

Aprendendo a Ser Sob o Olhar da Gerontologia Social

Fátima Maria Sobral*



A perspectiva cronológica da velhice e juventude é muito relativa, vejamos: ao olhar um adulto de 50 anos, um jovem de 15 certamente o considerará idoso; no entanto, quando ele atinge essa idade, o sentimento será outro: o idoso com certeza terá muitos anos a mais. Esta relatividade está baseada no fator tempo.

Ao longo do ciclo de vida dos indivíduos, o tempo surge como um elo condicionante de comportamentos e perspectivas, seja na infância, seja na adolescência, na maturidade e na velhice. O ser humano fatalmente envelhecerá com o tempo, mas a consciência do envelhecimento é percebida como uma dificuldade de sentir a continuidade do tempo de sua própria existência. Dessa forma a idade cronológica

corresponde aos estágios tradicionalmente reconhecidos como juventude, idade madura e velhice; conceito construído a partir das vivências pessoais e ambientais do sujeito.

A idade deixa de ser um fator exclusivo quando sujeito e grupo social constroem suas relações. A identificação e a aceitação do indivíduo no grupo social são determinadas por fatores como raça, estado de saúde, compreensão e aceitação dos estágios de vida e a busca por alternativas de qualidade de vida. Também predominam as causas sócio-econômicas, pois são as que mais influenciam e oferecem critérios para a construção das relações sociais.¹

No panorama social do Brasil, onde a tendência é valorizar o novo, a velhice ainda é vista como uma etapa de

* Especialista em Terceira Idade. Ilhéus, Bahia, 2002.

¹ Mishaara & Riedel. *El Proceso de envejecimiento*. Madrid: Morata, 1986, p. 19.

declínio físico e mental acompanhada de enfermidades, solidão, abandono e tristeza. Essa é uma visão estereotipada, cruel e inseqüente em que a sociedade padroniza o cidadão idoso. De tanto preconizar esses mitos e preconceitos, o resultado é o fortalecimento social desses sentimentos e comportamentos negativos, fazendo com que grande parcela dos idosos incorpore essas imagens e passe a se considerar senil, enfermo, assexuado, inútil, incapaz de ser, de fazer e de aprender.

Fruto do desconhecimento sobre o processo de envelhecimento, tanto os idosos como os não idosos, aliados à valorização do novo, muitos continuam a acreditar que "o Brasil é um país de jovens", apesar de estudos demográficos estarem revelando que a população idosa brasileira está cada vez maior.

Dados estatísticos afirmam que no Brasil, hoje, a expectativa de vida ao nascer corresponde a 71 anos para homens e 75 anos para mulheres, com possibilidades de aumentarmos! O certo é que estamos envelhecendo, em termos de quantidade de idosos e em anos de vida.

Necessidades e expectativas emergem dessa faixa etária, influenciando na construção de relações de cidadania saudável e consciente. Essa população, que se faz cada vez mais presente, passa a prescindir de tratamento especializado. De forma nem tão silenciosa, os idosos vão criando seus espaços - que apontam para demandas

e afloram sensibilidades de profissionais e entidades para a realidade do envelhecimento... inexorável e demograficamente universal.

Se por um lado a velhice tem suas seqüências biológicas, por outro ela transforma a relação do homem no tempo, muda a sua relação com o mundo e com sua própria história. Tendo em vista a relação da cultura brasileira com a velhice, assinalamos a necessidade de mudança da mesma: o idoso precisa estar inserido na cena social, trilhar passos para o seu reconhecimento, delinear a ordem da temporalidade e se possibilitar a dimensão de futuro.

Reforçar a mudança das relações faz parte dessa trilha de aprender a ser - onde os idosos não estão sozinhos. Alguns segmentos da sociedade, há muito vêm tomando consciência de que esse sujeito idoso é, antes de tudo, um cidadão que, como qualquer outro, tem necessidades de adaptação e socialização; é imprescindível que possa interagir com o outro e com o mundo.

Parece possível afirmar que as pessoas envelhecem de forma coerente com a história de suas vidas, história esta que se constrói no processo das relações - pessoal e social - da vida cotidiana. A essência da pessoa não se modifica; ela está disponível (ou não) a novas configurações que trarão significados à velhice, dando-lhe um sentido de continuidade. A vida é uma construção contínua: todo dia se aprende algo novo, mesmo sem perceber.

A preparação para o envelhecimento significa ter de adotar novos hábitos para viver e com-viver. O que significa re-educar. Propor, há 50 anos atrás, uma educação que não fosse para as gerações jovens seria de difícil aceitação pois, no imaginário social, “velho não aprende”, “não tem mais capacidade”, “o juízo está fraco”. Para a mentalidade da época, no máximo, a melhor oferta para os idosos seria um “merecido descanso”. Mesmo que na França já se pensasse em “educação permanente” desde 1955,² no Brasil, ainda hoje, resistências são encontradas.

Apesar dessas resistências, a aprendizagem na terceira idade é um processo perfeitamente viável e deve ser estimulado, devendo-se respeitar as individualidades e ritmo de cada um. Levantando essa bandeira, o Núcleo de Estudos do Envelhecimento da UESC vem disponibilizando alternativas de conhecimento e (re)socialização para o indivíduo acima de 50 anos. Oferece um programa com característica flexível e apropriada ao perfil do idoso da região, mesclando atividades culturais e corporais que possam identificar as necessi-

dades e permitam dar significado à vida do idoso.

Nesse sentido, o Núcleo incorporou a Gerontologia como módulo básico das disciplinas oferecidas ao idoso freqüentador dos cursos para a terceira idade. Com carga horária de 30 horas/aula, esse curso tem por finalidade desenvolver o aprendizado sobre a velhice e o envelhecimento; sua abordagem tem levado em conta as características de uma clientela especial e heterogênea: o idoso.

A experiência de trabalhar o conteúdo dessa disciplina com o próprio idoso tem revelado um espaço de aprendizagem importante. Ao utilizar dinâmicas e técnicas que estimulam a troca de experiências e de valores, a disciplina cria um estado de cumplicidade propício a revelações de histórias de vida que partem de aspectos conceituais, históricos e sócio-culturais abordados.

Parte desse aprendizado estimula a conscientização a partir da escuta de si, dos sinais do próprio corpo, de seus limites e necessidades, para não se tornar vítima de sua própria negligência. É necessário que todo profissional que lida

² Pierre Furter em *Educação e vida* conceitua a educação permanente como “duplo processo de aprofundamento tanto da experiência pessoal quanto da vida pessoal global, que se traduz pela vida ativa, efetiva e responsável de cada sujeito envolvido, *qualquer que seja a etapa da existência*” (grifo nosso). Com uma diferença peculiar, a “educação continuada” se processa através de entidades, possui critérios de educação formal e informal, tendo por base a oferta de propostas e alternativas que possa “atender às situações de mudança e amadurecimento do indivíduo” (Apud GADOTTI, M. *Educação e poder: introdução à pedagogia do conflito*. S. Paulo: Cortez, 1985, p. 94).

com o idoso - e isto é válido também para os familiares - tenha como meta estimular o autocuidado, decisivo para manter a autonomia e o bem estar físico, mental e espiritual do cidadão idoso.³

Esse aprendizado, aliado ao autocuidado, e com informações que vão sendo repassadas, sinalizadas, servem como alerta sobre a necessidade de se realizar exames periódicos, de se procurar orientação especializada, de se observar as reações ao uso de medicamentos, de se manter um estilo de vida saudável (alimentação, atividade física, social e espiritual), de se atualizar nas leis e direitos que asseguram ao idoso convivência e adaptabilidade social. Esse aprendizado, ainda enriquece o entendimento do por que envelhecemos e, conseqüentemente, proporciona maior aceitação da própria velhice e respeito à velhice do outro.

A experiência com os conteúdos da Gerontologia Social junto aos maiores de 50 anos diz muito da vivência de "aprender e poder mudar" (aluna, 62 anos); "estar empolgada e estimulando os familiares pois repassa o aprendizado aos filhos curiosos" (aluna, 57 anos).

Esse mesmo curso - que é mesclado com alunos de outros cursos - também propiciou um enfoque nas relações pessoais e interpessoais: na importância do trabalho realizado em equipe, no

sentimento de solidariedade, dando uma visão multidisciplinar para as atividades que acabam por trazer uma experiência gratificante. Esta experiência proporcionou o relacionamento intergeracional e a troca de conhecimentos entre faixas etárias e profissionais de diversas áreas (saúde, educação, economia). O curso foi enriquecido pelas histórias do cotidiano de cada um, pelo exercício da relação jovem-idoso, o que pensam e sentem. Como disseram as alunas: "*serviu de alerta para a condução dos problemas e possíveis alternativas*" (aposentada); "*mudou o relacionamento com o pai e passou a refletir mais a política social*" (estudante de enfermagem, 24 anos); "*serviu para nortear o trabalho profissional na sensibilidade e trato às limitações físicas*" (estudante de educação física, 23 anos).

Contudo, as avaliações se fazem necessárias como forma de identificar novas demandas e necessidades do conteúdo e do aprendizado. Com a participação de todos, no sentido de melhor conduzir e disponibilizar as atividades que venham a ser oferecidas aos alunos da terceira idade, essas avaliações funcionam como um termômetro, indicando novas alternativas ou melhoria das já existentes.

Vale afirmar que esses momentos em sala de aula, enriquecidos pela

³ OMS - Organização Mundial de Saúde, conceito de saúde.

Gerontologia Social, adquirem um valor significativo para o indivíduo que envelhece. Funcionam como alavanca para o fortalecimento da auto-estima e da integração dos idosos na sociedade, transpondo seus próprios limites e preconceitos adquiridos ao longo dos tempos. Queiramos ou não **ficaremos velhos**: é uma afirmação que devemos ter sempre em mente. Estarmos preparados para entrar nessa fase da vida requer

uma constante reflexão. O compromisso aqui é viver melhor e mais positivamente a velhice, num esforço contínuo de ser e aprender, aprendendo a ser.

*Morrem certas capacidades
mas nascem outras dentro de mim.
Morrem certas possibilidades
mas nascem outras dentro de mim.*

.....

(Guite Zimerman)⁴

⁴ Zimerman, G. I. *Velhice, aspectos biopsicossociais*. Porto Alegre, Artmed. 2000, p. 116.