pois este procura explicar os significados do cotidiano de maneira significativa através das histórias de vidas, recolhendo informações por meio de entrevista. **Resultados:** O referencial teórico-metodológico encontra-se nas seguintes categorias: 1) identidade na velhice: pessoa, sociabilidade e trabalho e 2) identidade e envelhecimento ativo. **Discussão:** As análises dos dados compreenderam três fases distintas: organização e estruturação dos dados, classificação dos dados e interpretação dos dados. **Conclusão:** Assim, o desafio do século XXI é garantir o envelhecimento ativo e digno à população, buscando uma sociedade para todas as idades de forma que as pessoas idosas tenham participação na vida social, combatendo os fatores determinantes que comprometem o envelhecimento ativo. **Descritores:** envelhecimento ativo; experiência de vida; narrativas de pessoa idosa.

#### RESUMEN

**Objetivo:** analizar la experiencia del envejecimiento activo en la historia de vida de los ancianos en la ciudad de Franca -SP. **Métodos:** Vamos a utilizar la investigación bibliográfica, documental y de campo. Haremos una aproximación cualitativa, optando por el método de la historia oral, pues este busca explicar el significado de la vida cotidiana de una manera significativa por medio de las historias de vida, la recopilación de información a través de entrevistas. **Resultados:** El marco teórico y metodológico se encuentran en las siguientes categorías: 1) la identidad en la vejez: persona, sociabilidad y trabajo 2) la identidad y el envejecimiento activo. **Discusión:** El análisis de datos fue compuesta por tres fases distintas: la organización y estructuración de los datos, clasificación de datos e interpretación de los datos. **Conclusión:** El desafío del siglo XXI es asegurar la el envejecimiento activo y digno de la población, en busca de una sociedad para todas las edades para que los ancianos tengan participación en la vida social, en la lucha contra los determinantes que comprometen el envejecimiento activo. **Descriptor:** Envejecimiento activo, experiencia de vida, narrativas de los ancianos.

<sup>1</sup>Sociologista. Médica. Professora do curso de graduação e pós-graduação em Serviço Social pela Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, da Faculdade de Ciências Humanas e Sociais - Campus de Franca. E-mail: nancisoares@netsite.com.br. <sup>2</sup> Doutora. Professora Associado da Universidade de Aveiro - Portugal.

## INTRODUÇÃO

O aumento da população idosa é um fenômeno mundial, sendo que nos países desenvolvidos aconteceu gradativamente e nos países em desenvolvimento ocorre de forma acelerada nos últimos anos. Este aumento populacional está associado a diversos fatores, entre eles podemos citar: a queda da natalidade, imortalidade infantil, avanços científicos e tecnológicos, enfim, houve a melhoria na qualidade de vida da população em geral.

O Brasil, até 1980, poderia ser considerado um país eminentemente jovem, mas a partir de então a diminuição da taxa de natalidade e o aumento da expectativa de vida vem alterando gradualmente esse perfil. Estudos demográficos realizados pela organização Pan-americana de Saúde (OPAS), Organização Mundial de Saúde (OMS), Instituto de Geografia e Estatística (IBGE) dentre outros, mostram que o contingente de brasileiros com idade a partir dos 60 anos já se aproxima dos 18 milhões de cidadãos, cerca de 10% da população, devendo dobrar em termos absolutos por volta de 2030 e, em termos relativos, por volta da metade deste século, quando poderá corresponder a um quinto da população brasileira<sup>1-2</sup>.

Este crescimento acelerado da população idosa requer maior dedicação dos profissionais de várias áreas que têm compromisso com o segmento idoso, no sentido de unir esforços para que o idoso brasileiro, seja reconhecido como um sujeito que tem capacidade produtiva, garantindo o acesso a seus direitos sociais e resguardando o poder de decisão da pessoa idosa sobre as questões que lhe dizem respeito.

Assim, os objetivos desta investigação foram analisar a experiência de envelhecimento ativo na história de vida de pessoas idosas ativas, na cidade de Franca-SP e compará-las com as vivenciadas na cidade de Aveiro/ Portugal.

## MÉTODO

Este estudo foi desenvolvido com base na abordagem qualitativa, com foco na história oral de Paul Thompson<sup>3</sup>. De acordo com esse autor, a história oral como metodologia de pesquisa pretende conhecer e aprofundar os conhecimentos que as pessoas informantes possuem sobre determinada realidade.

Essas informações são obtidas através de conversas informais com estas pessoas, procurando focar as suas lembranças pessoais relacionadas com a temática e avaliar a importância desses fatos em suas vidas. Nesta pesquisa adotaremos a perspectiva da *Coletânea de narrativas*. Esta perspectiva pretende uma construção e interpretação da história num sentido mais amplo, agrupando as várias narrativas em torno de temas comuns. É usada quando se pretende estudar a vida familiar ou de uma comunidade<sup>3</sup>.

Os cenários da pesquisa foram a Universidade Aberta da Terceira Idade (UNATI) da Universidade Estadual Paulista de São Paulo (UNESP) e o Centro de Convivência do Idoso “Lar Espírita Avelina Maria de Jesus”, ambos na cidade de Franca, São Paulo. Participaram desta investigação 11 pessoas idosas, todas do sexo feminino. Os critérios de inclusão

foram: ter idade igual ou superior a 60 anos, estarem inscritos em um programa de atendimento à pessoa idosa, ter capacidade percebida para controlar, lidar com situações e tomar decisões sobre a vida do dia-a-dia, de acordo com as próprias regras e preferências<sup>4</sup>.

O instrumento utilizado nas entrevistas foi composto de duas partes: a primeira contendo as características das informantes e a segunda contendo questões relacionadas aos quatro eixos do estudo: Pessoa e identidade, Identidade e Sociabilidade, Identidade e Trabalho e Identidade na velhice e envelhecimento Ativo.

Segundo, Thompson<sup>3</sup>, a construção da história oral é feita através de uma entrevista, assim essa técnica é a forma mais adequada para obter a história oral, porque, através de uma “conversa” livre, a pessoa que narra é “convidada a falar” sobre um assunto de interesse comum sem limite de tempo. Neste sentido, as historiadoras utilizaram a entrevista para aprender com uma pessoa que está envelhecendo de forma ativa, acerca dessa temática que se pretende estudar. A pessoa informante torna-se, assim, o elemento fulcral da investigação, enquanto detentora desse conhecimento.

As entrevistas foram realizadas no período de maio a agosto de 2012, em um ambiente calmo e sem interrupções da UNATI e do Centro de Convivência do Idoso, com duração em média de 40 minutos. Foram gravadas em gravador áudio, permitindo que a história seja apresentada pelas próprias palavras da pessoa informante. Durante as entrevistas utilizamos também um diário de campo objetivando fazer anotações das reações, posturas e impressões do entrevistado, dificuldades nas informações obtidas, o que provocaram suas lembranças, novidades nas informações ou conteúdo, entre outras<sup>5</sup>.

A análise dos dados compreendeu três fases distintas: organização e estruturação dos dados, classificação dos dados e interpretação dos dados<sup>1</sup>. A primeira fase consistiu na transcrição dos dados, na leitura das entrevistas como um todo e posterior reflexão. A segunda etapa envolveu diversas leituras das entrevistas, para procurar a coerência interna de cada narrativa e identificar as ideias centrais, os momentos chave e as posturas sobre o tema em foco. Esta fase possibilitou construir as categorias empíricas e respectivas subcategorias a partir dos quatro eixos teóricos do estudo, para mais tarde serem transformadas em categorias analíticas, teoricamente estabelecidas. Cada categoria reuniu excertos das entrevistas, relacionados com uma temática. Ainda na segunda fase, procedemos a uma leitura transversal das entrevistas por categoria, procedendo à sua revisão e alteração, sempre que necessário. Na terceira fase, interpretamos as categorias à luz do quadro teórico e empírico do estudo, tendo como foco o objetivo do estudo<sup>5</sup>.

O estudo foi aprovado pela Comissão de Ética da Faculdade de Ciências Humanas e Sociais da Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho” - UNESP - Campus de Franca, de acordo com as normas previstas na Resolução n. 196/96 do Conselho Nacional de Ética em Pesquisa (CONEP). Todo o processo de pesquisa obedeceu criteriosamente aos preceitos éticos, sendo mantido o anonimato dos participantes, a confidencialidade das informações, e a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Na intenção de preservar o anonimato de cada participante, utilizamos um código de identificação da entrevista (E) numerado por ordem de realização das entrevistas.

O rigor do estudo foi assegurado através dos critérios de credibilidade (respeito à verdade como conhecida e expressa pelos(as) participantes), confirmabilidade (obtenção e validação de dados primários), significado no contexto (realizado no contexto de atividade - UNATI e Centro de Convivência do Idoso), padronização (vivências repetidas acerca do

objeto estudado) e a saturação dos dados (coleta dos dados até o momento em que não foram detectadas novas informações sobre o objeto em estudo)<sup>6</sup>.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

De acordo com os resultados, as pessoas idosas que participaram neste estudo, onze são mulheres, com idade entre 60 a 75 anos de idade, com uma média em torno de 66 anos. Do total, nove mulheres eram naturais do Estado de São Paulo e duas de Minas Gerais e residiam todas em Franca, Estado de São Paulo. O estado civil englobou viúvas (n=5), casadas (n=4) e solteiras (n=2).

As profissões exercidas, foram três professoras (ensino fundamental e médio), uma do lar, uma técnica em enfermagem, duas auxiliares de enfermagem, duas pespontam calçados em uma fábrica, uma em serviço de manutenção e uma secretária de escola estadual. Das professoras todas exerceram o cargo de docente nas escolas estaduais da cidade de Franca-SP. Todas aposentaram nestas funções. Provem de famílias numerosas com cerca de 5 a 13 irmãos. Em relação à proximidade e convívio com outras pessoas no domicílio, (3) já não tem mais seus companheiros e moram com os filhos; (3) moram com os companheiros; (2) moram com os companheiros e filhos; (2) moram sozinhas e (1) mora com mãe.

Nas narrativas das participantes podemos apreender o significado do envelhecimento ativo, os quais foram agrupados em dois eixos do estudo: 1) identidade e percurso de vida e 2) identidade e envelhecimento ativo. Neste artigo apresentaremos o resultado do eixo 01.

### Eixo 1 - Identidade e percurso de vida

As memórias do percurso de vida das mulheres deste estudo retrataram vivências de um momento histórico específico de suas vidas com muitos desafios que perpassaram as diferentes fases de suas existências. As narrativas evidenciaram uma infância feliz junto aos seus familiares (pais e irmãos), apesar das dificuldades financeiras da família. Relembrou em seus discursos as inúmeras brincadeiras que inventavam e os brinquedos que elas mesmas faziam, pois não podiam adquiri-los. Para sete delas, as brincadeiras tem como contexto a zona rural, onde residiam.

*Bom, tive uma infância assim com dificuldade financeira, mas eu fui muito feliz (E2); Parte de sentimento foi uma infância muito feliz... brincava muito, não tinha brinquedo, mas brinquedo a gente fazia em casa, com as próprias coisas que tinha na época (E7) A de infância eu morava na roça (...) a gente fazia roupa de boneca isso era minha brincadeira (E8).*

As narrativas apontaram também o trabalho na fase infantil devido à condição sócio-econômica das famílias, com destaque para a agricultura, atividades domésticas e o cuidado dos irmãos menores. Eram tratadas com rigor e não possuíam espaço para se expressarem. Momentos difíceis foram relatados por duas delas quando perderam um dos pais nesta fase (mãe e pai), o que influenciou toda as suas histórias de vida.

*Com cinco anos eu já trabalhava. Já ia ajudar o papai a arrancar batata na roça (E11); A gente foi criado pra ajudar cada um dentro*

*de casa. (...) Éramos 6 mulheres e 5 homens, então cada um tinha uma tarefa da casa, (...) mas foi um tempo muito bom (E8); (...) daquelas assim que vem de uns pais rigorosos. Então, naquela época, criança não tinha muito espaço, que ela era criada assim (E1). Ah, sim em primeiro lugar é que perdi minha mãe muito cedo, é um dos sentimentos maior que eu tenho. E não ter tido a oportunidade de ter sido criada e convivido com ela (E1).*

Na fase da adolescência as narrativas apontam que quatro participantes consideraram uma fase feliz junto aos seus familiares. Outras quatro narram que passaram momentos difíceis, muito associados ao trabalho na agricultura, doméstico e a inserção no mercado de trabalho. No discurso das entrevistadas a maioria continuou a estudar mesmo trabalhando, visto que alegaram que as famílias possuíam dificuldades financeiras e por isso precisavam ajudar na complementação da renda. Assim, por meio das narrativas constatamos que não foi por opção que algumas mulheres saíram da escola, e sim pela situação cultural e econômica que as impediram nesta fase<sup>7</sup>. Ao rememorar essas lembranças uma participante revela que tinha muita vontade de estudar, teve que interromper os estudos e voltou a estudar depois de casada com muitas dificuldades, morava numa chácara, relatando que o percurso para chegar à escola era difícil, a mesma menciona que ela e seus filhos estudaram na mesma época, porém apesar de todos os impecílios a entrevistada conseguiu concluir o curso do magistério, realizando assim seu sonho.

*Adolescência foi muito boa também... eu pude estudar(E7) Ah! Foi sofrida... Trabalhar no brejo, plantando arroz era muito cansativo. Não lembro de ter brincado ou ter saído. Nossa família era numerosa: seis irmãos, que graças a Deus estão todos vivos comigo. Quando ganhei meu primeiro sapato, minha mãe disse que não tinha dinheiro, mas também não podia entrar na igreja descalça. Aí a mãe disse que o dinheiro que ela tinha dava pra comprar um sapato de plástico. Comprei um verde que combinava com o vestido. Usei por muitos anos, só para sair, ir à missa. Agora eu não quero nunca mais sapato de plástico, não posso nem ver! Depois que eu casei que a minha vida começou a melhorar, que foi quando vim morar aqui em Franca, na cidade. (E4) E só voltei a estudar depois de casada. Meu filho estava na 5ª série e eu fui estudar também. Porque sempre foi meu sonho. Mas, não tinha jeito. Aquele monte de irmão, aquela coisera. Aí, eu voltei a estudar, aí eu fiz magistério ( )Aí eu morava na chácara. Vinha sozinha. Andava escondida no meio do mato, porque tinha que atravessar a Rodovia Cândido Portinari. Aí eu chegava em casa, morria de medo porque a chácara dava fundo pra um bairro perigoso. Eu jogava meus cadernos por baixo do portão, pulava o portão. Ainda tinha que chegar e subir no banco, na mesa, por cima pra pegar a chave. Meu marido disse que não tinha casado pra estudar mulher. E eu falei pra ele: nem eu pra trabalhar de doméstica pra cuidar do marido. E fui estudar. Depois disso, eu parei. Formei em 80, fiquei até 88, parada de novo. Num dia, meio sem ter o que fazer, não vivia satisfeita. E voltei a estudar. Aí, liguei pra moça da escola. Ela falou que eu podia voltar a estudar. Perguntei pra ela: Mas é março... Ela disse: “Não tem problema, os professores estão em greve. Já estou fazendo sua matrícula. Você pode vir” Aí eu voltei e fiz o magistério. (E11)*

Outra participante mostra em seu discurso que nem ela nem os irmãos estudaram, pois moravam na zona rural, assim tinham que cumprir a ordem do pai, que consistia em trabalhar na agricultura para ajudar na sobrevivência da família. Outra participante narra que os estudos foram prejudicados pelo fato dos pais mudarem de fazenda.

*Quando eu tinha doze anos, eu ainda estudava na fazenda, e quando tava chegando perto de passar de ano, de concluir a série, meu pai*

*mudava de fazenda (E11); (...) sempre trabalhei desde os cinco anos. Foi uma luta pra poder ir à escola e mesmo assim o pai não deixava, porque a gente vivia mudando de fazenda (E4)*

Nas narrativas aparece o rigor dos pais, associado à liberdade, sendo que, o sair de casa ficava condicionado a vontade do pai e elas tinham que submeter às suas ordens. Em outro discurso a participante relata que ajudou a cuidar dos irmãos até idade de vinte quatro anos e quando decidiu entrar para o mercado de trabalho o pai não aceitou, ficou quatro meses sem falar com ela. O rigor dos pais também aparece nas falas das entrevistas com relação ao namoro, relata que o marido pegou em seus braços somente depois de casada.

*Agora a adolescência já não foi muito boa não foi meia-meia (risos), porque os pai da gente era muito rígido, então é....segurava muito a gente, a gente num tinha muita liberdade, então a gente ficava meia...tanto que até hoje eu sou meia assim...caladona! Eu brinco tudo, mais num sou assim... espontânea assim não.(E6); Na adolescência, meu pai não deixava a gente sair de jeito nenhum, morria de ciúme. Batia na gente. Era tudo na base da porrada, de apanhar, né? Mas eu não tenho revolta disso não. A gente amou demais né? Era um jeito diferente de amar. A gente respeitava. Não sei se era respeito ou era medo. Só sei que longe deles a gente não fazia as coisas tão erradas quanto à juventude de agora. (E11); Lembrança dessa idade até os 24 anos de idade é que eu tomava conta dos meus irmãos menores e eu não estudava nessa época, era só até o quarto ano primário e acabou e já era super alfabetizada. Marcou muito essa época por que eu não aguentava mais os moleques, aí eu revoltei que falei “vou trabalhar fora”, arrumei um emprego sem meu pai deixar porque ele não queria que a gente trabalhava porque a gente tinha tudo, então ele sempre questionava “ta ficando sem roupa? Ta ficando sem comida?”, aí eu explicava que eu não tinha filhos e já estava cansada de olhar filhos dos outros, eles não me obedeciam mais, aí comecei trabalhar fora, ele não gostou, ficou 4 meses sem conversar comigo, aí de vagarinho ele foi voltando a falar comigo. (E8) Namorava escondido dos meus pais, quando a gente foi morar em uma colônia, mas era diferente. Meu marido pegou no meu braço no dia em que eu casei. Hoje eu falo pra minha neta né, que ela tem de tudo, que a vovó não teve nada. Agora dá pra comprar uma boneca mais cara à prestação. (E4)*

Nas narrativas elas também mencionam as perdas, uma depoente narra que a adolescência foi muito difícil depois da perda do pai na infância, gerando insegurança e passando assim por muitas dificuldades pela falta do genitor.

*(...) na adolescência, a insegurança de já não estar mais com o meu pai e as dificuldades de passar por tudo isso também e na fase adulta muito, muito, muita insegurança no sentido de enfrentar realmente problemas que ainda continuam, mas tudo superado os poucos assim, néh? eu consegui superar e agora uma fase boa, que eu sinto boa por ter superado tudo isso.(E9);*

Na fase adulta as narrativas demonstram que estas mulheres em sua maioria (9) eram casadas, com filhos, e mesmo assim continuaram a fazer parte do mercado de trabalho, simultaneamente se dedicavam às atividades domésticas, ao cuidar e educar os filhos. No campo profissional a maioria narrou que apesar das inúmeras dificuldades conseguiram continuar os estudos, sendo que, os dados evidenciaram que nove possuem ensino superior completo, garantindo a qualificação profissional, o direito de ingresso no mercado de trabalho e consequentemente garantindo melhores condições de vida na velhice<sup>7</sup>. Uma das falas das participantes ilustra este fato, mostrando que apesar das

dificuldades socioeconômicas, permaneceu trabalhando e estudando, dedicando aos filhos e ao marido. Narra que ao concluir a faculdade, prestou concurso e ingressou na escola estadual de São Paulo, exercendo a função de professora. Apenas uma das participantes possui o ensino fundamental incompleto, porém sua fala mostra que mal sabia ler e escrever, mas na atualidade voltou à escola.

*(...) .trabalhei muito enfrentei assim, .um cargo trabalhoso muito cedo, porque eu fui casada, tive, tenho três filhos e fiquei viúva muito cedo (...) ficar viúva eu tive que adaptar com dois tipo de trabalho (...) dá conta do meu cargo e criar os filhos, néh? (E1); Ah, passei por várias etapas de profissões. Eu fui...é...coopera de serviços, ( )...algum tempo atrás usava coopera. Eu trabalhei, nu...nu...nus banco...nus banco de crédito 29 anos como coopera, depois seguida fui encarregada de... dos serviços das manutenção, me formei para professora depois fui dá aula também.. é ...aí fui dá aula...aí como a gente iniciante o trabalho é muito difícil, néh? Então comecei como eventual e fui muito para escola da roça, assim nas fazendas... então, fui lidar com criança muito carente, mas adorava fazer isso... (E1); Na minha família todo mundo começou a trabalhar cedo, eu e meus outros irmãos, nós somos em onze e todos ajudavam. Nenhum teve estudo. Lembro que desde os cinco anos eu trabalhava com o pai plantando arroz no brejo. A gente não ia pra escola, não brincava, não tinha tempo. Lembro que eu usava roupa de chita e sempre pegava roupa dos irmãos, não importava se era de homem ou de mulher, porque acabava usando pra roça, né? (E4)*

Fica evidente nas diversas narrativas a ajuda aos familiares desde cedo, tanto financeiramente como através de atividades e sempre fizeram prazerosamente. Ao retratar as relações familiares as participantes mostraram que os pais passaram valores como responsabilidade, segurança, persistência, dentre outros. Segundo, os relatos a participação em atividades culturais e sociais estão associados ao caráter religioso, esportivo e festas familiares.

*Sim, ajudava... nossa! Sempre ajudei e até hoje ajudo. (E1); Sim. Desde, da época de criança, que já colaborava, néh? A partir da colheita do café, teve uma fase também que minha mãe trabalhava meio período e deixava as obrigações de casa é... cozinhava o feijão, (...) ela já deixava as tarefas designadas pra nós fazermos ai se não fizesse... o castigo tava pronto e a gente dava conta do recado. E financeiramente desde época que comecei a trabalhar, uma parte do salário, já teria passado para os meus familiares, que era para ajudar a pagar as despesas. (E2); Agradeço aos pais por serem leigos (...) terem dado é responsabilidade, é... segurança que senti assim, (...) eles deixavam de fazer alguma coisa para ter o convívio familiar, que hoje a gente parece que ficou meio esquecido. (E2); (...) dos valores, (...) recebi da minha mãe (...) de ser persistente, gostar da vida, continuar lutando, acho que é isso, néh? (E5); (...) romarias tinha demais, sempre assim que eu tivesse a oportunidade eu seguia. (E1); Sim, participei muito de jogos (...) basquete, futebol para mulher não era bem-vindo, então a gente jogava muito, mais era é... matança, uma que hoje a gente fala bolibete. (E2); Minha família muito grande lá em São Paulo, néh? Assim a gente sempre, todo final de semana tinha uma festinha para ir ou um evento para ir, entendeu?(E3)*

Nas suas falas retratam também a fase atual, todas com 60 anos ou mais, sendo que oito das participantes são aposentadas, uma pensionista, duas em vias de aposentar e relatam se sentirem bem nesta fase da vida. Narram também mudanças no estado civil: algumas ficaram viúvas, enfatizando as dificuldades de conviver com as perdas. Em relação ao local onde moram suas falas mencionam os aspectos positivos, a maioria relaciona à convivência social, principalmente com os vizinhos recebendo amizade, ajuda, ou seja,

afeto. Nas suas narrativas aparece também o apoio familiar e dos grupos sociais para o enfrentamento das mudanças decorrentes do processo de envelhecimento. Das onze mulheres participantes nove mencionaram que podem contar com apoio da família. Estes apoios foram associados à amizade, levar ao médico, fazer compras em supermercados, quando necessário ficar na residência dos mesmos.

*Acho que depois que eu entrei no grupo dos idosos, eu to envelhecendo com muita alegria, com muita amizade, com muita alegria. (E6); (...) ficava achando que a gente vai estar com várias dificuldades de tudo, néh? de andar, de participar todas essas dificuldades, o que hoje eu percebo que não.(E9); (...) sinto falta assim dos meus pais. Por ser filha única e eles faleceram a gente sente falta. E agora há cinco anos que eu perdi meu marido também sinto falta dele. Que ele era um companheiro para mim. (E3); (...) então eu gosto muito dos vizinhos, os vizinhos são meus amigos, é igual uma família pra mim... quando eu fico doente eles cuidam de mim, então eu gosto muito de lá. (E6); Financeiramente não, mas levar no médico, ir ao supermercado fazer compra. (E8)*

## CONCLUSÃO

A sociedade é contraditória, pois ao mesmo tempo em que considera a aposentadoria um direito do trabalhador, ela considera a pessoa idosa aposentada improdutiva e inútil. Predomina ainda, uma visão que valoriza oportunidades a serem oferecidas aos mais jovens em detrimento da canalização de recursos aos mais velhos.

Para envelhecer bem, mesmo que na presença de preconceitos e exclusão, que são inerentes à dinâmica da sociedade e na relação do ser humano com a vida, a morte e a velhice, dependem de investimentos socioculturais de longo prazo. Um dos investimentos é a educação, pois segundo Cachioni<sup>8</sup> educar os idosos, os adultos, os jovens, e as crianças, significa acreditar em seu contínuo processo de desenvolvimento e nas possibilidades de suas construções como sujeitos. A educação cria condições para enfrentar preconceitos, exclusão, a falta de oportunidades em todas as idades, gerando aumento de renda, promovendo a qualidade de vida e favorece o genuíno exercício da cidadania.

Da análise das falas das entrevistadas inferimos aspectos importantes que merecem ser destacados. A percepção do envelhecimento ao longo da vida mostra mudanças, antes imagem negativa (solidão, isolamento, problemas de saúde, inatividade) e passam a ter uma imagem positiva da velhice, associado a participação em programas da terceira idade, atividades físicas, aquisição de novos conhecimentos, entre outros. Os resultados mostraram que independência funcional promove a inserção das pessoas idosas na comunidade, participando, formal e informalmente, da vida social, em atividades de lazer, sociais, culturais, permitindo continuarem a exercer sua autonomia, a gozar de respeito e manter seus relacionamentos<sup>9-10</sup>.

As atividades oferecidas pela UNATI constituem importantes mecanismos de resgate da cidadania do segmento idoso. A participação nos debates e no processo grupal proporciona convívio com pessoas da sua geração e mais jovens, trocas de experiências,

novas relações de amizade, aquisição de novos conhecimentos, promovendo qualidade de vida e compreensão e aceitação da velhice.

Os dados coletados demonstram também a heterogeneidade da velhice, apontando que as pessoas vivenciam de forma diferente suas vidas, e que mesmo estando em uma mesma faixa etária não significa que tenham passado pelas mesmas vivências, nem tão pouco apresentam as mesmas necessidades e características.

## REFERÊNCIAS

1 Freitas ER, Barbosa AJG, Scoralick-Lempke N, Magalhães NC, Vaz AFC, Daret CN, et al. Tarefas de desenvolvimento e história de vida de idosos: análise da perspectiva de Havighurst. *Psicol. Reflex. Crit.* 2013;26(4):809-19.

2 Rosset I, Roriz-Cruz M, Santos JLF, Haas VJ, Fabrício-Wehbel SCC, Rodrigues RAP. Diferenciais socioeconômicos e de saúde entre duas comunidades de idosos longevos. *Rev. saúde pública.* 2011; 45(2):391-400.

3 Thompson P. *A voz do passado: história oral.* 2.ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra S/A; 1998.

4 World Health organization. *Active Aging: a policy framework.* Genebra; 2002.

5 Leininger MM. *Transcultural nursing: concepts, theories, research e practice.* New York (USA): Mc Graw- Hill; 2002.

6 Minayo MCSouza. *Pesquisa social. Teoria, método e criatividade.* Petrópolis-RJ: Vozes, 2007.

7 Leite MT, et al. Qualidade de vida e nível cognitivo de pessoas idosas participantes de grupos de convivência. *Rev. bras. geriatr. Gerontol.* 2012; 15(3):481-492.

8 Cachioni M. *Quem educa os idosos?: um estudo sobre professores de universidades da terceira idade.* Campinas: Alínea; 2003.

9 Faller JW, Melo WA, Versa GLGS, Marcon SS. Qualidade de vida de idosos cadastrados na Estratégia Saúde da Família de Foz do Iguaçu-PR. *Esc. Esc. Anna Nery Rev. Enferm.* 2010;14(4): 803-810.

10 Ribeiro B et al. Referencial Teórico sobre Analfabetismo Funcional. Depto de Informática Aplicada - Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO). Relatórios Técnicos do DIA/UNIRIO, No. 0008/2011, Abril, 2011.

Recebido em: 01/09/2015  
Revisão requerida: não  
Aprovado em: 12/11/2015  
Publicado em: 30/12/2015

Contato do autor correspondente:  
Nanci Soares  
Franca - SP - Brasil  
Email: nancisoares@netsite.com.br