

GRUPO DE IDOSOS: UM ESPAÇO DE QUALIDADE DE VIDA

Rosane Balsan

Resumo. Considerando que os dados demográficos demonstram que o número de pessoas idosas vem aumentando progressivamente, o lazer se constitui em uma atividade que contribui para a melhoria da qualidade de vida do idoso. Os Grupos de Idosos estão sendo considerados cada vez mais importantes para a atividade turística e para o lazer. Os idosos apresentam múltiplas características, tanto biológicas, quanto psíquicas e sociais relacionadas à atividade turística e de lazer, que devem ser consideradas nas políticas públicas.

Palavras-chave: Grupos de idosos, sociabilidades, qualidade de vida.

Hoje faço parte de Grupos de Idosos. Já participei de um, que era parado. Faziam-se serviços manuais. São para pessoas mais quietas. Há Grupos de Terceira Idade de todo jeito. Certamente haverá um para você: dança, teatral, esportivo, trabalhos manuais etc. Não tem desculpa para não frequentar [...]. Fazem muito bem para nosso corpo e, principalmente, para a alma. Precisamos ficar atentos porque Terceira Idade não é uma coisa excepcional. Moças ou moços ficam deslumbrados com essa multidão de Terceira Idade, e em jogos re-

“
Há um pouco de
deslumbramento
para esse efeito
da existência
”

gionais ou estaduais, ou mesmos nos Grupos de Idosos por aí; brincam muito com as pessoas, às vezes até nos prejudicando, deixando-nos ao sol, enquanto elas ou eles estão em coberturas com sombra e água fresca. [...] Terceira Idade é apenas a seqüência da existência. Com a evolução do planeta em todos os sentidos, passamos a ser a maioria. Mas somos os mesmos: engenheiros, advogados, doutores de um modo geral, técnico, profissional de respeito... etc. A meu ver, há um pouco de deslumbramento para esse efeito da existência mais longa. No meu caso, lembro-me bem, que, quando era pequeno (criança), diziam que éramos a esperança da pátria. Era o país dos jovens, da juventude. Passaram-se, apenas 50 anos, e tudo mudou, estou eu aqui outra vez, na maioria; como esperança novamente. [...] A meu ver, não é só achar tudo bonitinho, e não aproveitar o melhor de nós, que é a experiência... Não vou dizer que não têm “cabeças duras” em nossos Grupos, mas se deveria aproveitar nossa capacidade, cada um no seu campo de conhecimento, para melhoria de muitas coisas... O que é da Terceira Idade deve ter representantes da 3ª idade, porque a juventude brinca muito, até com as boas intenções, mas acaba prejudicando-nos. [...] Há muito que fazer para a 3ª idade, uma coisa que acho que deveriam aumentar a idade de 60 para 70 anos para alguns privilégios, para algumas filas, por exemplo, uma vez que está ficando melhor para nós pegarmos a fila

normal. [...] Enfim, consulte-nos para decisões sobre a 3ª idade. Ninguém melhor que o próprio idoso para saber o que é bom para ele... (Geraldo Falconi, participante de um Grupo de Idosos. 03/03/05).

INTRODUÇÃO

Herdar uma longevidade ativa é resultado tanto de fundo biológico quanto do modo de vida, das condições de trabalho, da alimentação e lazer de cada um. Nesse aspecto técnico, Aslan (1985) explica que as atividades regulares são necessárias e devem ser realizadas como lazeres ativos (esporte, exercícios físicos, passeios ao ar livre, entre outros), o que, por natureza, permite melhor oxigenação dos tecidos. Porém, mesmo recomendáveis, são necessários cuidados especiais quando direcionados a idosos. Rosenfeld (2003, p. 413) aconselha:

Em vez de ficar ruminando sobre seu inevitável fim, concentre-se em melhorar a qualidade de vida que você tem agora. Esqueça aquelas imagens de velhinhos rabugentos. Não fique pensando em asilos, inspire-se nos torneios de tênis e nas maratonas para pessoas de mais de oitenta anos.

O aumento do número de pessoas com mais de 60 anos e do crescimento da proporção que representa esse segmento sobre

o total da população “[...] gera novas demandas de serviços e assistência sócio-sanitária, que pressionam para a reorganização do atual sistema de distribuição dos recursos públicos” (FONTE, 2003, p. 09). O envelhecimento populacional provoca a transformação da velhice em uma questão social complexa, acompanhada pela busca de mudança nos discursos e práticas políticas.

A velhice, historicamente enfocada como um fenômeno relativo ao processo físico e restrito à esfera familiar ou privada, torna-se uma questão central nos debates sobre o planejamento das políticas públicas. O envelhecimento da população influencia no crescimento econômico, em investimentos e consumo, mercado de trabalho, transferência de capital e propriedades, pensões e impostos, assim como na assistência prestada. Também afeta a saúde e a assistência médica, a composição e organização da família, a casa, as migrações e a educação.

Nesse contexto, o espaço urbano como espaço de lazer tem um papel que:

[...] varia de acordo com a forma como tratamos o lazer. Se o vemos como privilégio de consumo real, o espaço urbano é simplesmente local de acesso; se o vemos na vida da cidade estreitando relações, com funções sociais e pessoais, o espaço é componente primordial na qualidade de vida (BONALUME, 2002, p. 198).

Hoje o mais importante é poder melhorar a qualidade de vida dos idosos, proporcionando bem estar, saúde e equilíbrio.

O GRUPO DE IDOSOS COMO UMA NOVA OPÇÃO DE ATIVIDADES NO ÂMBITO DO LAZER¹

Nos últimos anos, a Terceira Idade, por várias razões, ficou mais visível para a sociedade. Isso faz com que haja uma preocupação com o envelhecimento e com a melhoria da qualidade de vida dos mais velhos na sociedade brasileira, fato que se evidencia na proliferação dos Grupos de Idosos, principalmente a partir dos anos de 1980 (DEBERT, 1999). Nesses grupos, os idosos passam por um processo de reconstrução de identidades, celebrando o envelhecimento como um momento de realização pessoal, desenvolvendo atividades com prazer e de maneira mais amadurecida.

O ingresso no Grupo de Idosos é um marco na vida de muitos idosos, uma espécie de divisor de águas que substitui o período de

¹ Os dados expostos neste artigo são base da pesquisa que foi operacionalizada tendo como referência os 36 Grupos de Idosos e seus respectivos coordenadores na cidade de Rio Claro-SP, complementados na tese de doutorado da autora, defendida em 29 de novembro de 2005.

solidão, seguinte à viuvez ou à perda de algum membro da família, por um outro de novas amizades, festas, encontros e passeios. Alguns integrantes chegam a falar que fazem parte de outra família: "A família do Grupo de Idoso X e/ou do Grupo de Idoso Y".

“
O ingresso no
Grupo de Idosos
é um marco na
vida de muitos
idosos
”

Concordamos com
Melo e Alves Junior (2003, p.
47), quando apontam que

[...] a promoção de encontros e a organização de Grupos de Idosos não são objetivos menores, mais ainda se tivermos em conta que o processo de excessiva fragmentação e individualização presente na sociedade contemporânea, em algumas faixas etárias (caso dos idosos, que vão perdendo as referências e sentindo-se solitários com o decorrer do tempo) e em algumas metrópoles (nas quais o caos urbano produz problemas típicos, como o medo da violência, que acaba estimulando as pessoas a se esconder dentro de seu lar).

Participando dos Grupos, os idosos pretendem ter um envelhecimento bem sucedido e sadio, permitindo-se, muitas vezes, tornarem-se fanáticos por jogos (seja bingo, vôlei ou outra atividade esportiva). Também gostam muito de dançar e de experimentar diferentes tipos de lanches. Assim, a tríade, baile, bingo e bolo pode ser considerada como

elemento aglutinador dos idosos e responsável pela participação de grande parte deles nos grupos. Alguns coordenadores de grupos de idosos e entrevistados chegam a falar que em certos Grupos de Idosos existe, em vez de tríade, um quarteto, acrescentado pelo elemento "briga" decorrente de disputas inter e entre grupos por questões como a atenção maior da coordenadora para alguns participantes, a diferença de valor cobrado nas excursões, e "fofocas" de modo geral.

O bingo foi percebido como a principal atividade na maioria dos Grupos investigados, absorvendo de tal maneira os idosos que pode até funcionar como um obstáculo para a implantação de outras opções de atividades. Para realizarmos as entrevistas desta pesquisa, por exemplo, foi preciso definir um horário anterior ao início do bingo; iniciada a sessão, as atenções eram voltadas apenas para o jogo. Posteriormente, os idosos tomam lanche e logo retornam aos seus lares. Dessa forma, sendo o bingo a atividade apontada como preferida pelos Grupos entrevistados, pode-se sugerir que seja considerado, de maneira especial, na elaboração de qualquer política pública voltada para o entretenimento dos mesmos.

Os coordenadores dos Grupos de Idosos entrevistados afirmaram que o bingo pode ser um forma de entretenimento, mas também, em alguns casos, pode tornar-se um há-

“
O bingo é a
atividade preferida
pelos Grupos
entrevistados
”

bito arraigado, um verdadeiro vício. As entrevistas mostram as diversas posições:

- O bingo é uma verdadeira doença, tem alguns que saem do nosso Grupo e vão para a casa de bingo no centro da cidade.
- Eles gostam muito de freqüentar o Grupo por causa do bingo, tanto é que dois ou três coordenadores são contra os idosos de participarem de mais de um Grupo. Na minha opinião, os idosos estão certos, para eles é uma distração.
- Não tem aonde ir. O único lugar que eles vão é em bingo. Se você quer fazer alguma coisa diferente, eles querem jogar bingo.
- Quando alguém vem falar alguma coisa, dar uma palestra, se demorar, os idosos já começam a falar; “vai demorar, está na hora do bingo, vamos começar”.²

O lanche (bolo) é outro fator de atração e aglutinação dos idosos nos Grupos. Nas palavras dos coordenadores, os idosos só participam de atividades fora da sede do Grupo se forem oferecidos "comes e bebes". Além disso, é certa a participação se, além do lanche, houver baile:

² Entrevista feita pela autora com coordenadores de Grupo de Idosos em 2004.

- Nunca pediram para conhecer lugar nenhum em Rio Claro, você só leva se tem um conjunto, comes e bebes.
- Os idosos vão, se vai ter lanche, vai ter almoço, e ainda querem qualidade. Eles querem que tenha alguma coisa.³

Assim, os "três bês" (baile, bingo e bolo) passam a ser considerados como condição para as reuniões do Grupo de Idosos, embora, para alguns entrevistados, participar de um grupo de idoso muitas vezes pode ser uma atividade considerada negativa, seja pelo preconceito com as tais condições "três B", ou talvez numa atitude de negação da velhice.

O elemento baile e bolo também é referência no asilo, como relata um ex-diretor:⁴

Bom, os momentos alegres são que, a cada dois meses, fazemos aniversário para os aniversariantes [...], outro é quando vem uma banda musical e toca uma hora, uma hora e meia. Eles não querem saber de almoço, não querem saber de merenda, não querem saber de nada. Querem só ouvir música, cantar junto com os cantores da turminha.

Outros consideram os grupos de convi-

³ Entrevistas feitas pela autora com dois coordenadores de Grupo de Idosos em 2004.

⁴ Entrevista realizada com um Ex-Diretor do Asilo São Vicente de Paula.

vência desprezíveis, pois se sentem infantilizados. Alguns idosos não participam dos grupos e afirmam: *Não gosto dessa coisa de tratar os idosos como crianças*⁵. Como se pode perceber, nessa frase e nos depoimentos anteriores, dependendo do encaminhamento das atividades e do perfil do grupo, uns idosos consideram o encontro como fator aglutinador, já outros não querem dele participar. É importante registrar que alguns idosos preferem atividades educativas e instrutivas, ao invés de simplesmente jogos, como o bingo.

A frequência e permanência no grupo consolidam laços de afetividade e companheirismo entre os idosos. Os dados da pesquisa mostram que 40 % dos entrevistados participam dos Grupos há mais de cinco anos, e 18 % entre 11 e 25 anos. Além disso, cerca de 73 % declaram só freqüentar o próprio grupo, enquanto 8 % chegam a participar de mais de dois Grupos de Idosos. Os principais motivos da participação em outros Grupos, apontados pelos entrevistados, são: bingo, disponibilidade de tempo, atividades esportivas variadas, bom relacionamento com o coordenador e proximidade de casa.

Porém, considerando que muitos coordenadores não apreciam a participação dos membros de seu Grupo em atividades de ou-

⁵ Comentário realizado por uma integrante durante a realização das entrevistas em um Grupo.

tros Grupos, muitos entrevistados deixaram transparecer um certo receio de informar, pois podem ser "descobertos" e causarem mal-estar. Assim, acreditamos que não são poucos aqueles idosos entrevistados que participam de diferentes grupos ao mesmo tempo.

Os Grupos de Idosos que mais atraem membros de outros são os Grupos: "Emanuel", "Santa Cruz" e "Lazer", segundo os entrevistados. Os motivos da participação de não membros nos Grupos de Idosos variam de um para outro. No "Emanuel", por exemplo, o motivo mais forte é

“
Não são poucos
os idosos que
participam de
diferentes grupos
”

a presença de um pastor na coordenação, pois, segundo os entrevistados, é "muito instrutivo", "passa cultura, lazer"; "neste grupo as pessoas se sentem bem, têm passeios, o pastor fala"; "há atividades diferentes". Por seu lado, o pastor refere-se a essa procura por seu Grupo como fruto do trabalho desenvolvido com espírito ecumênico. Já nos Grupos "Santa Cruz" e "Lazer" o atrativo maior é o bingo.

Quanto à atividade de lazer predominante os Grupos de Idosos, podem ser classificados em três grandes categorias: os "esportivos", os "bingueiros" e os "especiais" (Quadro 1).

QUADRO 1. CATEGORIZAÇÃO DOS GRUPOS DE IDOSOS EM RIO CLARO, SP

Esportivo
Os Grupos diretamente relacionados à atividade esportiva incluem grupos específicos de ginástica, vôlei e de atividades esportivas diversas. Pode-se observar que nem todos os profissionais são habilitados a trabalhar com os idosos.
Especiais
Os Grupos especiais de canto e religioso têm características únicas, reveladas em suas atividades ou programações. O primeiro: a maioria participa também de outros grupos e neste para cantar músicas de diversos tipos, tais como italiana, valsa, sertaneja, música popular brasileira etc. O grupo tem um "livro" com letras selecionadas. A escolha do repertório depende da programação de datas festivas, tais como Páscoa e Natal, ou ainda de festivais. O segundo: é coordenado por um pastor com um programa bem variado e tem um estilo ecumênico.
Bingueiro
Os Grupos ligados ao bingo apresentam como principal atividade esta. Numericamente são os mais expressivos, talvez pela facilidade da principal atividade de entretenimento.

Fonte: Dados coletados pela autora nos meses de mai./jun./jul./ago., 2004.

Além de atividades específicas predominantes, todos os grupos têm atividades rotineiras como: aniversário do Grupo; festa dos aniversariantes do período (que geralmente acontece a cada dois-três meses); festas típicas ou religiosas, tais como Festa Junina, Páscoa e Natal; reunião semanal ou mensal, tanto em período ves-

pertino quanto matutino e noturno⁶.

Em trabalho de coleta de dados primários, procurou-se observar como funcionavam as reuniões semanais dos Grupos. Transcreve-se o ocorrido em uma delas, para exemplificar: *estavam presentes, no total, trinta e sete pessoas, dentre elas três jovens e uma criança. O Grupo de Idosos se reúne à noite e geralmente é composto por casais. Na abertura, a diretoria do Grupo de Idoso informa sobre assuntos úteis, como descontos para*

“
Todos os grupos
têm atividades
rotineiras

”

*aposentados. Também se fez uma oração, por uma integrante do Grupo de Idoso que estava adoentada, e cantaram uma canção. O Grupo de Idoso tem como hábito fazer uma refeição, em geral sopa, e depois joga "bingo". Durante esse tempo, pode-se tomar vinho ou cerveja. E depois todos vão para casa, demonstrando contentamento por mais um encontro.*⁷

Observou-se que os Grupos de Idosos

⁶ À exceção do Grupo: "Emanuel" (mensal), nos Grupos de Idosos esportivos a reunião é matutina e ocorre duas vezes por semana. Ginástica Feliz Idade, Ginástica Raio de Sol, UNESP, Sesi Arte de Viver e Vida Azul e nos Energéticos da Melhor Idade os encontros são noturnos.

⁷ Observação da autora nos meses mai./jun./julh./ago. de 2004, no Grupo de Idoso Energético.

“
Os Grupos
tornan-se
multiplicadores
em suas famílias
e vizinhança
”

recebem, constantemente, em suas reuniões semanais ou mensais, visitas de diversas pessoas ligadas aos mais variados ramos de prestação de serviço, tais como: representantes de farmácia, revendedores de produtos naturais, agentes de turismo que buscam divulgar seus produtos. Tal fato confirma a condição dos idosos de "consumidor especial". Além disso, os Grupos recebem informações institucionais, campanhas de interesse social e de saúde, tornando-se multiplicadores em suas famílias e vizinhança.

Além dos encontros semanais, outras modalidades como Jogos Regionais e escolha de *Miss e Mister* são componentes da mobilidade do lazer dos idosos. Os Jogos Regionais, as escolhas de Miss e Mister são atividades em que a idade cronológica é um elemento fundamental na aglutinação dos participantes. Nesse sentido, distinguem-se das outras atividades, como bailes, bingos, que, congregando majoritariamente pessoas mais velhas, não têm na idade uma dimensão central nas práticas desenvolvidas.⁸

⁸ Os jogos regionais e o estadual dos Idosos estão entres as atividades promovidas pelo Fundo Social de Solidariedade de São Paulo. As modalidades do V JORI foram: atletismo feminino; atletismo masculino; bocha; buraco; damas; dança

Participar da escolha da *miss* ou do *mister* ou fazer parte da delegação da cidade nos jogos é considerado uma honra e cria acirrada disputa entre os grupos, a ponto de alguns coordenadores citarem a escolha da *miss* e *mister* como um "prêmio" para o grupo.

Rio Claro também tem participado de todos os jogos regionais, procurando disputar em todos as modalidades, tendo sediado, em 2001, a quinta edição dos jogos regionais, recebendo participantes de 48 municípios.⁹ A esse respeito, tem-se nas entrevistas (2004) que os coordenadores revelam estar insatisfeitos com a atuação do poder público na escolha dos participantes, que, muitas vezes, não demonstram critérios claros, privilegiando na escolha quase sempre as mesmas pessoas e que alguns nem são membros dos Grupos de Idosos. Uma coordenadora também reclama do uso político dos idosos:¹⁰

- Ganhamos uniforme esportivo para os integrantes que participam dos jogos regionais e algum outro "mimo" só em

de salão; dominó; malha; natação feminina; natação masculina; truco; voleibol feminino e voleibol masculino.

⁹ Os Jogos Regionais dos Idosos são promovidos pelo Fundo Social de Solidariedade e São Paulo em parceria com a Secretaria de Estado da Juventude, Esporte e Lazer.

¹⁰ Entrevista feita com coordenadores dos Grupos de Idosos em 23/06/2004.

tempo de eleições. Ah, já ia esquecendo de falar! Quando é inaugurada alguma coisa na cidade e não tem público, logo chama-se os grupos de idosos para fazer volume; somos muito usados.

Ainda a mesma coordenadora oferece algumas sugestões:

- Precisamos de mais incentivos, mais atividades esportivas. Além de pessoas com capacidade de nos treinar, alguém que busque integrar e fazer competições justas e não intrigas para os grupos se chatearem.

Em 2005, a Prefeitura Municipal funda o JOMI - Jogos Municipais dos Idosos, prevenindo, em seu regulamento, que será uma etapa seletiva para os Jogos Regionais do Idoso - JORI, classificando os melhores atletas de cada modalidade: atletismo, bocha, buraco, dama, dança de salão, dominó, malha, natação, truco e voleibol (PREFEITURA MUNICIPAL DE RIO CLARO, 2005). Como podemos observar, muitas são as atividades de lazer desenvolvidas por idosos em Grupo ou individualmente na cidade de Rio Claro e em cidades vizinhas.

“
Os Grupos
oferecem uma
oportunidade aos
mais jovens de
refletirem sobre
que tipo de idoso
pretendem ser no
futuro.

”

Esses grupos podem servir de exemplo para chamar a atenção da sociedade, dos órgãos públicos, dos governos, das empresas, para as questões relativas ao envelhecimento e qualidade de vida, rompendo as barreiras políticas, econômicas, sociais e culturais a que estão relegados os mais velhos. Os Grupos de Idosos oferecem uma oportunidade aos mais jovens de refletirem sobre que tipo de idoso pretendem ser no futuro.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O movimento dos Grupos de Idosos (ou de terceira idade, ou da melhor idade, como alguns preferem denominar) vem crescendo tanto que os grupos buscaram espaço para a realização de reuniões semanais e eventos, o que os levou a ganhar uma grande projeção na sociedade.

REFERÊNCIAS

ASLAN, Ana. **Vencendo a velhice**. Rio de Janeiro: Record, 1985. 130p.

BONALUME, Cláudia Regina. O lazer numa proposta de desenvolvimento voltada à qualidade de vida. In: LAMARTINE, Ademir Pereira da Costa (Org). **Lazer e**

Desenvolvimento Regional. Santa Cruz do Sul: EDUNIS, 2002 p. 87-212.

DEBERT, Guita GRIN. **A Reivenção da Velhice.** São Paulo: Edusp, 1999. 266p.

FONTE. Isolda Beia da. **Diretrizes Internacionais para o envelhecimento e suas conseqüências no conceito de velhice.** Disponível em: www.abep.nepo.unicamp.br/XIIIencontro/Anais_Abep_2002/PDF/Com_ENVPO4_Fonte_texto.pdf. Acesso em 24 jan. 2003.

MELO, Victor Andrade Junior; ALVES, Edmundo de Drummond. **Introdução ao lazer.** Barueri: Manole, 2003, 153p.

RIO CLARO. Prefeitura Municipal. **Regulamento dos Jogos Municipais do Idoso** - JOMI, Rio Claro, 2005-14p. No prelo.

ROSENFELD, Isadore. **Viva agora, envelheça depois:** maneiras comprovadas de desacelerar o tempo. Tradução de Patrícia de Queiroz Carvalho Zimbres. São Paulo: UNESP/SENAC, 2003. 418p.