

## Num trecho da história, surge a pergunta...<sup>1</sup> A história que conta um trecho da história



*Alexandre Albizzati*

**E** eu já passava dos sessenta naquela altura em que, num trecho da história, surge a pergunta: (qual pergunta?)

**NOTA: Agora descubro quão rápido passou o tempo, desde os vinte e uns, até o presente, com já cravados setenta. Foi mesmo, não percebi. Ainda bem!**

Gosto de gente! De conviver e conversar para trocar experiências de aprender. Desde há muito transitava por vários caminhos e terrenos na ânsia de aprender do “bem-estar e do comportamento humano”. Autodidata em alguns, aluno regular e formal em outros, ou apenas observador noutros tantos, sentia-me,

<sup>1</sup> Quero manifestar meu agradecimento à Dr<sup>a</sup> Beltrina Côrte, que desprendida e colaborativa, compreendeu e aquiesceu, à minha solicitação de, antes e fundamentalmente, poder expressar percepções e externar experiência de vida. Descolei-me do rigor académico, das normas e convenções, e procurei trazer, em texto corrido, o que me vem no coração. Vim para cá, na busca de aprender. Como posso ajudar (a mim, e a outros) no envelhecer?

contudo, incompleto. Faltava algo, carecia mudança. Buscar novos “saberes”, quem negaria?

Atrever-me, na obtenção do “aprendizado aos desaprenderes”(?), para alcançar um “reaprender”; e talvez descobrir aquele outro “compreender”, quem sabe?

### **No começo, o MOBREAL**

Voluntário, experimentei-me professor substituto (um regra três) no MOBREAL – Movimento Brasileiro de Alfabetização, para jovens e adultos. Vinha da extinta Escola Normal de formação para o magistério. E, portanto, CRU. Aprendi mais do que ensinei. Penso até que a troca não foi justa, para eles.

Vi olhos brilhantes em faces marcadas...

Vi olhos ávidos e curiosos na expectativa de aprender...

Vi sorrisos de vitória ao desenharem seus nomes nas capas dos cadernos...

Vi olhos lacrimosos ao lerem suas primeiras palavras nas cartilhas...

Vi dúvidas sendo dissipadas. Vi barreiras caindo...

Eu as vi! Estavam lá, contidas, reprimidas, sufocadas...

E, as vi também, libertas e soltas, aflorando em esperanças...

Deram-me, todos, aulas de “humanidade”, sem nunca, nada cobrar.

### **O Tempo**

Ah! O tempo...

Impecável e implacável no seu decurso, a tudo muda e transforma. Aprimora.

Aqueles, “meus professores”, mudaram. E, a “mim aluno”, transformaram.

Mudei no tempo, mudei de espaço, mudei de vida. Aprimorei-me? Será?

Dando um salto no tempo. Cheguei aos sessenta... (e ao contexto, do texto)

### **O Trajeto**

A Pergunta (aquela, que surgiu)

Como posso ajudar (a mim, e a outros) no envelhecer?

### **A Busca I**

Buscar por novos “saberes”, quem negaria?

Atrever-me, na obtenção do “aprendizado para os desaprenderes”(?), para alcançar um “reaprender”; e, talvez, descobrir aquele outro “compreender”, quem sabe?

### **A Busca II (ou a coincidência)**

Coincidência ou não, nunca saberei. E, eis que um amigo entrega num e-mail, um presente, escrevendo:

*Alexandre! Veja aí se interessa. Vamos participar dessa pesquisa? Sozinho eu não vou. E continuou: Vi um cartaz sobre uma pesquisa que trata de Gestão de Qualidade de Vida, Saúde & Bem-estar e Felicidade do Idoso. Informações pelo telefone nº tal. Na UNIFESP. Aguardo. Maurício.*

### **Curioso**

Contatei, colhi informes e fiz inscrições. Na data marcada fomos lá, nós três: eu, minha mulher e ele. Participamos do programa na íntegra (12 etapas), e à risca. Tema envolvente, programa agradável, e os resultados, ótimos.

Fomos buscar a Especialização em Medicina Comportamental na UNIFESP<sup>2</sup>, no curso dirigido pelo Prof. Dr. José Roberto Leite, organizador e coordenador da pesquisa. Ficamos “*ao fim e ao cabo*”, de algum modo, na ciência, inseridos. De sujeitos da pesquisa a alunos do curso.

### **Aplicação Prática**

Em paralelo, seguindo um fio condutor de ações, apliquei no exercício prático do meu trabalho de treinamento, conceitos e abordagens embasados nos princípios da Medicina Comportamental e suas variadas áreas de toque com a realidade dos seres humanos. Sigo no atendimento individual; pequenos grupos; e, ainda, com estudantes em fase pré-vestibular.

Mais à frente, ofereci trabalhos voluntários ao Convita – Patronato Assistencial. Estes, de informativos, seguindo o modelo da pesquisa, mudam, pela demanda que emerge, para oportunidades didático-transformacionais; e, o universo de trabalho se amplia. São, agora, idosos que “*se buscam*”...

### **A Outra Busca (ou, A Busca III)**

Buscando mais. Preciso mais...

Ao longo do tempo, especificamente no trabalho com os velhos, no grupo do **Convita**, minha atenção e preocupação com o aspecto qualitativo da informação transmitida se fez mais presente. Lá, os convido entender o comportamento. O comportamento que foi aprendido, e como foi aprendido. Eventualmente, percebem-no como uma possível origem dos seus estados, no presente. Convidá-los à reflexão sobre isso, é parte da minha atuação.

### **O Achado**

Daí ter vindo aqui. Para buscar mais e melhores respostas a fim de conhecer, aprender e compreender sobre outros saberes e experiências. Enxergar opções e alternativas, que se somem e ampliem o já existente - e em curso, na minha atividade profissional, constituindo mais uma fonte de suporte ao comportamento do “ser que envelhece”. Vim saber de outros olhares.

Procurar ver sob outras percepções existentes a mesma realidade – a velhice - e, nas percepções de outros - variados outros - científicos e literatos, ou nem tanto, simplesmente ‘*envelhescentes*’ como eu. Vim buscar e aprender outras leituras sobre: Fragilidades na velhice: Gerontologia Social e Atendimento.

O curso contempla um leque de conhecimentos de base científica, formativos e informativos. Expõe os enfoques biopsicossociais, e científica-nos sobre seus benefícios e consequências no processo do envelhecimento. Levo do curso uma bagagem: o experimentar de uma visão mais alargada e aprofundada das questões humanas relacionadas ao trajeto do envelhecimento. Conteúdo que reconheço, e reafirmo, agrega nuances enquanto se desdobra.

Tenho, no cotidiano, constatado manifestações de negação da velhice, ainda, práticas de posturas fugidias, de isolamento e distanciamento social, além de

<sup>2</sup> Prof. Dr. José Roberto Leite – Psicólogo Livre Docente e Pesquisador UNIFESP/EPM – Especialista em Medicina Comportamental, coordenador da pesquisa Gestão de Qualidade de Vida, Saúde & Bem-estar do Idoso (2012).

prostração, apatia e atitudes com reações comportamentais sugestivas de quadros depressivos preocupantes.

### **A Resposta**

O meu trabalho ensina: se o fator que motiva é a pergunta, podemos imaginar que a resposta será sempre, e por consequência, um exercício de busca. E, buscando, chega-se ao próximo passo.

### **Próximo Passo**

Elaborar um anteprojeto.

Ou melhor, a considerar o fato de que já existe, e eu o aplico, convenha talvez, apenas reordená-lo de forma a convidar ao resgate - no presente, aquilo que de melhor exista na experiência de vida de cada um, mesmo, e principalmente, quando em estado latente, aninhado, adormecido, aconchegado e guardado.

Convidar ao resgate, validando e valorizando o aprendizado havido, compreendendo e dando, possíveis e novos, significados a muitos e, com sabedoria e segurança descartando, se necessário e conveniente, a outros tantos. Considero público alvo e objeto de meu trabalho, aquele representado, como sujeito, por um ente real - o protagonista da jornada.

E aqui, com escusas pela prática licenciosa - que abusa, tomo de empréstimo (e, sem pedir) o termo '*envelhescete*'. E mais, ousa ainda apor a interpretação que configura sujeito em processo, vivendo a oportunidade de exercer e agir nos processamentos: do nascer, de perceber estímulos, de registrar memórias, de pensar, do emocionar-se, da volição, da aprendizagem, de replicar o aprendizado, ou de escondê-lo, de retenção de experiências, de acumular conhecimentos, e, ainda, a seu arbítrio, optar ou não, por assumir-se gestor de sua qualidade de vida, saúde, bem-estar e criador da felicidade possível.

### **Desenho Possível**

Com base nas reflexões originadas da minha experiência enquanto sujeito da pesquisa referida, aliada ao conjunto informativo deste curso, configura-se possível esboçar as linhas de um desenho de treinamento que atenda às minhas pretensões profissionais e pessoais.

Não me apoiei absolutamente na literatura, senão, na explanação, clara e concreta, no conteúdo trazido, na conversa trocada, na bagagem e na experiência "pé-no-chão", tanto profissional quanto pessoal, de cada docente.

Obtive também, e muito, na contribuição direta advinda das observações, relatos e questionamentos dos colegas, o que demonstra posicionamento ativo e consistente nessa área - reverso da medalha, ou a face verdadeira e diversa dos modelos ideais postos à venda, na mídia.

### **Ao Final**

Plagiando a mim mesmo...

Deram-me, todos, aulas de '*humanidade*', sem nunca, nada cobrar.

Sou grato a todos pela experiência!



Data de recebimento: 12/06/2019; Data de aceite: 20/08/2019

---

**Alexandre Albizzati** - Normalista (4º ano, complementar ao ensino médio) Inst. Mauaense de Educação- SP; Radialista – Curso Técnico – SENAC-SP; Graduado em ADM – Tecnólogo em Recursos Humanos – CESUMAR; Pós-graduado Psicopedagogia Institucional – CESUMAR; Especialista em Medicina Comportamental – UNIFESP. Cursos de Educação Continuada na UNIFESP. Reflexão escrita para o curso *Fragilidades na Velhice: Gerontologia Social e Atendimento*, promovido pela Faculdade de Ciências Humanas e da Saúde da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, primeiro semestre de 2019. E-mail: [a.albizzati@gmail.com](mailto:a.albizzati@gmail.com)