

## **RESILIDADE: ENVELHECENDO COM EDUCAÇÃO, AUTONOMIA E FELICIDADE**

Bruna Alice Taveira de Lima  
Renalide de Carvalho Morais Fabricio  
Ariana Silva Guimarães  
Katucha Kamilla Marques Pereira  
Leonardo Felix Riberio dos Santos

### **RESUMO**

O Projeto de Extensão Resilidade, realizado no Município de Cabedelo/PB, no ano de 2019, teve o intuito de transformar e ressignificar a vida de 20 (vinte) pessoas idosas que participaram de suas atividades. O projeto teve como objetivo criar um espaço de partilha e diálogo e consistiu em atividades diversas, como: apresentação teatral folclórica denominada “Boi da Amizade”, oficinas de artesanato e jardinagem, aulas de yoga e pilates, debates e reflexões sobre direitos das pessoas idosas e suas necessidades. As atividades foram realizadas por uma equipe multidisciplinar, e ajudaram a promover a qualidade de vida e a valorização da pessoa idosa, de forma tal que como protagonistas das ações sentissem a sua importância para a sociedade. Nos termos gerais o projeto cumpriu seus objetivos ao contribuir para melhoria da qualidade de vida dos idosos que, ao serem novamente integrados na sociedade conseguem reconhecer-se cidadãos e protagonistas de suas histórias.

**Palavras-chave:** Idoso. Qualidade de vida. Terceira idade.

### **RESILITY PROJECT: AGING WITH EDUCATION, AUTONOMY AND HAPPINESS**

### **ABSTRACT**

The extension project "Resilidade", carried out in the city of Cabedelo/PB, in 2019, aimed to transform and resignify the lives of 20 (twenty) elderly people who participated in its activities. The project was a space for sharing and dialogue and consisted of various activities, such as a folk theater presentation called "Boi da Amizade", craft and gardening workshops, yoga and pilates classes, debates and reflections on the rights of the elderly and their needs. The activities were carried out by a multidisciplinary team, and helped to promote the quality of life and appreciation of the elderly, so that as protagonists of the actions they felt their importance to society. In the terms of the National Policy for the Elderly, the project fulfilled its objectives by contributing to a full and happy life of the elderly that, as being reintegrated into society, can recognize themselves as citizens and protagonists of their history.

**Keywords:** Elderly. Quality of life. Third Age.

Data de submissão: 13/05/2020

Data de avaliação: 17/08/2020

## 1 INTRODUÇÃO

Com o intuito de transformar o espaço educativo em espaço de interação e transformação para pessoas idosas, de maneira que essas pessoas participem efetivamente do cotidiano escolar através atividades dedicadas e construídas para suas necessidades, é que o projeto de extensão Resilidade foi criado em 2016.

Em sua edição mais recente, em 2019, articulou um grupo de aproximadamente 20 (vinte) pessoas, sem considerar as evasões. Este grupo, por sua vez, foi responsável por realizar diversas atividades:

- Divulgar o “Boi da Amizade”, uma recriação da tradicional dança folclórica Boi de Reis, produto de suas atividades de teatro, em variados eventos por todo o estado;
- Criar verdadeiras obras de arte nas oficinas de artesanato e de jardinagem;
- Apresentar exemplos de superação nas aulas de yoga e pilates;
- Refletir e debater sobre suas necessidades e direitos, entre tantas outras demonstrações do quanto essa etapa da vida pode ser, para além de suas limitações, vigorosa e realizadora.

Sendo assim, este trabalho busca relatar as ações que foram desenvolvidas durante o ano de 2019, trazendo à tela a relevância de abrir as portas da instituição para a população idosa, por vezes tão carente, em situação de vulnerabilidade e brutalmente apagada. Entende-se que as ações do projeto possuem características de educação popular, além de que estão voltadas para a valorização da dignidade da pessoa idosa e a promoção de qualidade de vida para ela e sua comunidade, o que se mostra em muitos momentos ao longo desse tear.

Por isso, este trabalho é também uma reflexão sobre as dificuldades enfrentadas pela população que vive a chamada terceira idade, ao mesmo tempo em que se coloca como instrumento que oferta visibilidade ao grupo social atendido, que sofre cotidianamente com o esquecimento ou a lembrança social precária, num mundo em que se supervaloriza o novo, o ágil, o rápido, o descartável.

As ações foram construídas por uma equipe multidisciplinar que, voluntariamente, cedeu encontros e troca de saberes com os participantes, em parceria com a equipe de funcionários terceirizados que cuidou do básico para que todo o resto funcionasse. Todas as ações estiveram voltadas para o protagonismo dos idosos, de modo que eles pudessem redescobrir suas potencialidades e criar obras artesanais, representar, dançar, cuidar de plantas, debater sobre suas necessidades, reconhecer seus direitos, pintar, fazer yoga, pilates e conversar sobre suas memórias e experiências de vida, exercitando, assim, sua cidadania. Entende-se que as atividades do projeto e toda a reflexão teórica que o fez nascer o transformam numa ode à nossa ancestralidade, aos seus saberes e a sua preservação.

Ademais, o projeto de extensão Resilidade, ao promover atividades que estimula a autonomia da população idosa, a sua integração e participação na sociedade, efetiva ações voltadas para a proteção e inclusão social destes, está em consonância com o que preconiza a Política Nacional do Idoso que prevê no seu Art. 1º que: A política nacional do idoso tem por objetivo assegurar os direitos sociais do idoso, criando condições para promover sua autonomia, integração e participação efetiva na sociedade (BRASIL, 1994).

## 2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A expectativa de vida vem aumentando e a população brasileira é cada vez mais composta por pessoas na terceira idade. Isso ocorre devido a redução das taxas de fecundidade e de mortalidade. A pirâmide etária brasileira está cada vez mais invertendo, trata-se de um fenômeno complexo, que envolve aspectos biológicos, sociais, psicológicos, políticos, culturais e educacionais e repercute no âmbito social e econômico.

Essa mudança demográfica deve ser acompanhada por uma mudança de postura da sociedade em relação à velhice. Urge o desenvolvimento e implementação de políticas públicas voltadas a este segmento da população, poder público implantação de projetos e ações que respondam à demanda proveniente do acelerado crescimento da população idosa. acompanhada da garantia e efetivação dos direitos do idoso, pois se tem observado uma discriminação etária, pelos conflitos intergeracionais, pela depressão, pelo isolamento social ou pelo aprofundamento da pobreza, há uma exclusão social na velhice e isso é uma chaga social a ser sanada.

Para Serbim e Figueiredo (2011, p. 167), uma boa qualidade de vida “é aquela que oferece um mínimo de condições para que os indivíduos possam desenvolver o máximo de suas potencialidades, vivendo, sentindo ou amando, trabalhando, produzindo, ou simplesmente existindo”. Assim sendo, se quisermos buscar a construção de uma sociedade mais humana e solidária, em que todos possam ter espaço e oportunidade de desenvolver suas habilidades e viver dignamente é necessário pensarmos, sob uma perspectiva inclusiva e saudável, no aumento das políticas de inclusão social e de melhoria da qualidade de vida para esta parcela significativa da população.

Outro fator importante que vale apenas ressaltar é que não há um perfil único de idosos no Brasil: há aqueles que possuem um poder aquisitivo mais elevado que lhes possibilita o acesso aos serviços de saúde a uma moradia mais digna e os que estão em situação de total vulnerabilidade. No entanto, nos dois casos citados, o isolamento social é algo presente, já que, mesmo aqueles que conquistaram seu direito à aposentadoria, veem-se afastados de seu círculo social e das atividades interativas que o trabalho antes lhes possibilitava. Nesse aspecto, é importante desenvolver atividades voltadas aos idosos, por vezes carentes de ações dedicadas à promoção de interação, diálogo, escuta sensível, atividades lúdicas, reconhecimento de direitos, entre outras ações que possam combater o isolamento e a solidão que os acomete.

Sendo assim, as atividades propostas pelo Projeto Resiliência servem para melhorar a autoestima da população atendida, retirá-los do sedentarismo e ampliar sua sensação de felicidade. O referido projeto de extensão, por sua vez, possui a finalidade de fazer com que a pessoa na terceira idade permaneça com a mente e o corpo em movimento, e sua vida não seja apenas um conjunto de lembranças e saudosismo (OLIVEIRA, 2012).

Ao contrário, suas lembranças e seu saudosismo sirvam como matéria prima para a criação artística, para o encontro com seus pares, para o debate sobre suas necessidades e direitos, à reflexão sobre a vida e a sociedade, para o convívio social e a prática de atividades físicas e terapêuticas. A interação promovida através dos encontros proporcionados pelo projeto vem contribuindo para a melhoria da qualidade de vida, a promoção da dignidade da pessoa humana e o exercício da cidadania das pessoas envolvidas.

Sabe-se que com o processo envelhecimento há alterações cognitivas que implicam no processo de construção do conhecimento. Essas funções tendem a ficar mais comprometidas com o avanço da idade, a capacidade de memória é reduzida, podendo ser intensificadas, também em

decorrência de estresse, medicamentos, problemas físicos, psicológicos ou emocionais, entre outros. Essas alterações podem afetar algumas áreas da aprendizagem. Por isso, é imprescindível adotar metodologias que facilitem o armazenamento de informações e a participação efetiva como dinâmicas, metáforas, recursos mais interativos, entre outras possibilidades (SALES, 2003).

Educação popular e educação social compõem a educação não escolar. Paulo, Nachtigall e Góes (2019) discute os dois conceitos em relação ao uso de Paulo Freire para a afirmação da existência de educação social no intuito de não os confundir, tampouco considerar redundantes os termos popular e social: eles não são complementares, na verdade estão em disputa e demandam estudos dedicados e, ao segundo não cabe como referência base.

Este trabalho, por sua vez, adota Freire como teórico fundamental, ao passo em que entende a educação popular enquanto metodologia voltada ao povo, costurada de forma colaborativa, considerando os saberes intrínsecos ao grupo participante, focada na conscientização, autonomia e no ser-mais do indivíduo e do coletivo, ferramenta meio e prática baseada na afetividade, amorosidade, humanidade e dialogicidade, através da qual os seres podem libertar-se de situações de opressão em conjunto (FREIRE, 2006). Isso coaduna com os significados e sentidos dos termos identificados por Silva e Brandão (2019) nos livros de Paulo Freire analisados em seu trabalho, cuja estratificação resultou em associações de termos ao espaço de atuação, movimento, acesso e concepção alargada, incluindo projeto de mundo.

Esse trabalho, contudo, não realiza uma análise quantitativa, mas qualitativa, em que abraça a qualidade de vida e a autoestima como norteadores para o pensar nas atividades, desde seu planejamento até sua execução, e os relatos informais dos idosos como representações fundamentais dos resultados obtidos.

### **3 METODOLOGIA**

Os métodos incluíram oficinas de artesanato, teatro, dança, jardinagem, palestras sobre o direito do idoso, exibição de vídeos, leitura de poemas, visitas a teatros para assistir espetáculos, aulas de yoga e pilates, rodas de conversa sobre sua realidade, suas necessidades e inquietações. As rodas de conversa versavam sobre temáticas de interesse da população idosa, tais como: estatuto do idoso, solidão do idoso, violência contra o idoso, relatos de experiência, e até “desabafos”, nos momentos que os participantes se voltavam para suas memórias e compartilhavam também suas experiências e saberes construídos ao longo de sua existência.

**Fotografia 1** – Oficinas de artesanato: produção de aventais com jeans usado



**Fonte:** arquivos dos autores

**Fotografia 2** – Apresentação do Boi da Amizade no Enex 2019 no IFPB Campina Grande



**Fonte:** arquivos dos autores

Cada atividade acontecia semanalmente ao longo da execução do projeto e, para ministrá-las, foram convidados profissionais qualificados nas mais diversas áreas. A didática dos voluntários

colaboradores do projeto priorizou processos que facilitaram o aprendizado e atenderam às especificidades cognitivas da turma, assim como buscaram possibilitar o protagonismo da pessoa idosa, o trabalho colaborativo, a integração da turma e a elevação da autoestima, a partir das descobertas de suas potencialidades, contribuindo para que eles assumam seu verdadeiro papel: “sujeitos em transformação e transformadores da sociedade” (SALES, 2007).

#### **4 RESULTADOS**

Observamos diversos resultados no que se refere ao projeto de extensão Resilidade, que fazem do projeto um instrumento de “desmarginalização do idoso”, quando vai de encontro ao ideário de uma sociedade que, majoritariamente, vê o idoso como alguém improdutivo e sem avanços.

Dentre os resultados, podemos destacar os relatos de cura emocional e até física que a sensação de pertencer a um grupo social lhes propiciou: algumas idosas disseram estar curadas de depressões, dores musculares e narraram que tiveram sua alegria de viver devolvida depois que começaram a frequentar as atividades do projeto. O vínculo afetivo que se estabeleceu levou o grupo a se considerar uma família e a valorizar cada momento de integração como algo de suma relevância em suas vidas, já que propiciava que pudessem revelar suas habilidades, potencialidades criativas e existenciais, estimulando o desenvolvimento artístico, intelectual, político e social do ser.

Outros resultados também puderam ser observados, como a criação de um espetáculo de boi de reis durante as oficinas de teatro e dança, em que aicineira aproveitou os saberes e materiais trazidos por uma das participantes do grupo - professora de Artes do município e dona de um boi de reis na cidade de Cabedelo, que possuía todo o material, inclusive o boi, cujas atividades estavam paradas há algum tempo.

Durante as oficinas referidas, os idosos criaram o que foi denominado de “O Boi da Amizade”, que se tornou um sucesso não somente no campus onde o projeto surgiu, o IFPB-Campus Avançado Cabedelo Centro, mas também na comunidade: igrejas, escolas, instituto de idosos, começaram a chamar o grupo para se apresentar. Nas regiões circunvizinhas, e, até, em cidades mais distantes com Princesa Isabel, na qual o Boi da Amizade se apresentou durante um encontro de extensão do IFPB, o boi era sempre aclamado com grande fervor, e, ao final, as pessoas que assistiam choravam, relatavam a emoção de ver idosos fazendo um trabalho tão lindo e vivo como aquele. Isso era motivo de alegria e renovação para os participantes daquela atividade, que se sentiam úteis, vivos, e novamente ocupando um status dentro dos círculos sociais, ao tempo em que renovavam também as forças dos que tocavam o projeto, tendo em vista que isso mostrava a importante função social que ele desempenhava.

No campo do artesanato, foram produzidas obras de arte, que foram expostas na culminância do projeto, onde também foram apresentadas demonstrações do que se aprendeu em outras oficinas como pilates, jardinagem, yoga e direito do idoso. No evento de culminância, a apresentação teatral de um ator cabedelense foi assistida, versando sobre o universo de uma idosa marisqueira e a solidão e augúrio de uma vida sofrida e marcada pelo abandono em várias esferas, mas também da fé que a move e a faz persistir.

## 5 CONCLUSÕES

As questões ligadas ao envelhecimento da população chamam cada vez mais a atenção da sociedade em geral. Como vimos, o Brasil está passando por uma mudança demográfica, que gera uma inquietação na população e nas instituições sociais, de modo que é necessário que se busquem ações que alcancem essa população crescente no país.

A velhice, historicamente observada pelos aspectos físico-biológicos, tornou-se uma questão central nos debates sobre políticas públicas, já que o envelhecimento passa a ser visto também como questão social, pois uma das metas da sociedade atual é viver mais com maior qualidade de vida, sendo este um dos maiores desafios da nossa época.

A partir dessa nova dinâmica social, legislações em vigor preconizam a promoção dos direitos da pessoa idosa, a valorização de sua dignidade e o exercício de sua cidadania, garantindo em lei que o idoso não sofra violência e discriminação, a sua integração social, o acesso à justiça, à educação, à saúde, à previdência e aos bens culturais, ao lazer e a outras atividades que assegurem o seu bem estar social.

Sendo assim, percebemos a importância de um projeto que visa contribuir para assegurar os direitos sociais do idoso, criando condições para promover sua autonomia, integração e participação efetiva na sociedade, através de atividades multidisciplinares que levem qualidade de vida e protagonismo à terceira idade.

Assim, as atividades foram sendo desenvolvidas na perspectiva de empoderamento dos idosos, de valorização do saber do idoso e de suas experiências, do combate ao isolamento social, do protagonismo e autonomia do idoso e do reconhecimento das contribuições da velhice para a sociedade, com o fim de juntar esforços para a construção de uma sociedade de fato inclusiva, justa, solidária e que respeite os saberes, a dignidade e a existência dos anciãos.

## AGRADECIMENTOS

Aos idosos e idosas que aceitaram compartilhar seus saberes conosco e nos fizeram sentir pessoas mais úteis e solidárias, dentro de uma sociedade cada vez mais individualista. Aos voluntários do projeto, pelo empenho, empatia e disposição para trabalhar. Ao bolsista do projeto, ainda tão jovem, pela paciência e vontade de dar o melhor de si para cada atividade proposta pelos oficinairos do projeto.

À PROEXC/IFPB pelo fomento através do PROBEXT 2019.

## REFERÊNCIAS

BRASIL. **Lei n. 8.842, de 4 de janeiro de 1994.** Dissipe sobre a política nacional do idoso, cria o Conselho Nacional do Idoso e dá outras providências. Brasília, DF, 1994. Disponível em: <https://sbgg.org.br/wp-content/uploads/2014/10/politica-nacional-do-idoso.pdf>. Acesso em: 10 nov. 2019.

FREIRE, P. **Pedagogia da esperança: um reencontro com a Pedagogia do oprimido.** São Paulo: Paz e Terra, 2006.

OLIVEIRA, C. S. *et al.* Oficina de educação, memória, esquecimento e jogos lúdicos para a terceira idade. **Revista Ciência em Extensão**, v. 8, n. 1, p. 8-17, 2012.

PAULO, F. S.; NACHTIGALL, N. R. G.; GOES, T. P. Educação popular e educação social a partir de Paulo Freire: conceitos em disputas ou complementares? **Revista Pedagógica**, v. 21. p. 43-62, 2019. Disponível em: <file:///C:/Users/Beatriz/Downloads/4535-17360-1-PB.pdf>. Acesso em: 10 nov. 2019.

SALES, M. B. de. Metáfora e dinâmicas de grupo em oficina de internet para idosos. *In*: CONFERÊNCIA IBERO-AMERICANA WWW/INTERNET. Algarve/Portugal, 2003.

SALES, M. B. de; GUAREZI, R. de C.; FIALHO, F. A. P. Infocentro para terceira idade: relato de experiência de aprendizagem por pares. Colabor@. **Revista Digital da CVA**, v. 4, n. 13, mar., 2007.

SERBIM, A. K.; FIGUEIREDO, A. E. P. L. Qualidade de vida de idosos em um grupo de convivência. **Scientia Medica**, v. 21, n. 4. p. 166-172, 2011.

SILVA, C. F.; BRANDÃO, C. R. Alguns imaginários para pensar a educação em tempos de crise e em termos de esperança. **Revista Pedagógica**, v. 21. p. 20-42, 2019. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.22196/rp.v21i0.4637>. Acesso em: 20 nov. 2019.