

Relato de Experiência**O Novo na Vida dos Velhos***Uma realidade em Núcleos de Convivência de Idosos**Cristina Aparecida Andrade Pereira*

O pão velho azeda porque fica simplesmente ali, vítima da umidade, dos fungos, da oxidação e de vários processos químicos destrutivos. Um paredão de calcário desmorona com o tempo porque é castigado pelo vento e pela chuva e porque não tem poder para se reconstruir. Nossos corpos também são submetidos ao mesmo processo de oxidação e são atacados por fungos e vários germes; e são expostos ao mesmo vento e à mesma chuva. Mas, ao contrário de um paredão de calcário ou de um pedaço de pão, nós somos capazes de nos renovar. (CHOPRA, 1994, p. 19-20)

Vivemos um momento de intenso crescimento da população idosa em todo o mundo. O Brasil, que era considerado um país de jovens, vem sofrendo para adaptar-se a sua nova realidade: está se tornando um país de “velhos”. Segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE (2015), o número de pessoas com 60 anos ou mais representava, em 2014, cerca de 13,7% da população total brasileira. Ainda, de acordo com projeções do IBGE (2013), em 2060 este número será de cerca de 33,7% da população.

Falar sobre velhice é um tema interessante e, ao mesmo tempo, delicado. O envelhecimento é um processo natural do organismo, do ciclo da vida – nascemos, nos tornamos crianças, adolescentes, adultos e velhos, apresentando características biológicas, psicológicas e sociais específicas a cada fase. Envelhecer é um processo gradativo e constante, pois o ciclo se inicia desde nossa concepção.

As inúmeras alterações em nossa aparência física e funções orgânicas vão sinalizando o avançar deste processo: das transformações físicas da infância para a adolescência e fase adulta até chegarmos à velhice, quando se iniciam as perdas de algumas funções do organismo, o surgimento dos cabelos brancos e das rugas, a pele e musculatura tornando-se flácidas, os movimentos e raciocínio ficando mais lentos, indicam o passar do tempo.

Numa sociedade que valoriza a beleza e a juventude, tornar-se velho é algo que muitos desejam evitar e, para isso, recorrem ao uso de medicamentos, produtos estéticos, cirurgias plásticas e reposições hormonais, entre tantos, para manter-se sempre jovem e “saudável”. Além disso, ainda convivemos com

a imagem estereotipada do velho ranzinza, chato, sem graça e solitário, o que ninguém deseja ser. Porém, nenhum produto, medicamento ou técnica é capaz de evitar o envelhecimento, pois, como dito anteriormente, envelhecer é um processo natural de todo ser vivo.

O processo de envelhecimento não ocorre da mesma forma para todas as pessoas. A forma como cada um viveu sua juventude, as condições financeiras e psicológicas e o contexto familiar e social promovem em cada indivíduo um envelhecer diferenciado, singular e único, onde poderão existir limitações físicas, intelectuais, emocionais e sociais que, por consequência, irão ocasionar a aceitação ou não da chegada desta fase. Deverão enfrentar, ainda, a visão que a sociedade e as pessoas mais jovens têm em relação ao velho, podendo ou não influenciar este processo.

A pesquisa *Idosos no Brasil – Vivências, desafios e expectativas na terceira idade*, realizada e publicada através da parceria entre a Fundação Perseu Abramo, o SESC Nacional e o SESC São Paulo, aponta que “nas sociedades ocidentais, as atitudes sociais em relação a idosos e à velhice são predominantemente negativas, principalmente entre os não idosos” (NERI, 2007, p. 37).

Preconceitos e discriminação são destacados, “resultantes de falsas crenças a respeito da competência e da produtividade dos idosos”. Durante a pesquisa, os jovens (não idosos) mencionaram a “incapacidade, desatualização e desinformação dos idosos, considerando-os ultrapassados”. Já os idosos mencionaram sobre o “desrespeito, desprezo, incompreensão e preconceito” que sofrem pelos não idosos (NERI, 2007, p. 37).

Nos países orientais como China e Japão, por exemplo, tais preconceitos e discriminações não acontecem. A experiência de vida dos idosos é tratada com respeito e orgulho pelos familiares que cuidam e reverenciam cada ancião, consultando-os quando precisam tomar alguma decisão por considera-los sábios. Nestas culturas orientais “a velhice é sinônimo de sabedoria e respeito” (MASC, 2013¹).

Jean Paul Sartre, em seu livro *A esperança agora*, afirma:

Nem todo mundo me trata como velho. Acho graça disso. Por quê? Porque um velho nunca se sente um velho. Compreendo, a partir dos outros, o que a velhice implica para aquele que olha para fora, mas eu não sinto a minha velhice. Logo, a minha velhice não é algo que, em si mesmo me ensine alguma coisa. O que me ensina alguma coisa é a atitude dos outros em relação a mim. Em outras palavras, o fato de que ser velho para outrem é ser velho profundamente. A velhice é uma realidade minha que os outros sentem; eles me veem e dizem “este

¹ <http://www.ufjf.br/ladem/2013/06/28/o-olhar-ao-idoso-no-japao-e-na-china-por-silvia-masc/>

velho senhor”; são amáveis porque vou morrer logo, e são também respeitosos, etc.: os outros é que são a minha velhice. (SARTRE, 1992, p.37)

Esta visão negativa, predominante em países ocidentais, afeta de forma direta as atitudes de aceitação de quem atinge a faixa etária dos 60 anos, idade a partir da qual são considerados idosos nos países em desenvolvimento, de acordo com Organização Mundial da Saúde – OMS (OMS, 2005). Cabe destacar que, no geral, indivíduos que já atingiram a idade de 60 anos, continuam a exercer suas funções sociais, profissionais e familiares, mesmo já sendo considerados idosos, e somente após alguns anos, passarão a vivenciar as questões ligadas ao envelhecer.

Podemos olhar para a velhice como uma etapa do desenvolvimento humano, na qual cada um irá se deparar com possibilidades de aprendizado e mudanças. Durante o processo algumas crises poderão surgir ocasionadas pelas perdas, mas existem também os ganhos que podem influenciar a maneira como cada um irá se relacionar consigo próprio, vivenciando em seu corpo sentimentos, emoções e sensações desencadeadas.

Esses sentimentos darão o real significado do envelhecer e influenciarão as atitudes diante de si, da família e da sociedade, fazendo com que se adquira uma maturidade emocional, que pode ser alcançada pelos que estão abertos e dispostos a novas experiências e aprendizagens, ampliando o olhar para a vida e o envelhecer.

Podemos considerar também o envelhecimento como um processo de desconstrução da identidade construída durante a infância, adolescência e maturidade. Essa identidade, pessoal e social, é o que nos define - ser quem somos, com características, singularidades e comportamentos particulares. A identidade pessoal é formada antes mesmo de nascermos, através da cultura, expectativas, desejos e comportamentos de nossos pais e familiares. A identidade social se dá através dos vínculos estabelecidos ao longo da vida, gerados pelo convívio em grupos diversos como os religiosos, estudantis, profissionais, políticos, etc. (FERRIGNO, 2006, p.12).

Ao nos depararmos com o envelhecimento, nossa identidade pode ser reconstruída, gradativamente, baseada nas novas experiências, atitudes, comportamentos, sentimentos, estabelecimentos de novos valores e novos grupos, gerando, então, a Identidade Etária. Ferrigno (2006) questiona:

O que é ser jovem e o que é ser velho na sociedade atual? Além da quantidade de anos vividos, que características ou propriedades definem as pessoas mais jovens das mais velhas? O que é próprio do jovem, o que é próprio do velho? Tais indagações nos remetem inicialmente à própria ideia de geração. O que vem a ser uma geração? (FERRIGNO, 2006, p. 16)

Segundo o mesmo autor “as gerações são socialmente construídas, porque antes de tudo o indivíduo é socialmente construído” (2006, p. 16). Trata-se, portanto, de uma produção cultural, onde, pertencem a uma mesma geração indivíduos que apresentam a mesma forma de pensamentos, comportamentos, valores, expectativas, pertencentes a um mesmo contexto social, determinados pelas crenças e costumes de sua época.

Mas existem diferenças importantes entre idosos de 60, 70, 80 e 90 anos que devem ser levadas em consideração para que sejam tratados de forma diferenciada. Apesar de serem todos idosos, vivenciaram situações e realidades bem diferentes durante a infância e juventude, presenciaram diversas mudanças sociais ocorridas no país, e tiveram diferentes histórias de vida, proporcionando modos diferentes de perceber e vivenciar a atualidade.

Isto irá determinar a forma como se relacionam entre si, a sensação de pertencimento ao um grupo e as expectativas em relação ao futuro, podendo causar certa dificuldade para lidar com o mundo atual. É importante compreender que se trata de um processo natural, ocasionado pela diferença entre gerações, mesmo que atualmente todos sejam classificados como idosos.

Alguns fatores ocasionados pelo processo de envelhecimento e que contribuem para a reconstrução da Identidade Etária são: aposentadoria, viuvez, perda de familiares e amigos e redução do contato social, levando ao isolamento social e/ ou ao recolhimento doméstico.

O ambiente doméstico é o espaço de convivência familiar que abrange, de modo geral, um espaço afetivo formado por “laços consanguíneos, de aliança ou por afinidades”, onde existem obrigações recíprocas e mutuas entre os componentes, conforme disposições propostas do *Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos para Pessoas Idosas* (2012, p. 23).

Neste espaço ideal de afeto o idoso se sente seguro, porém, o grau de relacionamento com o mundo atual fica limitado. O território ou espaço público é formado pela comunidade / vizinhança, e por serviços locais como padarias, supermercados, farmácias, praças, áreas de lazer, etc. É no território geográfico que as relações sociais e comunitárias acontecem e se fortalecem, e onde são ofertados os serviços denominados de *Serviços de Convivência e Fortalecimento de Vínculos*.

Conforme o Manual de Orientações Técnicas dos Serviços de Convivência e Fortalecimento de Vínculos para Pessoas Idosas (SCFVI), redigido pelo Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome, Secretaria Nacional da Assistência Social e Departamento de Proteção Social Básica (2012), estes serviços deverão “promover ações e atividades pautadas nas características, interesses e demandas desta faixa etária, considerando a vivência em grupo, as experiências artísticas culturais, esportivas e de lazer e a valorização das experiências vividas, sempre levando em consideração a centralidade da

família e a referência ao Centro de Referência de Assistência Social-CRAS” (SCFVI, 2012, p.6).

Neste contexto incluem-se os Núcleos de Convivência de idosos (NCI), Serviço de Proteção Social tipificado como Convivência e Fortalecimento de Vínculos (SCFV). De acordo com as Normas de Técnicas dos Serviços Sócio assistenciais da Prefeitura de São Paulo, “destina-se ao segmento idoso com idade igual ou superior a 60 anos em situação de vulnerabilidade e risco pessoal e social” (SCFVI, 2012, p. 131).

Tem ainda como objetivo oferecer “atividades que contribuam no processo de envelhecimento saudável, no desenvolvimento de autonomia e de sociabilidades, no fortalecimento de vínculos familiares, no convívio comunitário e na prevenção às situações de risco social” (SCFVI, 2012, p. 131). As atividades socioeducativas oferecidas são desenvolvidas baseadas nas necessidades, interesses e motivações dos idosos, valorizando suas experiências e histórias, estimulando e potencializando a capacidade de escolha e decisão.

A formação de grupos com os quais se identifiquem é fundamental para o seu envolvimento e participação, pois estar em contato com o outro é uma necessidade primária do ser humano, do início ao fim da sua vida. É a partir das relações sociais que o indivíduo se desenvolve, descobre o mundo a sua volta e a si próprio, expressando sua individualidade, construindo sua identidade e convivendo com as diferenças.

Um dos serviços socioeducativos oferecidos pelos NCI’s são as Oficinas, atividades planejadas e realizadas por profissionais autônomos denominados Oficineiros. As Oficinas são realizadas semanalmente, em datas e horários pré-determinados, com objetivos de “contemplar as necessidades e expectativas dos idosos, contribuir para a construção de novos conhecimentos, favorecer o diálogo e a troca de experiências, o convívio com as diferenças, estimular a capacidade de participação e de decisão dos participantes” (SCFVI, 2012, p. 140, p. 143).

Podemos afirmar que as Oficinas são ferramentas de transformação na vida dos idosos, pois através da identificação e interesse pelas atividades realizadas, ocorre a formação natural do grupo, no qual a participação vai além de simplesmente “sair de casa”, elas precisam “fazer sentido” e oferecer informações ou atividades que despertem interesse e tragam algum aprendizado.

Os idosos que frequentam NCI’s possuem características bem diferentes dos estereótipos que afirmam que eles são preguiçosos, solitários, ranzinhas ou mal humorados, pois se mostram dispostos, alegres e interessados em aproveitar o tempo disponível para fazer atividades, participar de grupos e aprender. Eles querem viver o momento presente da melhor forma possível e estão abertos as novas possibilidades, reconstruindo suas identidades e formando suas identidades etárias.

Como dirigente de *Oficina de Arteterapia* para idosos, envolvendo atividades de memorização e criatividade em NCI, identifiquei o interesse e disposição para o “novo” e proponho atividades que estimulem sempre o aprendizado e a troca de experiências. Várias atividades poderiam ser mencionadas, porém a opção é de relatar uma atividade realizada recentemente, e uma das mais surpreendentes pela total entrega e participação do grupo.

Temos parceria com o Museu da Imagem e do Som de SP (MIS) e participamos do Projeto MIS+60, cujo objetivo é “incentivar grupo de idosos a frequentar o museu, oferecendo visitas às exposições em cartaz e atividades práticas para familiarização com o ambiente, promovendo uma imersão à arte e cultura”². Já participamos de três edições e estamos aguardando a quarta, sempre com muita expectativa pelos idosos.

Na última edição do projeto, visitamos a Exposição “O Mundo de Tim Burton”. Nas oficinas que antecederam a visita, realizei uma apresentação e assistimos a alguns filmes produzidos por ele. Algumas pessoas do grupo já haviam assistido aos seus filmes, mas não faziam ideia de quem os havia produzido. Após a visita à exposição, o grupo ficou encantado pelas obras, desenhos e história de Tim Burton.

A atividade prática foi realizada no dia seguinte no NCI, com a proposta de criação/reprodução de personagens de alguns dos filmes de Tim Burton, no qual o grupo, formado exclusivamente por idosos, deveria se caracterizar de acordo com o personagem que mais gostaram ou se identificaram. O resultado foi surpreendente!

A equipe do Educativo do museu levou o material para maquiagem (sombras, bases, pancake, batons, lápis, etc.) e sugerimos que as idosas levassem adereços para que pudessem montar seus personagens. Trouxeram: véus, flores, tules, lenços, casacos, cachecóis e chapéus, perucas, etc. para se caracterizarem de personagens dos filmes: “A Noiva Cadáver”, “Os Fantasma se Divertem”, “O Estranho Mundo de Jack”, “Edward Mãos de Tesoura” e “Alice no País das Maravilhas”. Algumas trouxeram o que tinha em casa e outras compraram os adereços. Uma das idosas acordou às 06h00min, foi à Rua 25 de Março e comprou uma peruca vermelha e uma cartola para se caracterizar de “Chapeleiro Maluco”.

Neste dia tiveram a possibilidade de vivenciar uma experiência nunca vivida por nenhuma delas: vestiram-se e maquiaram-se com tudo o que tinham direito, mesmo sendo maquiagens sombrias, com cara de “morta”, como disse uma delas: “Nossa, estou pálida e com olheiras! Parece que morri! (risos)” SIC. Praticamente todas chegaram para a atividade com os seus personagens definidos, por se identificaram com a imagem ou com o filme, e ansiosas por terem a possibilidade de se transformarem em uma nova pessoa. Uma das

² Educativo MIS <http://www.mis-sp.org.br/educativo>

idosas já chegou ao NCI vestida de “Edward Mãos de Tesoura”, tendo sido ajudada pela filha a se caracterizar.

Maquiagem e Caracterização



Rainha de Copas



Edward Mãos de Tesoura



Chapeleiro Maluco



Fantasma



Noivas Cadáveres



Após a caracterização, utilizaram o espaço externo do NCI para “dar vida” aos seus personagens, fotografando a si próprias e as amigas.

Sessão Fotográfica dos Personagens





Divertiram-se muito: riram, dançaram, brincaram e deram vida aos seus personagens e nova vida a si próprias. Como foi dito por uma das idosas: “Estou me sentindo outra pessoa. Há muito tempo não me divertia tanto!” (SIC).

Finalização com o grupo reunido



Foi uma experiência enriquecedora que trouxe contribuições significativas não só a cada participante, mas a todo o grupo. Trouxe a possibilidade de criação de uma nova pessoa, de uma nova história, a troca de experiências, o sentimento de independência e a elevação da autoestima, fortalecendo ainda mais o vínculo existente entre o grupo.

É preciso proporcionar, aos “velhos” atividades e vivências, que permitam ressignificar a velhice, que tragam ao processo de envelhecimento um novo olhar, superando as perdas e evidenciando os ganhos advindos do “o passar dos anos”. Também possibilitar o desenvolvimento de novas habilidades e capacidades que proporcionem descobertas e motivações, despertando o novo velho que existe em cada um, deixando de ser meros expectadores no processo da velhice e se tornando os atores principais.

Ao priorizar a busca de significado para suas existências, recusaram uma “morte simbólica” ou uma “morte social”, criando novas e positivas representações sobre a velhice. (GOLDENBERG, 2015, p. 38)

É preciso modificar a atual cultura do envelhecimento, do velho arcaico, solitário, ultrapassado ou ocioso, que é excluído do tempo e do lugar atuais. O lugar do velho é onde ele quer estar, o seu tempo é agora!

Referências

CHOPRA, D. *Corpo sem idade, mente sem fronteiras: a alternativa quântica para o envelhecimento*. Tradução Haroldo Netto. Rio de Janeiro: Rocco, 1994.
GOLDENBERG, M. *A bela velhice*. 6ª ed. Rio de Janeiro: Record, 2015.

NERI, Anita Liberalesso (Org.). *Idosos no Brasil: vivências, desafios e expectativas na terceira idade*. São Paulo: Editora Fundação Perseu Abramo, Edições SESC SP, 2007.

SARTRE, J-P. *A esperança agora*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1992.

FERRIGNO, J.C. A identidade do jovem e a identidade do velho: questões contemporâneas. In: SESC, *Velhices: reflexões contemporâneas*. São Paulo: SESC: PUC, 2006. P.11-23.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Secretaria Nacional de Assistência Social. Departamento de Proteção Social Básica. *Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos para Pessoas Idosas – Orientações Técnicas*. Brasília: MDS, 2012.

World Health Organization. *Envelhecimento Ativo: uma política de saúde*. Tradução: Suzana Gontijo. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2005.

Secretaria Municipal de Assistência e Desenvolvimento Social. *Norma Técnica dos Serviços Socioassistenciais – Proteção Social Básica*. São Paulo: 2012.

Data de recebimento: 02/07/2016; Data de aceite: 28/07/2016.

Cristina Aparecida Andrade Pereira – Arteterapeuta (UNIP), Especialização em Gerontologia Social COGEAE/PUC-SP, Oficineira em Núcleos de Convivência de Idosos (NCI). E-mail: cris_terapeuta@terra.com.br