

Terceira Idade: tempo de experiências

Third Age: time of experiences

Andréa Maria Fantinatti

Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ), Instituto Federal do
Rio de Janeiro (IFRJ)
a.fantinatti@yahoo.com.br

Andréa de Moraes Silva

Instituto Federal do Rio de Janeiro (IFRJ)
andrea.silva@ifrj.edu.br

Resumo

Este trabalho teve como objetivo estudar o olhar que um grupo da terceira idade possui em relação à ciência, bem como o seu interesse em estudar, conhecer ou relembrar temas relacionados aos conhecimentos abordados pelas ciências naturais, em especial a química. Para esta pesquisa de caráter exploratório foi selecionado um grupo da terceira idade que participa voluntariamente da atividade de ginástica oferecida pela Prefeitura do Município do Rio de Janeiro, em um condomínio em Jacarepaguá. Foram então propostas algumas atividades voltadas ao cotidiano desse grupo. A partir dos resultados obtidos pode-se concluir que o grupo integrante da pesquisa apresenta interesse em participar de atividades voltadas para a divulgação científica, principalmente através dos temas saúde, qualidade de vida, meio ambiente e universo.

Palavras chave: terceira idade, divulgação científica, contextualização, interdisciplinaridade.

Abstract

This paper aimed to study the third age group view over science as well as its interest in learning, understanding or reminding subjects related to natural sciences - specially chemistry. For this exploratory study, a third age group who voluntarily participates in the gymnastics activities offered by Rio de Janeiro City Council, in Jacarepaguá, was selected. Then some activities related to the daily routine of this group were proposed. From the results it can be noticed that this group is interested in taking part in scientific popularization activities, mainly through subjects related to health, quality of life, environment and universe.

Key words: third age, scientific popularization, contextualization, interdisciplinarity.

Introdução

Não há uma definição clara a partir de qual idade uma pessoa passa a compor o grupo conhecido como o de Terceira Idade ou, como popularmente muitos chamam, grupo da “melhor idade”. Contudo, considera-se que a terceira idade tenha como seu marco inicial a

aposentadoria que, de acordo com a legislação nacional, por enquanto, começa aos 60 anos de idade para as mulheres e aos 65 para os homens, desconsiderando-se as aposentadorias por tempo especial. Destaca-se a concepção de terceira idade amparada pela Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003, do Ministério da Saúde – MS/Brasil que, embora este termo não seja utilizado (pois esta Lei refere-se ao Estatuto do Idoso), assegura direitos fundamentais às pessoas com idade igual ou superior aos sessenta anos.

Diferentemente do início do século, e mesmo não sendo a política pública atual a ideal para esse grupo, tem-se percebido mais autonomia dos indivíduos da terceira idade, em boa parte, por conta da aposentadoria quando esta pode ser, de fato, utilizada em benefício próprio. Acresce a isso o fato de que esse grupo, em geral, dispõe de direitos como gratuidades ou descontos em eventos e serviços diversos e que também, por terem mais acesso a informação pela mídia comum buscam cuidar mais da saúde, visando um envelhecimento mais saudável. Com isto, uma parcela de idosos usufrui do lazer, do prazer e da realização de sonhos antes não vivenciados, estabelecendo-se como um grupo com presença marcante na sociedade, não só socialmente, mas economicamente também. Conforme Silva,

ao observar as manifestações culturais daqueles que envelhecem na contemporaneidade, identificamos mudanças significativas de hábitos, imagens, crenças e termos utilizados para caracterizar esse período da vida. Além das tradicionais representações que atrelam os momentos mais tardios da vida ao descanso, à quietude e à inatividade, surgem hábitos, imagens e práticas que associam o processo de envelhecimento a atividade, aprendizagem, flexibilidade, satisfação pessoal e vínculos amorosos e afetivos inéditos. (2008, p. 156)

Como exemplos de projetos de envelhecimento ativo, ilustramos aqui as atividades praticadas por duas associações/entidades apresentadas nos quadros 1 e 2. De acordo com o quadro 1, exibindo dados do Grupo de Estudos da Terceira Idade (GETI) de Florianópolis, criado em 1989, diversas modalidades de atividades físicas com idosos são realizadas, cujo objetivo principal é melhorar a saúde e a qualidade de vida das pessoas atendidas.

| Projeto | Início | Turmas | Alunos | Frequência mensal |
|-----------------------|--------|--------|--------|-------------------|
| Ginástica e recreação | 1989 | 1 | 25 | 50% |
| Hidroginástica | 1996 | 3 | 105 | 40% |
| Natação | 1996 | 3 | 60 | 55% |
| Dança | 1997 | 1 | 20 | 20% |
| Yoga | 2002 | 1 | 15 | Não informado |
| Musculação | 2006 | 1 | 12 | 60% |
| Caminhada orientada | 2008 | 1 | 15 | 10% |
| Voleibol adaptado | 2008 | 1 | 25 | Não informado |

Quadro 1: Atividades do Grupo de Estudos da Terceira Idade (GETI)¹

¹ Adaptado de: MAZO et al (2009)

No quadro 2, são apresentados dados do SESC Arapiraca que realiza, desde 1984, o Trabalho Social com Idosos (TSI), cuja proposta é oferecer atividades que promovam o envelhecimento ativo em todas as suas dimensões, com atividades voltadas ao protagonismo do idoso.

| Projetos desenvolvidos | Proposta |
|---|--|
| Reuniões de convivência | Momento de reintegração e valorização do papel social do idoso. |
| Grupos folclóricos | Resgate da cultura regional |
| Passeios e excursões | Promover o turismo com enfoque histórico-cultural |
| Celebração de datas comemorativas | Valorização de festas populares |
| Projeto era uma vez | Promover a comunicação intergeracional |
| Arte de Lembrar (nossa memória, nossa história) | Resgate e socialização da memória, através da transmissão cultural e histórica |
| Fábrica da criatividade (construindo artes) | Desenvolver a criatividade na produção de trabalhos artesanais |
| Musicalização para o idoso | Integrar técnica vocal e educação musical |
| Vivências cênicas para o idoso | Desenvolver novas habilidades e novas linguagens |
| Projeto dia da qualidade de vida do idoso | Ação educativa |
| Expressão corporal | Favorecer a saúde e o bem-estar |
| Relaxamento e meditação para o idoso | Estimular o controle respiratório e desenvolver a percepção |

Quadro 2: Projetos SESC-Arapiraca/Alagoas²

Vecchia et al (2005), através de uma pesquisa para identificar o que é qualidade de vida para um grupo representativo de idosos de Botucatu (SP), concluem que uma parte do grupo de idosos pesquisado prioriza a questão afetiva e a família, uma segunda parte prioriza o prazer e o conforto e uma terceira parte, pode ser representada pelos idosos que consideram como qualidade de vida conseguir colocar em prática o seu ideal de vida.

Em sua pesquisa sobre idosas participantes de uma Universidade da Terceira Idade, Irigaray e Schneider (2008) destacam que elas buscam nessa atividade “atualização e novos conhecimentos, novas amizades, um novo sentido de vida, ocupação do tempo livre e lazer” (p. 215). Apontam ainda a importância das atividades para a autoestima e para o prazer de viver.

Ressaltam Teston, Marcon e Marcon (2014) que

o maior desafio na atenção à pessoa idosa é contribuir para que, apesar das progressivas limitações oriundas da idade que possam ocorrer, elas possam redescobrir possibilidades de viver sua própria vida com a máxima qualidade possível. (p. 98)

² Adaptado de: <http://www.sescalagoas.com.br/assistencia/trabalho_social_com_idoso/>

No contexto aqui apresentado sobre a terceira idade, a questão geral que levantamos é se este público também teria interesse em discutir temas voltados para o estudo das ciências.

O recorte desta pesquisa teve como objetivo buscar compreender o olhar que o grupo participante possui em relação à ciência, bem como o seu interesse em estudar, conhecer e/ou relembrar temas relacionados aos conhecimentos das ciências naturais, propondo algumas atividades voltadas ao cotidiano desse grupo.

Metodologia

Para esta pesquisa de caráter exploratório foi contatado um grupo da terceira idade que participa voluntariamente de atividade de ginástica, oferecida gratuitamente pela Prefeitura do Município do Rio de Janeiro, em um condomínio em Jacarepaguá. Este grupo concordou em participar da entrevista e das atividades propostas, tendo os participantes assinado o termo de consentimento livre e esclarecido.

Foram programados dois encontros com o referido grupo de terceira idade – ou “grupo da ginástica” –, com intervalo de três meses entre eles, no espaço cedido pelo condomínio, em dia e hora pré-agendados com o grupo.

Através dos encontros, buscou-se o registro individual sobre o que era Ciência para os participantes e suas expectativas para o que viria a ser realizado.

As atividades propostas e desenvolvidas com o grupo buscaram atender às expectativas apresentadas pelos participantes, desejando mostrar que a ciência permeia a vida em todos os sentidos e que, portanto, todos são atores e/ou espectadores dos fenômenos estudados pela ciência.

Resultados

Nos resultados aqui expostos, retratamos primeiramente os olhares sobre a ciência apresentados pelo grupo participante da pesquisa, sem desconsiderar que estes refletem o ponto de vista deste grupo específico. Junto aos dados obtidos, são relatadas algumas das propostas de atividades voltadas para esse público, onde as ciências da natureza, especialmente a química, são abordadas com maior enfoque.

Caracterização do grupo

O grupo não era formado somente por pessoas da terceira idade. Todavia, para atender aos objetivos deste trabalho, são apresentadas somente as respostas do grupo com a idade igual ou acima de 60 anos. No primeiro encontro estiveram presentes 25 participantes sendo 12 da faixa etária estudada (8 mulheres e 4 homens) e no segundo encontro estiveram 20 participantes, sendo 6 da terceira idade (4 mulheres e 2 homens).

Conforme o gráfico 1, do público de terceira idade do primeiro encontro (12 participantes), nenhum deles havia concluído o nível superior, e um pouco mais de 40% do total (5 participantes), não tiveram oportunidade de concluir o ensino médio. De acordo com os participantes, um dos principais motivos que contribuíram para o aumento deste índice foi a necessidade de trabalhar desde cedo para ajudar financeiramente suas famílias. Outro motivo relatado, em especial pelo público feminino, refere-se ao fato dos seus pais não terem permitido que elas frequentassem a escola, vindo a fazê-lo em idade adulta, e não necessariamente alcançando todo o potencial que um dia almejavam chegar.

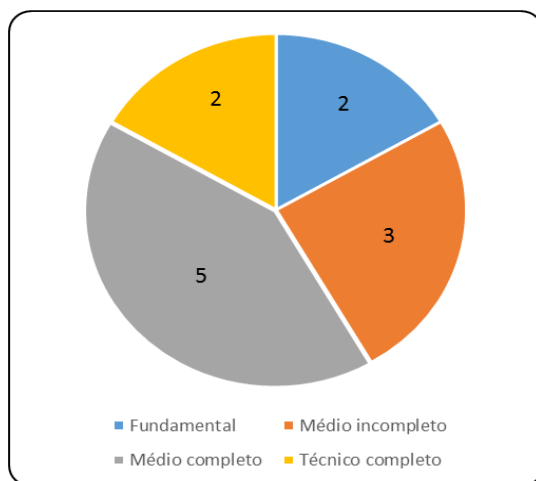


Gráfico 1: Escolaridade
(Os números indicam a quantidade de participantes)

Os membros da terceira idade pesquisados, conforme os resultados deste estudo, buscam se envolver em atividades que não só lhes preencham o tempo, como muitos acreditam, mas que, principalmente, permitam-lhes estar com outras pessoas, em interagir socialmente e, acima de tudo, onde possam cuidar da sua saúde física e mental. Além da ginástica, muitos praticam caminhada ou ainda corrida e futebol.

Frente ao questionamento proposto ao grupo sobre o que era ciência para eles, as respostas estiveram mais associadas aos temas que remetiam à ideia de algo científico, destacando-se as diversas descobertas e o tratamento e a cura de doenças. O gráfico 2 apresenta uma compilação das respostas obtidas.

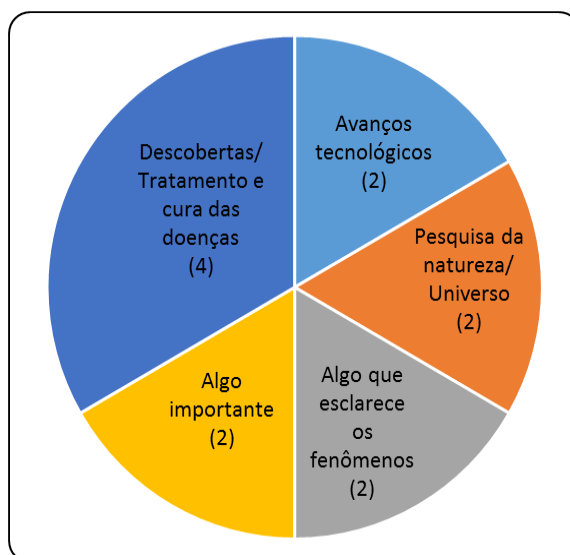


Gráfico 2: O que é ciência
(Os números indicam a quantidade de participantes)

Já com relação aos assuntos de ciências que lhes despertam o interesse e que gostariam de saber mais, a grande maioria respondeu que são “saúde e qualidade de vida” e “meio ambiente e universo” (gráfico 3).

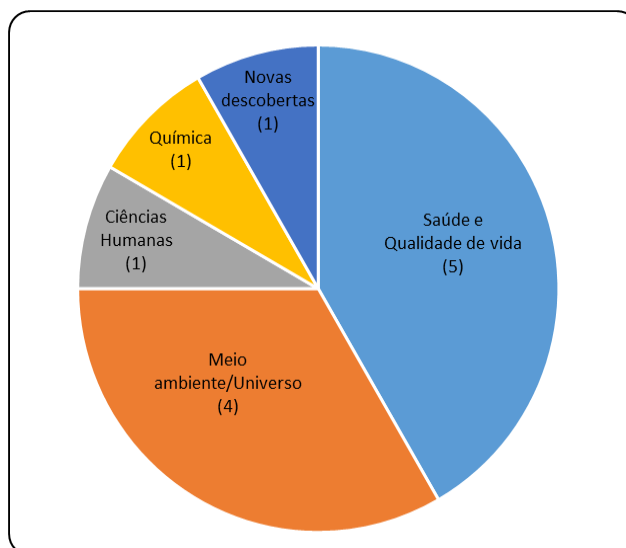


Gráfico 3: Temas de ciências que despertam o interesse
(Os números indicam a quantidade de participantes)

Os temas que foram destacados refletem a preocupação das pessoas na terceira idade de enfrentarem o cotidiano com saúde (COSTA; BORTOLIN, 2007), como também um interesse por temas relacionados a conhecimentos gerais. Os dados obtidos nesta pesquisa, apesar de representarem o olhar de um número muito reduzido de sujeitos na terceira idade, vão ao encontro dos dados levantados na pesquisa de Percepção Pública da Ciência e Tecnologia do Ministério da Ciência, Tecnologia e Inovação³. Nessa ampla pesquisa, os participantes na faixa de 55 anos ou mais apontaram que são interessados ou muito interessados, dentro de uma lista prévia de temas, nos assuntos Religião (em primeiro lugar), Medicina e Saúde (em segundo lugar) e Meio Ambiente (em terceiro lugar). Considerando que em nossa pesquisa dirigimos a questão do interesse especificamente às ciências, os dados são concordantes no destaque aos temas relacionados à saúde e ao meio ambiente.

As atividades dos encontros

Para os encontros, foram propostas atividades que envolvessem temas do cotidiano e atividades de fácil manuseio pelo grupo, promovendo um olhar da ciência para esses fatos. No primeiro encontro foram abordados os temas radioatividade, mulheres na ciência, efeitos da umidade do tempo, produção e efeitos do dióxido de carbono. No segundo encontro estudamos a ação dos detergentes e questões voltadas à prática na cozinha, com uma abordagem química para alguns fenômenos.

No primeiro encontro, com duração de 120 minutos, foi discutido o tema radioatividade através do poema “Rosa de Hiroshima”, de Vinícius de Moraes, musicado por Gerson Conrad. A partir daí, debatemos diferentes aspectos como usos na medicina e usos bélicos, avanços, entraves e limitações. Conversamos ainda sobre a atuação da cientista Marie Curie enquanto pioneira da atuação feminina na sua área de pesquisa.

Através do conhecido “galinho do tempo”, conversamos sobre a alteração da cor rosa (tempo úmido) e azul (tempo seco), a questão do equilíbrio químico, e também foi apresentado o vídeo “Água em Pó” (2010) (disponível no YouTube), cujo experimento aborda uma reação semelhante. Durante a exibição do vídeo, o grupo ficou muito compenetrado aos detalhes de cada etapa, percebendo quantas coisas estavam envolvidas durante o desenvolvimento de uma

³ Disponível em: <http://percepcaocti.cgee.org.br/>

reação química, como por exemplo: mudança de cor, variação da temperatura, absorção ou perda de água, necessidade de fonte externa de calor ou não, entre outros.

Foi realizado um experimento prático baseado no vídeo “Apagando a vela” (2008), onde todos puderam pessoalmente interagir com uma atividade preparada com materiais do cotidiano (garrafa PET, vela, bicarbonato de sódio e vinagre). Contudo, o experimento não foi bem-sucedido no que diz respeito ao resultado esperado. Para exemplificar este resultado, foi exibido ao grupo o vídeo original, onde todo o grupo interagiu discutindo sobre os prováveis erros na execução do experimento e o que poderia ter sido feito para corrigi-lo - ou seja, o que inicialmente parecia um problema, foi excelente do ponto de vista da observação científica e da capacidade que todos possuímos de buscar soluções.

Neste primeiro encontro, percebeu-se que o grupo que tinha chegado tímido e com medo do desconhecido foi ficando à vontade, participando com suas experiências de vida.

Três meses após o primeiro encontro com o grupo, foi realizado um segundo encontro.

Todavia, como o tempo previsto para este novo momento correspondia a quarenta minutos por ter ocorrido próximo às festividades de fim de ano, utilizou-se de atividades mais curtas e objetivas, de maneira a se otimizar o tempo previsto.

Iniciou-se com o experimento baseado no vídeo “Dedo Mágico” (THENÓRIO, 2014). A proposta do experimento foi a de levar este público a entender um pouco sobre interação intermolecular, tensão superficial e força de ligação, relacionando com a função dos detergentes na vivência cotidiana. A prática, simples na sua construção, acrescentou bastante quanto à aprendizagem de fenômenos não perceptíveis a “olho nu”.

Em seguida à atividade prática, foram feitas quatro perguntas que remetiam a assuntos de interesse geral: “(1) Conhece alguma substância química?; (2) Como tirar o mau odor do peixe das mãos?; (3) Por que choramos quando cortamos cebola?; (4) Qual a diferença entre substância venenosa e farmacêutica?” Nesse momento, foi possível estabelecer uma troca entre os saberes provenientes do conhecimento popular com aqueles sistematizados pela ciência.

Encerrando a atividade desse dia, foi realizado o experimento intitulado “Carta Mágica”, inspirado na página eletrônica “Manual do Mundo”, com o teste feito com tintura de iodo, mostrando que este é um ótimo indicador da presença do amido. Nessa atividade conversamos sobre a presença do amido em alimentos, discutindo sobre as consequências da falta e do excesso desse carboidrato no organismo.

Com o intuito de perceber a validade deste projeto, foi pedido aos membros do grupo que avaliassem o trabalho proposto e respondessem se gostariam de participar de mais encontros como os dois realizados. De acordo com os resultados obtidos nas respostas válidas, a grande maioria (84,7%) afirma estar interessada em mais ações como as desenvolvidas, indicando ser promissora a perspectiva da realização desse tipo de atividade com pessoas da terceira idade.

Considerações finais

A sociedade brasileira caminha – talvez ainda muito vagarosamente – na percepção do público idoso como autor de seu projeto de vida, independentemente da idade. O crescimento desse grupo da sociedade é um fato importante, considerando-se a expectativa de vida cada vez mais alta.

Há um grande estímulo às atividades, principalmente físicas, para promoção da saúde e lazer do grupo da terceira idade, contribuindo para a sua qualidade de vida. Consideramos que a

proposta de estudos, debates e experimentações relacionados às ciências para esse público pode contribuir para uma maior compreensão de mundo, de si mesmo, dos benefícios das atividades físicas, da alimentação ingerida, dos medicamentos, dentre outros.

A proposta didática apresentada neste trabalho, realizada com um grupo da terceira idade, por ter o caráter interdisciplinar, permitiu transitar pelas mais diversas áreas do conhecimento, fazendo referências, de acordo com o assunto proposto, com outras áreas, como por exemplo, a história da ciência. Outro aspecto interessante foi a possibilidade da utilização de recursos didáticos dos mais variados, desde os já bem divulgados experimentos com materiais do cotidiano, até a utilização de música (letra, melodia, ambas), vídeos e cartazes, com a finalidade de promover uma abordagem mais atrativa e dinâmica para quem participa.

Tendo em vista as prioridades estabelecidas na terceira idade, onde se destacam o desejo de atualização e de novos conhecimentos, de novas amizades, da alegria e do prazer de viver (IRIGARAY; SCHNEIDER, 2008) e considerando-se também que a qualidade de vida é definida pela terceira idade como prazer, conforto, presença da família e de afetos e a prática de um ideal de vida (VECCHIA et al, 2005), sugerimos que a divulgação científica voltada especificamente para a terceira idade ou que a inclua intencionalmente, deve estimular a participação desse público em grupos, promovendo também atividades interessantes para a presença de toda a família. As ações propostas para esse público não devem ter a escolaridade formal como algo indispensável para o entendimento de todas as atividades desenvolvidas e devem ser realizadas em locais onde hajam conforto e acessibilidade para todos, onde os materiais expostos assim como o volume de voz e sons sejam adequados às possíveis limitações visuais e auditivas, devendo ser utilizada uma fala mais pausada e mais esmiuçada. Uma proposta que talvez incentivasse a participação desse público nas atividades de divulgação científica seria a presença de pessoas da terceira idade como mediadores, iniciativa já verificada em alguns locais. Nas atividades desenvolvidas nesta pesquisa identificamos que o público da terceira idade tem prazer de entender os conceitos quando estes são trabalhados de forma criativa, lúdica, atenciosa e respeitosa, considerando-se a variedade de saberes e experiências que esse grupo – frequentemente tratado de forma depreciativa nos diversos espaços públicos e privados – possui.

Através desta pesquisa, pôde-se identificar que o grupo de terceira idade apresenta interesse em participar de atividades voltadas para a divulgação científica, principalmente através dos temas saúde, qualidade de vida, natureza e universo. O fato de se trabalhar temas cotidianos e/ou manipulando-se materiais de acesso comum, aproximou este público da perspectiva de se pensar a Ciência saindo da posição de mero espectador para uma postura atuante e participativa.

Agradecimentos e apoios

Professor de Educação Física Maurício de Oliveira Penchel Madeira, que cedeu gentilmente seu horário de aula e permitiu o acesso ao grupo de alunos para a realização da pesquisa.

Condomínio Mirataia – Jacarepaguá/RJ, que cedeu toda a estrutura física para a realização deste trabalho.

Referências

ÁGUA em pó. Produção de Pontociência, 2010. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=ZXt9N4gnSBE>>. Acesso em 01 set. 2016.

APAGANDO a vela. Produção de Pontociência, 2008. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=XdzSZJK8vvE>>. Acesso em 01 set. 2016.

COSTA, Clarissa Benassi Gonçalves da; BORTOLIN, Sueli. A terceira idade e as ações de leitura dos bibliotecários de duas instituições. In: SEMINÁRIO EM CIÊNCIA DA INFORMAÇÃO, 2., 2007, Londrina. **Anais eletrônicos...** Londrina: UEL, 2007. Disponível em: <http://eprints.rclis.org/13267/1/A_TERCEIRA_IDADE_E_AS_A%C3%87%C3%95ES_DE_LEITURA_DOS_BIBLIOTEC%C3%81RIOS_DE.pdf>. Acesso em: 10 jan. 2017.

IRIGARAY, Tatiana Quarti; SCHNEIDER, Rodolfo Herberto. Participação de Idosas em uma Universidade da Terceira Idade: Motivos e Mudanças Ocorridas. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, Brasília, v. 24, n. 2, p. 211-216, 2008. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/ptp/v24n2/10.pdf>>. Acesso em: 03 set. 2016.

MAZO, Giovana Zarpellon; CARDOSO, Adilson Sant'ana; DIAS, Roges Ghidini; BALBÉ, Giovane Pereira; VIRTUOSO, Janeisa Franck. Do diagnóstico à ação: grupo de estudos da terceira idade: alternativa para a promoção do envelhecimento ativo. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 14, n. 1, p. 65-70, 2009. Disponível em: <<https://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/RBAFS/article/view/756/765>>. Acesso em: 15 out. 2016.

SILVA, Luna Rodrigues Freitas. Da velhice à terceira idade: o percurso histórico das identidades atreladas ao processo de envelhecimento. **História, Ciências, Saúde – Manguinhos**, Rio de Janeiro, v. 15, n. 1, p. 155-168, Jan.-Mar. 2008.

TESTON, Elen Ferraz; MARCON, Rubia Maiara Silva; MARCON, Sonia Silva. Processo de Envelhecimento sob a ótica de idosos participantes de um centro de convivência. **Semina: Ciências Biológicas e da Saúde**, Londrina, v. 35, n. 1, p. 97-104, jan./jun., 2014.

THENÓRIO, Iberê. Dedo mágico, 2014. Produção de Manual do Mundo. Disponível em: <<http://www.manualdomundo.com.br/2014/06/experimento-tensao-superficial-com-oregano/>>. Acesso em 15 dez. 2014.

VECCHIA, Roberta Dalla; RUIZ, Tania; BOCCHI, Silvia Cristina Mangini; CORRENTE, José Eduardo. Qualidade de vida na terceira idade: um conceito subjetivo. **Revista Brasileira de Epidemiologia**. v. 8, n. 3, p. 246-252, 2005.