

Relato de Experiência**Contribuições e possibilidades do olhar psicopedagógico na área do envelhecimento**

Eliana Santos Moura

Resumo: Este artigo nasce a partir da necessidade que percebo em aproximar a psicopedagogia das questões do envelhecimento humano, visto que pesquisas e estudos atuais identificam o envelhecimento populacional em constante crescimento. A área de atuação da psicopedagogia, que tem como objeto de trabalho e estudo a aprendizagem pode contribuir, de forma bastante produtiva, para esta fase do desenvolvimento humano, tão complexa e carente de ações afirmativas. A intenção é provocar o psicopedagogo a pensar na pessoa que envelhece como alguém que passou por outras fases da vida, muitas vezes, sem o olhar e cuidado adequados para as suas dificuldades de aprendizagem, e que pode ter ao longo do seu processo de envelhecimento, o apoio de um profissional apto a colaborar no processo autoral de construção de sua identidade enquanto pessoa em pleno desenvolvimento. A psicopedagogia possui ferramentas necessárias para intervir na realidade daquele que envelhece, de forma a instrumentalizá-lo para modificar padrões de comportamento que limitam, levando-o a resgatar projetos interrompidos por circunstâncias e urgências do cotidiano, bem como, para treinar, estimular e reabilitar habilidades cognitivas importantes para uma vida independente e autônoma por um maior tempo possível.

Palavras-chave: Envelhecimento. Processo. Aprendizagem. Psicopedagogia.

Segundo dados do IBGE (2018), em 2027, o Brasil terá aproximadamente 37,9 milhões de pessoas com 60 anos ou mais de idade, a chamada “Revolução Prateada¹”, um fenômeno global que acontece por motivos ligados aos índices de fertilidade e mortalidade, aos processos migratórios, aos avanços da área da saúde e tecnologia etc.

Diante desta realidade se fazem urgentes e necessárias, ações que deem visibilidade e protagonismo à pessoa que envelhece, visto que o fenômeno do envelhecimento causará grandes impactos na sociedade, nas mais diversas áreas como: mercado de trabalho, saúde, educação, mobilidade, políticas públicas, consumo etc.

O envelhecimento humano é estudado em três vertentes: biológica, social e psicológica e, assim, há a necessidade da desconstrução da ideia predominante dos modelos biológicos, que nos levam a enxergar o envelhecimento apenas como sinônimo de doença e finitude iminente, para que entendamos o envelhecimento como processo natural da vida e, portanto, mais uma etapa do desenvolvimento humano, repleta de descobertas e possibilidades. Viveremos mais, fato esse incontestável, motivo pelo qual precisamos garantir que em melhores condições, Fragoso (2017, p. 57) destaca que:

Aprender ao longo da vida em contextos não formais e até informais de aprendizagem traduz-se num acumular de experiências que, se refletidas e integradas de forma significativa, se traduzem na sabedoria dos anciãos, reconhecida e enaltecida nas sociedades mais primitivas. Torna-se importante dar atenção aos adultos idosos e às suas necessidades educativas [...].

Várias teorias sociológicas e psicológicas se ocupam em explicar o que é envelhecer, levando-nos a pensar nas questões do envelhecimento com base em diferentes teorias: teoria da atividade; teoria da subcultura; teoria do desengajamento ou afastamento; teoria da modernização; teoria da continuidade; teoria do colapso de competência; teoria da troca; teoria da estratificação por idade; teoria política e econômica do envelhecimento; teoria do construcionismo social; teoria da perspectiva do curso de vida; teorias feministas do envelhecimento e teoria crítica.

A teoria crítica é que traz a visão do envelhecimento a partir da dimensão estrutural e humanística, o considerada uma conquista social, que não é estática, e que necessita se relacionar com inúmeras questões nos mais diferentes âmbitos: econômico, político, social, relacional etc.

A partir dos pressupostos da teoria crítica, encontro terreno fértil para pensar em ações que podem ser desenvolvidas pela psicopedagogia, de forma a agir de maneira assertiva junto à pessoa que envelhece.

¹ <https://www.revolucaoprateda.com.br/a-revolucao-prateda/>

Psicopedagogia e envelhecimento, possibilidades de atuação

O Código de Ética da Psicopedagogia (ABPp, 2011), em seu artigo primeiro, esclarece sobre o campo de atuação do psicopedagogo:

A psicopedagogia é um campo de atuação em educação e saúde que se ocupa do processo de aprendizagem considerando o sujeito, a família, a escola, a sociedade e o contexto sócio - histórico, utilizando procedimentos próprios, fundamentados em diferentes referenciais teóricos.

Os referenciais teóricos, aos quais se refere o código de ética da psicopedagogia, relacionam-se à Pedagogia, Psicologia, Sociologia, Neurologia, Filosofia, dentre outros, o que permite ao profissional desta área atuar com competência frente à aprendizagem da pessoa humana em todos os estágios de seu desenvolvimento, portanto, a atuação do psicopedagogo junto aquele que vivencia o processo de envelhecimento poderá ser de importância significativa. Segundo Paín (1985, p.11) “o processo de aprendizagem se inscreve na dinâmica da transmissão da cultura, que constitui a definição mais ampla da palavra educação [...]”.

Culturalmente, o público ao qual a psicopedagogia está associada é o infantil e/ou adolescente, atuando nas questões que dizem respeito a viabilizar o bom desempenho escolar, ou seja, na aprendizagem formal. Porém, a demanda pela procura dos benefícios que a psicopedagogia pode proporcionar ao sujeito que quer aprender, mas que possui uma determinada limitação, de origem interna ou externa, vem crescendo e se diversificando, refletindo a dinâmica e efervescência social, havendo assim uma ampliação da faixa etária, bem como da motivação para a procura do atendimento psicopedagógico.

Vygotsky², em sua teoria afirma que a mudança pessoal passa pela interação social, faz contundentes críticas às teorias que privilegiam o desenvolvimento individual como prioritário na interação com o meio, porque segundo ele, a origem do mecanismo de mudança individual reside na sociedade e na cultura. Diz ainda que não é o nível de desenvolvimento do indivíduo que determina o que ele vai aprender, mas o ensino e a aprendizagem é que possibilitam o desenvolvimento, incluindo o desenvolvimento potencial, ou seja, onde ele pode chegar. O conceito de *zona do desenvolvimento proximal*, criado por Vygotsky, refere-se ao caminho que a pessoa percorre para desenvolver funções que se encontram em processo de maturação, de maneira que cheguem a consolidar-se e a estabelecer-se em um nível de desenvolvimento real. A zona de desenvolvimento proximal é um domínio psicológico em constante transformação: o que um sujeito está habilitado para fazer hoje com a ajuda de alguém, amanhã poderá realizá-lo de forma independente. É como se o processo de desenvolvimento fosse se constituindo a partir das experiências de aprendizagem (PORTILHO, 2011, p. 60).

² Lev Vygotsky (1896 – 1934) nascido na Bielo-Rússia, considerado um dos maiores nomes da psicologia, escreveu obras fundamentais na área. Morreu de tuberculose, em Moscou, aos 38 anos. (nota da editoria)

Cada vez mais o psicopedagogo tem atendido adultos, que tardiamente se deram conta de que algo em sua aprendizagem desde a infância não está de acordo com os padrões de normalidade, e aquilo que até então era visto como natural, agora é entendido como algo limitador e que pode ser olhado e estudado através de uma intervenção, sendo minimizado ou resolvido, proporcionando ganhos sociais imensuráveis.

Não é raro esquecermos que por trás de uma pessoa que hoje se apresenta com a aparência envelhecida, pode ter ficado uma criança ou jovem que teve um histórico de fracassos no que se refere à educação formal e que, muitas vezes, isso pode ter como origem uma dificuldade ou um transtorno de aprendizagem, não identificados e tratados devidamente, podendo ser essas as razões de várias situações que levaram a pessoa a desistir de sonhos e projetos no decorrer de sua vida.

Quando a pessoa que envelhece se dá conta que esta fase da vida pode ainda lhe trazer prazer e realizações por meio da retomada de projetos que foram deixados de lado, em outras fases de sua existência, torna-se possível modificar o curso de sua vida, podendo aí a psicopedagogia atuar como intermediária neste processo.

Conhecer as especificidades e complexidade do envelhecer, do ponto de vista biológico, psicológico e social, é de suma importância para qualquer profissional que irá atuar com esse público. Muitas vezes padrões sociais deverão ser revistos para que surjam novas possibilidades e formatos de relações sociais.

Vejo duas grandes frentes de atuação do psicopedagogo junto aquele que envelhece, tanto no âmbito clínico como no institucional:

- 1) Pessoas que envelhecem mantendo os padrões de funcionalidade³ - autonomia e independência, de acordo com o envelhecimento natural, sem complicadores que levem a declínios bruscos;
- 2) Pessoas que envelhecem com comprometimentos em sua funcionalidade, ocasionados por doenças que afetam tanto a parte física, quanto psicológica.

Assim, o trabalho psicopedagógico, irá atuar através de ações interventivas em diferentes contextos, de acordo com as demandas solicitadas:

- Promovendo a autoestima da pessoa que envelhece, verificando as possibilidades reais de retomar projetos de vida interrompidos, por meio do acolhimento das realizações que teve ao longo da vida, usando-as como ponto de partida para recomeços. A atuação do psicopedagogo aí será de auxiliar no estabelecimento de metas e planejamento de ações;

³ A funcionalidade é um dos atributos fundamentais do envelhecimento humano, pois trata a interação entre as capacidades física e psicognitiva para realização de atividades no cotidiano e condições de saúde, interação essa mediada pelas habilidades e competências desenvolvidas ao longo do curso da vida.

- Identificando as situações que contribuíram para que dificuldades de aprendizagem se instalassem. Como, por exemplo, problemas de audição e visão não identificados e tratados corretamente, com os devidos encaminhamentos a outros profissionais, que em conjunto com o psicopedagogo, podem atuar de forma a intervir em dada situação-problema;
- Auxiliando na identificação de possíveis transtornos neurobiológicos que podem ser a causa de uma vida limitante, na medida em que não sendo conhecidos e diagnosticados corretamente, dificultaram ou estagnaram avanços pessoais, profissionais e sociais, a saber:
 - a) Transtorno específico de aprendizagem com prejuízo na leitura: DISLEXIA;
 - b) Transtorno específico de aprendizagem com prejuízo na expressão escrita: Disgrafia/Disortografia;
 - c) Transtorno específico de aprendizagem com prejuízo na matemática: Discalculia;
 - d) Possíveis sintomas paralelos (comorbidades):
 - Transtorno do espectro autista (TEA);
 - Transtorno do déficit de atenção e hiperatividade (TDAH);
 - Transtornos de comunicação;
 - Transtorno do desenvolvimento da coordenação;
 - Transtorno de ansiedade;
 - Transtorno depressivo;
 - Transtorno bipolar, entre outros.
- Planejamento de estudos junto aqueles que retomam a vida acadêmica, para a conclusão de estudos interrompidos, ou para o início de uma nova atividade profissional;
- Intervenções cognitivas (treino ou estimulação), para preservar e ampliar a capacidade cognitiva da pessoa que percebe, com o envelhecimento, que algumas funções cognitivas⁴ começam a declinar. Trabalho que pode ser realizado individualmente ou em grupo;

Além da busca por maiores conhecimentos sobre o envelhecimento cognitivo e funcionalidade, na prática, a estimulação cognitiva justifica-se pela necessidade de desenvolvermos intervenções eficazes que possam contribuir para o enfrentamento dos desafios da velhice. Programas de otimização cognitiva podem contribuir significativamente para o bem estar do idoso e de suas famílias, visto que contribuem para manutenção da sua autonomia. (SANTOS *et. al.*, 2018, p. 6)

- Intervenções cognitivas (treino, estimulação ou reabilitação) com aquela pessoa que apresenta comprometimentos relacionados à memória,

⁴ O processo de envelhecimento engloba um declínio gradual nas funções cognitivas, que são dependentes de processos neurológicos que podem se alterar com a idade.

inclusive com quadros já diagnosticados de transtorno neurocognitivo leve (CCL) ou transtorno neurocognitivo maior (demência), com o objetivo de retardar o agravamento do declínio, atuando inclusive com a família ou cuidadores diretos.

Relato de caso

Relato aqui o caso de uma idosa de 84 anos de idade, atendida por mim, em grupo de treino e estimulação cognitiva semanal. Para preservar sua privacidade utilizarei o nome fictício de Joana.

Joana é viúva, tendo seu esposo falecido em consequência de complicações da Doença de Alzheimer. Não possui filhos, porém, é a tutora de um sobrinho de 52 anos de idade que tem paralisia cerebral, cadeirante, que reside com ela. Começou a frequentar o grupo de treino e estimulação cognitiva em julho de 2019, com o objetivo de “melhorar a sua memória” (sic). Sua maior queixa dizia respeito aos esquecimentos relativos às datas de consultas médicas e exames, o que a incomodava bastante.

As sessões têm duração de uma hora e trinta minutos e ocorrem uma vez por semana, onde de maneira descontraída seguimos a estrutura abaixo:

- Exposição de conteúdo educacional relacionado aos sistemas cognitivos e seus comprometimentos com o envelhecimento;
- Aplicação de exercícios para estimulação cognitiva, englobando os seguintes domínios cognitivos: aprendizagem e linguagem; perceptomotor - que inclui habilidades de percepção visual, visuoespacial, praxia e gnosia; atenção complexa (atenção sustentada, atenção dividida, atenção seletiva, velocidade de processamento); memória (memória imediata, memória recente, memória de longo prazo); funções executivas (planejamento, tomada de decisão, memória de trabalho, correção de erros, inibição, flexibilidade mental);
- Indicação de tarefas para serem realizadas em casa, com o objetivo de dar continuidade ao processo de estimulação durante toda a semana;
- Aplicação de atividades lúdicas de estimulação cognitiva, visando fixação das impressões de prazer em detrimento das impressões de frustração;
- Rodas de conversa, com temas de interesse do grupo mediante levantamento prévio de temas de interesse;

Após três meses de atividades, a avaliação de Joana com relação aos benefícios da estimulação cognitiva em suas atividades da vida diária é bem positiva. Segundo ela, habituou-se a utilizar o calendário diariamente, anotando dias e horários de consultas médicas e/ou exames, o que a faz não perder tempo, nem dinheiro, pois utiliza o serviço de táxi para se locomover até os locais de atendimento.

Relata que com relação às compras de supermercado, aprendeu a fazer e utilizar listas o que, em sua opinião, auxilia a não esquecer o que realmente é necessário comprar, o que a faz também economizar dinheiro. Afirma também sentir-se bastante motivada, o que a fez buscar aulas de informática para

aprender a usar notebook, tablet e smartphone - que já possuía e não usava por não saber como fazê-lo. Vibra com cada conquista e tem sido uma grande influenciadora para as outras participantes deste trabalho de estimulação cognitiva.

Joana relata que participar dessas reuniões é muito prazeroso, pois para ela é um momento no qual pode esquecer-se dos problemas, e sente que é considerada uma pessoa importante. Considera estar mais atenta, pois procura sempre desenvolver as atividades do cotidiano utilizando as estratégias que aprende nas sessões, o que vem a validar um dos objetivos do trabalho da estimulação cognitiva, que é a possibilidade de transferir para as atividades da vida diária (AVD) as habilidades que se treina e estimula nas atividades das sessões.

Conclusão

Este exemplo - que se refere ao atendimento às pessoas que envelhecem - indica a demanda crescente de atendimento diferenciado, porém a formação de profissionais aptos a trabalhar com as questões que permeiam o processo de envelhecimento não cresce na mesma proporção.

Necessitamos romper com as crenças negativas nas quais o envelhecimento está envolvido, e isso só se faz com a desconstrução de conceitos ultrapassados e limitantes. Entender que o envelhecimento traz transformações que precisam ser vistas como algo natural, se faz necessário.

A ênfase das ações devem se centrar nas possibilidades que existem, e isso só é possível na medida em que conhecemos os impactos do envelhecimento nos diferentes contextos nos quais estamos inseridos, enquanto seres que envelhecem.

A pessoa que envelhece precisa ser vista como a protagonista de toda e qualquer ação que for realizada em seu nome, ou seja, anseios, angústias e necessidades precisam ser ouvidos e pensados.

Precisamos, com urgência, ultrapassar a barreira que existe entre as mais diversas profissões, e direcionarmos nossas ações para um objetivo comum, que é buscar novas perspectivas de atendimento para as necessidades inerentes daqueles que envelhecem, e isso só será possível com o diálogo entre os diferentes profissionais que têm, no bojo de suas formações, conteúdo a ser compartilhando em prol dos desafios que o envelhecimento apresenta.

O profissional que se preparar para assumir, dentro das especificidades de sua formação de base, as questões do envelhecimento, estará contribuindo, de maneira bastante positiva com essa parcela da população que ainda é muito estigmatizada, subestimada e esquecida.

A psicopedagogia, a meu ver e pelo que expus no decorrer deste trabalho, possui campo fértil de atuação nessa área, podendo contribuir para que as possibilidades da aprendizagem ao longo da vida sejam exploradas ao máximo.

Referências

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE PSICOPEDAGOGIA. *Código de Ética da Psicopedagogia*: Assembleia Geral de 2011. Disponível em <http://www.saopauloabpp.com.br/codigo_de_etica.pdf> Acesso em: 19 out. 2019.

BRITES, C.; BRITES, L. *Dificuldades e Transtornos de aprendizagem*. Ebook. Disponível em <https://download.neurosaber.com.br/dificuldades-e-transtornos-de-aprendizagem.pdf?inf_contact_key=95d39ef5a81356fc821399bfe369eb0a9bd895d9f2d83bd70bbaf953a6945b3b> Acesso em: 12 out. 2019.

FONSECA, V. *Dificuldades de aprendizagem – abordagem neuropsicopedagógica*. 5.ed. Rio de Janeiro: Wak Editora, 2016.

FRAGOSO, V. et. al. *Gerontologia e Transdisciplinaridade I*. São Paulo: Portal Edições - Envelhecimento, 2017.

MANUAL DIAGNÓSTICO e ESTATÍSTICO de TRANSTORNOS MENTAIS – DSM-5. American Psychiatric Association – Ed. Artemed.

NERI, L.A. et. al. *Qualidade de vida na velhice – enfoque multidisciplinar*. 2.ed. Campinas: Alínea, 2011.

PAÍN, S. *Diagnóstico e tratamento dos problemas de aprendizagem*. Porto Alegre: Artmed, 1985.

PORTILHO, E. *Como se aprende? Estratégias. Estilos e Metacognição*. Rio de Janeiro: Wak Editora, 2011.

SANTOS, S.F. et. al. *Estimulação Cognitiva para Idosos – ênfase em memória*. 2.ed. Rio de Janeiro: Atheneu, 2018.

Data de recebimento: 30/11/2019; Data de aceite: 15/5/2020

Eliana Santos Moura - Assistente Social. Especialização em psicopedagogia. Experiência na coordenação de projetos voltados à criança a ao adolescente, interessada em entender e atuar no universo desafiador do envelhecimento. Texto escrito para o curso *Fragilidades na Velhice: Gerontologia social e atendimento*, promovido pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo- segundo semestre de 2019. E-mail: emoura33@yahoo.com.br