

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA MARIA
CENTRO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTOS
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM GERONTOLOGIA**

Tiago de Vargas Lima

**GRUPOS DE TERCEIRA IDADE E SOCIABILIDADE: um estudo
no município de Santa Maria, RS**

Santa Maria, RS

2017

Tiago de Vargas Lima

**GRUPOS DE TERCEIRA IDADE E SOCIABILIDADE: um estudo
no município de Santa Maria, RS**

Dissertação apresentada ao programa de Pós-Graduação Interdisciplinar em Gerontologia, do Centro de Educação Física e Desportos, da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM, RS), como requisito parcial para obtenção do título de **Mestre em Gerontologia**.

Orientador: Prof. Dr. Marco Aurélio de Figueiredo Acosta

Santa Maria, RS
2017

Ficha catalográfica elaborada através do Programa de Geração Automática da Biblioteca Central da UFSM, com os dados fornecidos pelo(a) autor(a).

Lima, Tiago

Grupos de Terceira Idade e Sociabilidade: um estudo no município de Santa Maria, RS / Tiago Lima.- 2017.
80 p.; 30 cm

Orientador: Marco Aurélio de Figueiredo Acosta
Dissertação (mestrado) - Universidade Federal de Santa Maria, Centro de Educação Física e desportos, Programa de Pós-Graduação em Gerontologia, RS, 2017

1. Envelhecimento 2. Sociabilidade 3. Grupos de Terceira Idade I. de Figueiredo Acosta, Marco Aurélio
II. Título.

Tiago de Vargas Lima

**GRUPOS DE TERCEIRA IDADE E SOCIABILIDADE: um estudo
no município de Santa Maria, RS**

Dissertação apresentada ao programa de Pós-Graduação Interdisciplinar em Gerontologia, do Centro de Educação Física e Desportos, da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM, RS), como requisito parcial para obtenção do título de **Mestre em Gerontologia**.

Aprovado em 23 de outubro de 2017:



Marco Aurélio de Figueiredo Acosta, Dr. (UFSM)
(Presidente/Orientador)



Marilene Rodrigues Portella, Dra. (UPF)



Monalisa Dias de Siqueira, Dra. (UFSM)

Santa Maria, RS
2017

RESUMO

GRUPOS DE TERCEIRA IDADE E SOCIABILIDADE: UM ESTUDO NO MUNICÍPIO DE SANTA MARIA, RS

AUTOR: Tiago de Vargas Lima

ORIENTADOR: Marco Aurélio de Figueiredo Acosta

Na velhice existem problemas que surgem na vida dos idosos, e que permeiam entre aspectos biológicos, psicológicos e sociais. Existe a necessidade de viabilizar a resolução de problemas e a reconstrução de vidas, quando nos referimos ao envelhecimento, e principalmente a fase da velhice. Dentro dessa perspectiva, os grupos de terceira idade são uma forma positiva de programas para os idosos, com a finalidade de promover a interação social, a ocupação do tempo livre, o desenvolvimento de habilidades e oportunidades de aprendizagem. E são importantes ferramentas propícias ao desenvolvimento da sociabilidade, pois são espaços que contemplam a diversidade e a singularidade das pessoas idosas. O estudo objetivou analisar as relações de sociabilidade entre os idosos, a partir da participação em grupo de terceira idade, no município de Santa Maria. Este estudo fundamentou-se em pesquisas das áreas do envelhecimento e sociabilidade, principalmente nos trabalhos que investigaram a velhice e os grupos de terceira idade, e nos dados obtidos a partir de entrevistas estruturadas e semiestruturadas. Participaram da pesquisa 11 idosas, residentes em Santa Maria – RS, dos grupos de terceira idade Grisalhas da Primavera e Reviver. As entrevistas foram realizadas individualmente e gravadas a domicílio. Os relatos foram transcritos e posteriormente analisados conforme o método de Análise de Conteúdo. Os grupos de terceira idade se reúnem entre duas a três vezes por semana, com o objetivo principal da realização de exercícios físicos, a composição dos grupos é quase exclusivamente composta por mulheres - e possuindo alguns homens em um dos grupos e os grupos realizam: chás de confraternização, bailes, passeios e jantares. As entrevistadas residem próximas a sede dos grupos de terceira idade, possuem baixo grau de escolaridade, renda média de dois salários mínimos, residem principalmente sozinhas, relatam a saúde como boa ou ótima, apresentam várias doenças crônicas, mas essas doenças não lhes causam dificuldades nas práticas de exercícios físicos. Quanto a rede social das, a maior parte das idosas apresentaram uma maior quantidade de relações sociais de proximidade afetiva com os integrantes do grupo de terceira idade que participam. A percepção do envelhecimento ao longo da vida, bem como o período anterior a sua entrada no grupo de terceira idade, mostram mudanças, antes de imagem negativa da velhice (solidão, isolamento, viuvez, problemas de saúde e diminuição de autonomia e independência). E passam a ter uma imagem positiva da velhice (saúde, afastamento da solidão, aumento das relações sociais, saída do ambiente domiciliar, prazer e amizade), quando associada a participação em grupo de terceira idade, a partir da perspectiva da sociabilidade. As relações de sociabilidade, nos grupos de terceira idade, tem seu elemento fundante na prática de exercício físico e se estendem para além deste com atividades de animação sociocultural (domingueiras, passeios, confraternizações, entre outros). Têm como significados espaço de convivência, construção e fortalecimento dos laços de amizade, encontros de alegria e diversão e renovação do viver e envelhecer.

Palavras-chave: Envelhecimento. Sociabilidade. Grupos de Terceira Idade.

ABSTRACT

THE ELDERLY AND SOCIABILITY GROUPS: A STUDY MADE IN SANTA MARIA, RS

AUTHOR: Tiago de Vargas Lima
ADVISOR: Marco Aurélio de Figueiredo Acosta

In old age there are problems that arise in the life of the elderly, and that permeate between biological, psychological and social aspects. There is a need to enable problem solving and reconstruction of lives, when we refer to aging, and especially the old age. Within this perspective, the elderly groups are a positive form of programs for the elderly, with the purpose of promoting social interaction, leisure time, skills development and learning opportunities. And they are important tools conducive to the development of sociability, since they are spaces that contemplate the diversity and uniqueness of the elderly. The study aimed to analyze the relationships of sociability among the elderly, starting from the participation in a third age group, in the municipality of Santa Maria. This study was based on researches in the areas of aging and sociability, mainly in the works that investigated the old age and the old age groups, and in the data obtained from structured and semi-structured interviews. Eleven elderly women living in Santa Maria - RS, from the Grisalhas da Primavera and Reviver groups, participated in the study. The interviews were conducted individually and recorded at home. The reports were transcribed and later analyzed according to the Content Analysis method. The elderly groups meet two to three times a week, with the main objective of performing physical exercises, the composition of the groups is almost exclusively composed of women - and having some men in one of the groups and groups perform: teas of fellowship, dances, walks and dinners. The interviewees are close to the headquarters of the elderly, have a low level of schooling, average income of two minimum wages, reside mostly alone, report health as good or great, present several chronic diseases, but these diseases do not cause them difficulties in the physical exercise practices. As for the social network, the majority of the elderly presented a greater amount of social relations of affective proximity with the members of the elderly group that participate. The perception of aging throughout life, as well as the period prior to its entry into the elderly group, show changes, before a negative image of old age (loneliness, isolation, widowhood, health problems and decreased autonomy and independence). And they have a positive image of old age (health, withdrawal from loneliness, increase of social relations, exit from the home environment, pleasure and friendship), when associated with participation in a third age group, from the perspective of sociability. The relationships of sociability, in the old age groups, have their founding element in the practice of physical exercise and extend beyond this with activities of sociocultural animation (domingueiras, walks, confraternizations, among others). They have as meanings space of coexistence, construction and strengthening of the ties of friends, meetings of joy and fun and renewal of living and aging.

Keywords: Aging. Sociability. The elderly groups

SUMÁRIO

| | |
|---|----|
| 1 INTRODUÇÃO | 7 |
| 1.1 PROBLEMA | 9 |
| 1.2 OBJETIVOS | 9 |
| 1.2.1 Objetivo Geral | 9 |
| 1.2.2 Objetivos Específicos | 9 |
| 1.3 JUSTIFICATIVA | 9 |
| 2 REVISÃO DE LITERATURA | 11 |
| 2.1 ENVELHECIMENTO | 11 |
| 2.2 SOCIABILIDADE | 15 |
| 2.3 GRUPOS DE TERCEIRA IDADE | 18 |
| 3 METODOLOGIA | 23 |
| 3.1 Delineamento do estudo | 23 |
| 3.2 População | 23 |
| 3.3 Amostra | 24 |
| 3.3.1 Critérios de inclusão | 25 |
| 3.3.2 Critérios de exclusão | 25 |
| 3.4 Procedimentos e Logística | 25 |
| 3.5 Método de coleta e análise de dados | 26 |
| 3.6 Considerações éticas | 28 |
| 3.7 Riscos e Benefícios | 29 |
| 4 RESULTADOS E DISCUSSÃO | 30 |
| 4.1 OS GRUPOS DE TERCEIRA IDADE | 30 |
| 4.1.1 Grupo de Terceira Idade “Grisalhas da Primavera” | 30 |
| 4.1.2 Grupo de Terceira Idade “Reviver” | 31 |
| 4.2 PERFIL SOCIODEMOGRÁFICO E REDE SOCIAL DAS IDOSAS | 31 |
| 4.3 AS ENTREVISTAS | 40 |
| 5 CONCLUSÃO | 61 |
| REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS | 63 |
| APÊNDICES | 67 |
| APÊNDICE A: Caracterização dos grupos de terceira idade | 68 |
| APÊNDICE B: Roteiro de entrevista semiestruturada | 69 |
| ANEXOS | 70 |
| ANEXO A: Termo de Consentimento Livre e Esclarecido | 71 |
| ANEXO B: Termo de Confidencialidade | 74 |
| ANEXO C: Autorização Institucional | 76 |
| ANEXO D: Autorização Institucional | 77 |
| ANEXO E: Questionário de dados pessoais | 78 |
| ANEXO F: Diagrama da Rede Social na Vida Adulta | 80 |

1 INTRODUÇÃO

Para esta dissertação, busco contextualizar a experiência relacionada à grupos de Terceira Idade de Santa Maria, quanto as experiências de sociabilidade entre seus integrantes. Toma-se, aqui, os grupos de Terceira Idade como espaços de sociabilidade e de produção de uma experiência que é partilhada entre os seus integrantes, sugere interrogações acerca do que significa envelhecer, participar do grupo de Terceira Idade e se relacionar com outros idosos.

Nessa perspectiva, os grupos de Terceira Idade são uma forma de interação, sociabilidade, lazer e inclusão social, estimulando a autonomia, melhora da autoestima, qualidade de vida e inclusão social. Como descreve Portella (2004), nesses grupos sociais, as pessoas fazem exercícios, usufruem dos momentos de lazer e descontração, adquirem conhecimentos, e trocam ideias e experiências, sendo uma forma de viver com saúde esta etapa da sua vida, lutando contra a estagnação social da velhice.

O envelhecimento pode proporcionar a muitas pessoas, principalmente na velhice, uma estagnação social, devido a diminuição das suas interações com a sociedade, por questões de ordem biológica, psicológica e social, devido a diminuição da qualidade da sua saúde e da forma de relacionamento com a sociedade, potencializada pela aposentadoria, viuvez e síndrome do ninho vazio.

Peixoto (2004), destaca que a proposta de tratar o envelhecimento como um processo multifatorial, abre a possibilidade de análise das mudanças culturais, nas formas de pensar e gerir a experiência cotidiana, bem como, as inúmeras representações sociais que perpassam essa fase da vida, e ainda, perceber que nem todos vivem essa experiência da mesma maneira, sendo o envelhecimento heterogêneo.

No processo de envelhecimento existem diversas modificações quanto ao nosso olhar ao mundo e nas nossas interações com ele, que podem ser caracterizadas por perdas, mas também por ganhos. Debert (1996), destaca que, além dos estudos feitos mostrando a atual representação da velhice em termos de processo contínuo de perdas, estão-se abrindo outros espaços para que diversas experiências de envelhecimento bem-sucedidas possam ser vividas coletivamente. Por exemplo, os grupos de Terceira Idade, centros de convivência e as universidades da terceira idade, entre outras.

Dentro da perspectiva de experiências de envelhecimento coletivas, visto a importância da sociabilidade, Ferrigno (2006) diz que através de iniciativas pioneiras o SESC (Serviço Social do Comércio), no ano de 1963 em São Paulo, começou a implantar grupos de

Terceira Idade como um modelo de trabalho social inovador de serviços para idosos. Trabalho social com a finalidade de promover interação social, ocupação do tempo livre, desenvolvimento de habilidades e oportunidades de aprendizagem, têm crescido de modo substancial e contribuído para um novo olhar da velhice, com mais saúde, satisfação e alegria de viver.

A partir da iniciativa do SESC, surgiram novas iniciativas de trabalho com idosos no Brasil, tendo os programas do gênero Universidade da Terceira Idade, como desdobramento dessas iniciativas.

Segundo Cachioni e Neri (2008), dentre os programas do gênero Universidade da Terceira Idade, sete programas são os mais representativos de um universo previamente categorizado em seis modelos educacionais: Núcleo de Estudos da Terceira Idade da Universidade Federal de Santa Catarina (NETI/UFSC-1982); Núcleo Integrado de Estudos e Apoio à Terceira Idade da Universidade Federal de Santa Maria (NIEATI/UFSM-1984); Universidade da Terceira Idade da Pontifícia Universidade Católica de Campinas (U3I/PUCCAMP-1990); Centro Regional de Estudos e Atividades para a Terceira Idade da Universidade de Passo Fundo (CREATI /UPF-1991); Universidade Aberta da Terceira Idade da Universidade Estadual do Rio de Janeiro (UnATI/UERJ-1992); Universidade Metodista de Piracicaba (U3I/UNIMEP-1992); UnATI da Escola Superior de Agricultura Luiz de Queiroz da Universidade de São Paulo (UnATI/USP- ESALQ-1995).

Dentre os programas do gênero Universidade da Terceira Idade, em 1984 surge o Núcleo Integrado de Estudos e Apoio a Terceira Idade (NIEATI), do Centro de Educação Física e Desportos, da Universidade Federal de Santa Maria – RS, percebendo a necessidade de valorização dos idosos, através do Prof. Dr. José Francisco Dias que iniciou o trabalho de atividades físicas para a terceira idade, através do departamento de desportos coletivos, quando propôs o projeto “GAFTI – Grupos de Atividades Físicas para a Terceira Idade”. O núcleo tendo como objetivo melhorar e manter a independência e autonomia dos movimentos físicos e intelectuais dos idosos (ACOSTA, 2009).

Os Grupos de Terceira Idade são um momento de construção de relações sociais, que se utilizam da sociabilidade, como instrumento para sua execução. Segundo Simmel (1983) a sociabilidade é um espaço sociológico ideal onde o prazer de um indivíduo está ligado ao prazer dos outros. O mundo da sociabilidade é um espaço que busca tratar todos de modo igualitário, respeitando a diversidade e a individualidade de cada um.

Segundo Motta (2004) os programas para terceira idade são mediadores de uma sociabilidade intrageracional e extrafamiliar e constroem relações coletivas de identidade de

idade e geração. São próprios da atualidade, bem aceitos pelos idosos, pois neles constroem relações novas e positivas, criam ou reencontram papéis perdidos, participam de uma rede de solidariedade e troca de afetos que melhoram a autoestima. Buscam reconstruir um projeto de vida, preencher o tempo livre, criar um espaço etário existencial e seu lugar na sociedade.

1.1 PROBLEMA

Quais são as relações de sociabilidade entre os idosos, a partir da participação em grupo de terceira idade de Santa Maria?

1.2 OBJETIVOS

1.2.1 Objetivo Geral

Analisar as relações de sociabilidade entre os idosos, a partir da participação em grupo de terceira idade.

1.2.2 Objetivos Específicos

Descrever as características dos grupos de Terceira Idade e seus participantes.

Identificar os significados da participação dos idosos, em grupos de Terceira Idade.

1.3 JUSTIFICATIVA

O assunto envelhecimento permeia a minha formação acadêmica desde o término da graduação em Educação Física, no ano de 2008, e o trabalho profissional com grupos de Terceira Idade, a nove anos, bem como, a minha inserção no GEPEG/UFSM (Grupo de Estudos e Pesquisa em Gerontologia), desde de 2009.

Esta pesquisa está inserida na linha de pesquisa “Sociedade e cultura no envelhecimento humano”, do Programa de Pós-graduação em Gerontologia, da UFSM (Universidade Federal de Santa Maria).

Desde que trabalho com os idosos em grupos de terceira idade, tenho percebido a importância desses espaços, para os eles no enfrentamento dos seus envelhecimentos e consecutivamente das suas velhices. Pois eles são constitutivos de experiências agradáveis,

que proporcionam a manutenção e melhora das suas saúdes, bem como a reconstrução de papéis sociais perdidos. Espaços onde as relações de amizade, o carinho e a cordialidade são fundamentais para o seu funcionamento, pois sem as mesmas, o seu funcionamento tende a findar.

Além disso, outros motivos pelos quais se pesquisou esta temática no estudo do campo da Gerontologia, foi a exaltação exacerbada, em pesquisas, da importância demográfica, do natural, do biológico e do corpo, falando das perdas e das limitações impostas pelo envelhecimento. Assim como, a necessidade de conhecer e dar mais visibilidade às particularidades da convivência em grupo dos idosos, através da sociabilidade, com a finalidade de divulgar esses dados, corroborando com a literatura na área da Gerontologia Social. A possibilidade de analisar os grupos de Terceira Idade e os idosos participantes, pela ótica da sociabilidade e, principalmente, responder quais são as relações de sociabilidade entre os idosos, a partir da participação em grupo de Terceira Idade, assim como, identificar os significados da participação dos idosos, em grupos de Terceira Idade.

Segundo Ferrigno (2006), o trabalho em grupo viabiliza a troca de experiências individuais, ato de suma importância para combater a marginalização social e contribuir para a participação e a autorealização. O grupo possibilita o compartilhamento das histórias individuais e a construção de uma história coletiva a partir do confronto de valores e ideologias. O grupo propicia o exercício de papéis, o enfrentamento de novos desafios e a busca da realização de sonhos comuns.

Sendo assim, diante das constatações de que ao envelhecermos podemos fragilizar as nossas interações sociais, seja por diminuição das relações familiares (viuvez, ninho vazio, finitude), pela aposentadoria, pelas patologias ou pelo próprio desengajamento social. É necessário fomentar estratégias de interação social que venham suprir esta, e uma das formas é por meio da sociabilidade, que geralmente se utiliza do lúdico como instrumento da construção da interação social. Pode ser potencializada pela participação em grupos de terceira idade, que podem oferecer apoio, e a construção de novos elementos, que possibilitam uma maior possibilidade de adaptação dos idosos, em seus envelhecimentos.

2 REVISÃO DE LITERATURA

2.1 ENVELHECIMENTO

O envelhecimento, ou senescência, é um processo universal, progressivo, natural e único determinado geneticamente para os indivíduos da espécie, motivo pelo qual é também chamado de envelhecimento normal. O envelhecimento, uma experiência heterogênea, não transcorre da mesma forma para todos, mas acontece com nuances diferentes a cada sujeito. Essas diferenças são influenciadas por circunstâncias históricas, culturais, por fatores intelectuais e de personalidade, pelo o ambiente onde vive (WHO, 2015) e, por conseguinte, a rede social de apoio (NERI, 2008).

A proposta de tratar o envelhecimento como um processo, abre possibilidades de análise que dão conta das mudanças culturais nas formas de pensar e gerir a experiência cotidiana, as inúmeras representações sociais que perpassam essa fase da vida, e ainda, perceber que nem todos vivem essa experiência da mesma maneira.

Sendo o envelhecimento um processo heterogêneo, sofre influência das construções de identidade de grupos e de gerações, bem como, as formas distintas de envelhecer segundo o gênero, o estilo de vida e as situações de classe. E ainda apontam para possibilidades de trânsito entre mundos sociais onde ênfases diferentes são atribuídas à idade, ao trabalho, à família, à construção de si mesmo como um indivíduo singular (BARROS, 2006).

O envelhecimento populacional se configura com um grande desafio na medida em que esse novo perfil populacional, em um país com mais idosos, convive com problemas ainda não superados, e necessita de adequadas condições da saúde, educação e econômicas, que se vinculam a déficits sociais preexistentes, principalmente na velhice.

Então, nos impõe pensar: o que é velhice? O que é ser velho? Compreendemos a velhice como fase natural do ciclo de vida dos seres humanos. Essa compreende nascimento, amadurecimento, envelhecimento e morte. Essas características são intrínsecas à vida, ocorrendo gradualmente. Assim, caso não morramos jovens estamos destinados a passar por esses processos durante nossas vidas (BEAUVOIR, 1990).

A velhice é a última fase do ciclo vital e, biologicamente é caracterizada por um maior ápice no declínio em estrutura, função, organização e diferenciação, com a diminuição progressiva da capacidade de adaptação e de sobrevivência, cujo ponto final é a morte.

Também somadas as modificações biológicas a velhice também é caracterizada por perdas psicomotoras, afastamento social e restrição de papéis sociais (NERI, 2009).

Afastamento social e restrição de papéis sociais, que podem provocar a solidão, um sentimento de vazio interior, que pode estar presente no ser humano nas diferentes fases da vida, e tende a ser mais frequente na velhice. Fatores psicológicos e sociais que parecem estar relacionados com o seu surgimento como a depressão, o luto, o isolamento social e o abandono (GOLDFARB, 1998).

Nessa fase, também podem ser observados sintomas de depressão, dependência e desestruturação familiar, como é o caso da assim chamada síndrome do ninho vazio, que foi definida em algumas culturas como o sofrimento associado a perda do papel da função parental com a saída dos filhos da casa dos pais (SARTORI; ZILBERMAN, 2009)

Alguns autores enfatizam que o sexo feminino está mais vulnerável a apresentar sintomas desta síndrome, pois tendo em vista as questões culturais que contribuem na atribuição de papéis de gênero, nos quais a mulher é vista como a responsável pelo cuidado com os filhos e o trabalho doméstico, a mulher perde o seu papel fundamental na base familiar, o de cuidadora (TAVARES et al., 2004). Mulheres que se dedicaram a maior parte da sua vida à criação dos seus filhos de modo exclusivo sofrem ao vê-lo partindo, gerando para si um autoconceito de “impotência”, refletindo assim em uma autoestima baixa, favorecendo um quadro depressivo e até mesmo a reclusão do convívio social (WEBBER; DELVIN, 2010).

A velhice pode estar associada ao sofrimento, aumento da dependência física, declínio funcional, isolamento social, depressão e improdutividade, entre outros fatores que não representam significados positivos. Porém, é possível atenuar estas por meio de um envelhecimento com maior independência e autonomia, com boa saúde física e mental, enfim, com um envelhecimento saudável e ativo.

Com base no conceito de envelhecimento saudável, o relatório mundial de envelhecimento e saúde (OMS, 2015) define o envelhecimento saudável como um processo de desenvolvimento e manutenção da capacidade funcional que permite o bem-estar em idade avançada. Este relatório descreve um quadro de saúde pública para a ação que é construída sobre o conceito de Envelhecimento Saudável, sendo exigida uma transformação dos sistemas de saúde, a partir dos modelos curativos baseados em doença, para modelos de prestação de cuidados integral e centrados em idosos. Sendo exigido o desenvolvimento de sistemas abrangentes de cuidados de longo prazo e coordenados por diversos setores e múltiplos níveis de governo. E deve ser construído sobre uma mudança fundamental em nossa compreensão

sobre o envelhecimento, para uma que tenha em conta a diversidade das populações idosas e responda às desigualdades que muitas vezes estão subjacentes. Assim como, recorrer a melhores formas de medir e monitorar a saúde e o funcionamento das populações idosas.

O processo de envelhecimento e a chegada na velhice, são caracterizados por fatores individuais, com modificações nas habilidades cognitivas, físicas e mesmo sociais, condicionando a forma das relações sociais vividas pelos idosos.

Relações sociais que podem ser dificultadas pela diminuição gradual da capacidade funcional, a qual é progressiva e afeta as condições de saúde, e está associada ao envelhecimento através da incapacidade funcional e a dependência, que acarretam restrição/perda de habilidades ou dificuldade/ incapacidade de executar funções e atividades relacionadas à vida diária. Tais dificuldades são ocasionadas pelas limitações físicas e cognitivas, de forma que as condições de saúde da população idosa podem ser determinadas por inúmeros indicadores específicos, entre eles a presença de déficits físicos e cognitivos (GUIMARÃES; CUNHA, 2004).

A medida que o ser humano envelhece, muitas atividades do cotidiano, consideradas triviais e, portanto, de fácil execução, podem aos poucos, e, muitas vezes de forma imperceptível, tornarem-se cada vez mais difíceis de serem realizadas, até que o indivíduo idoso perceba que já depende de outra pessoa para as suas realizações. Ocasionalmente em perda de independência e em muitos casos da sua autonomia, uma grande preocupação para parte dos idosos.

Segundo Pires e Silva (2001) perda ou diminuição da independência e autonomia representa, para os idosos, uma das maiores preocupações, pois, para eles, a saúde está diretamente relacionada com independência e a autonomia, capacidade de fazer as coisas que deseja, trabalhar, poder ir e vir, ainda que portador de alguma doença crônica. Mantendo-se independentes e autônomos, as dificuldades serão menores, tanto para si mesmos, quanto para a família e para a sociedade.

Melhorando as capacidades dos idosos, na manutenção e melhora da sua independência e autonomia é possível minimizar os efeitos negativos dessa fase do desenvolvimento humano, desde que se observe o grau de plasticidade individual associado a demais fatores no qual o sujeito é imerso, como fatores genético-biológicos, psicológicos e socioculturais (NERI, 2008). Dispondo de recursos psicossociais que lhes favoreçam encontrar um sentido de vida a partir das experiências as quais se exponham, além de crenças e estados emocionais positivos, regulação afetiva e autoestima (RABELO; NERI, 2005).

Além da manutenção e melhora da independência e autonomia dos idosos, as relações sociais podem ser muito importantes para qualificar o envelhecimento, e possibilitar uma velhice com qualidade de vida. Permitindo um engajamento social, que também é uma forma de se chegar a um envelhecimento de qualidade. Segundo Freire (2000), a vida na velhice pode ser satisfatória, com qualidade e bem-estar, especialmente quando há disposição para enfrentar os desafios da vida, lutar pelos direitos dos cidadãos e pôr em prática projetos viáveis dentro das condições pessoais e do meio ambiente em que se vive.

A transformação na composição e na forma das relações sociais no envelhecimento, embora seja um processo natural, podem ser acompanhadas de sentimentos negativos ou positivos, que anulam ou enaltecem e valorizam essa naturalidade, transformando a velhice em uma etapa de perdas e sofrimento ou de prazer e vida saudável.

Embora na velhice já tenham sido aprendidas muitas das habilidades de que se necessita para viver bem, o relacionamento com outras pessoas mantém-se imprescindível. O relacionamento com outras pessoas propicia fonte de segurança, de amor, de sentimentos de pertencer a um grupo, além de servirem como parâmetros para o indivíduo avaliar a adequação de seus comportamentos, sentimentos e aquisições. Por meio dos outros, cada um pode confirmar a ideia que faz de si mesmo: sua capacidade, seus valores, opiniões e competência (ERBOLATO, 2002).

O envelhecimento caracteriza-se por ser um processo individual, heterogêneo e multidimensional, influenciado por fatores sociais, biológicos e psicológicos, aliados a experiência pessoal de vida e personalidade, somam-se e dão forma a velhice. Havendo a construção de novas imagens do envelhecimento, formas de envelhecer e viver a velhice, e uma dessas possibilidades é viver esta fase de uma forma mais positiva.

Segundo Debert (2010) as novas imagens do envelhecimento e as formas contemporâneas de gestão da velhice no contexto brasileiro são ativas na revisão dos estereótipos pelos quais o envelhecimento é tratado. Oferecem também um quadro mais positivo do envelhecimento, que passa a ser concebido como uma experiência heterogênea em que a doença física e o declínio mental, considerados fenômenos normais nesse estágio da vida, são redefinidos como condições gerais que afetam as pessoas em qualquer fase.

O envelhecimento como experiência heterogênea, necessita de cuidados quanto a construção de estereótipos, pois tanto modelos negativos ou positivos, acabam ignorando a diversidade da construção de envelhecimentos. Pois no envelhecimento há a presença tanto de fatores negativos e positivos, que podem sofrer influência de aspectos sociais.

A participação social é considerada um valor do próprio campo da saúde para o sujeito idoso, destacando-se o pertencimento a um grupo social, e um estilo de vida ativo, como elementos vinculados à manutenção de uma boa saúde e à prevenção de doenças (KRZEMIEN, 2002). A inclusão do elemento participativo leva em conta a existência de uma menor interação e envolvimento social das pessoas idosas, em especial pelas supostas perdas que sofrem, pelo isolamento e sedentarismo.

Petriz e Viguera (2001 apud DARWICH, 2008) assinalam que há estudos dando conta de haver relação inversa entre a rede social de uma pessoa e seu estado de saúde, pois quanto menores as redes sociais, maiores as patologias. E destacam os benefícios diretos entre apoio social e saúde física do idoso, e entre apoio social e bem-estar psicológico, inclusive como importante fator preditivo da depressão em pessoas idosas, geralmente causadas por acontecimentos estressantes e negativos, ou ainda por doenças. E as estruturas de sociabilidade, aquelas capazes de prevenir o isolamento social, têm desaparecido em função das transformações na família, nas condições de produção e de trabalho, além do exacerbamento do individualismo e da competitividade, especialmente para as classes de mais baixa renda.

Os idosos quando passam a frequentar atividades fora do convívio doméstico, experimentam ideias inovadoras, que os podem ocasionar na construção de novos projetos de vida, uma forma importante de ajuda na compreensão das limitações que envolvem tanto o processo do envelhecimento quanto as necessidades do idoso.

Portanto, o envelhecimento é caracterizado por experiências heterogêneas, e consecutivamente a construção de diferentes formas de envelhecer, e diferentes nuances da velhice. Viver as experiências do envelhecimento e da velhice de forma coletiva com interação entre o indivíduo e a sociedade, através da sociabilidade, pode ser uma grande possibilidade para envelhecer com qualidade.

2.2 SOCIABILIDADE

Simmel (1983) define sociabilidade como uma forma autônoma ou lúdica de sociação, cujas manifestações não têm propósitos objetivos. Sem conteúdo, nem resultados exteriores, ela depende inteiramente das personalidades entre as quais ocorre. Sua principal característica é o êxito do momento. Desse modo, as condições e os resultados desse processo são exclusivamente determinados pelas pessoas que se encontram em uma determinada reunião

social, cujo caráter é determinado por qualidades pessoais, tais como: amabilidade, refinamento, carisma e cordialidade e outras formas de atração.

O indivíduo é pressionado, de todos os lados, por sentimentos, impulsos e pensamentos contraditórios, entre as diversas possibilidades de comportamento. Os grupos sociais, em contrapartida, mesmo que mudem com frequência suas orientações de ação, estariam convencidos, a cada instante e sem hesitações, de uma determinada orientação, progredindo assim continuamente. Sendo assim, a partir da inserção do indivíduo em um grupo social, suas ações ganham legitimidade pela ação coletiva, diminuindo a insegurança das suas escolhas (SIMMEL, 2006).

A interação entre os indivíduos, ou seja, a sociedade em geral, diferencia-se na sua forma e conteúdo. Essa interação surge sempre a partir de determinados impulsos ou da busca de certas finalidades. Que podem ser, conforme Simmel (2006), instintos eróticos, interesses objetivos, impulsos religiosos, objetivos de defesa, ataque, jogo, conquista, ajuda, doutrinação e inúmeros outros. Desse modo, fazem com que o ser humano entre, com os outros, em uma relação de convívio, de atuação com referência ao outro, com o outro e contra o outro, em um estado de correlação com os outros. Isso quer dizer que ele exerce efeito sobre os demais e também sofre efeitos por parte deles. Essas interações significam que os portadores individuais daqueles impulsos e finalidades formam uma unidade, mais exatamente, uma sociedade.

Na perspectiva de Simmel (2006) a sociedade é composta das características culturais e de estruturas sociais, institucionais ou não, que fundamentam e guiam o comportamento daqueles que fazem parte deste mundo. Para que o indivíduo que nasce nesse meio o compreenda, ele deverá aprender os aspectos culturais vigentes dessa sociedade. Esse processo de aprendizagem é chamado de sociação.

A sociação é uma forma (que se realiza de inúmeras maneiras distintas) na qual os indivíduos, em razão de seus impulsos e interesses, sejam eles, sensoriais, ideais, momentâneos, duradouros, conscientes, inconscientes ou movidos pela causalidade, se desenvolvem conjuntamente em unidades que satisfazem os seus interesses. Transforma indivíduos isolados em formas de ser e estar com o outro e para e contra o outro, formando a base das sociedades humanas (SIMMEL, 2006).

A sociedade é produto da sociação, isto é, agregação dos indivíduos entre si e com os outros que se desenvolve em um contexto social determinado. É a construção permanente entre os indivíduos que se relacionam e também são constitutivas da sociabilidade.

O impulso de sociabilidade, em sua pura efetividade, se desvencilha das realidades da vida social e do mero processo de sociação como valor e como felicidade, e constitui assim o que chamamos de sociabilidade.

Sociabilidade que permite compreender o modo como a sociedade se organiza, sem quaisquer propósitos, interesses ou objetivos além da interação entre si, interação vivenciada em formatos de jogos, nos quais uma das regras implícitas seria atuar como se todos fossem iguais.

Na sociabilidade as qualidades pessoais não devem ser enfatizadas de modo individual, mas de forma coletiva, de modo que a relação entre o indivíduo e os outros, não apresente interesses egoístas, externos ou imediatos, limitando a relevância da personalidade individual e garantindo a legitimidade do outro. Nessas relações sociais não entram o que as personalidades possuem em termos de significações objetivas, significações que têm seu centro fora do círculo de ação, assim como, riqueza, posição social, erudição, fama, capacidades excepcionais e méritos individuais não desempenham qualquer papel na sociabilidade (SIMMEL, 2006).

Assim, esse caráter objetivo, que gira em torno da personalidade, precisa se separar de sua função como elemento da sociabilidade. O mesmo se dá com o que há de mais puro e profundo na personalidade, no que diz respeito ao que representa de mais pessoal na vida, no caráter, no humor, no destino, não tem qualquer lugar nos limites da sociabilidade.

A discrição, que é a primeira condição de sociabilidade perante o outro, da mesma maneira, é imprescindível com relação a si mesmo, porque sua infração faria com que, em ambos os casos, a forma sociológica artificial da sociabilidade degenerasse em um naturalismo sociológico. Pode-se também falar de uma onda de sociabilidade superior e inferior para os indivíduos. Tanto no momento em que o estar junto se apoia em um conteúdo e em uma finalidade objetivas, como no momento em que o fator absolutamente pessoal e subjetivo do indivíduo aparece sem qualquer reserva, a sociabilidade não é mais o elemento central e formador, mas, no máximo, continua a ser o princípio mais formalista superficial e mediador (SIMMEL, 2006).

Expressando esse princípio a partir do êxito, e não do impulso, torna-se possível formular da seguinte maneira o princípio da sociabilidade: cada indivíduo deve garantir ao outro o máximo de valores sociáveis (alegria, liberação, vivacidade) compatíveis com o máximo de valores recebidos por esse indivíduo.

De acordo com Simmel (2006) a sociabilidade é um espaço sociológico ideal onde o prazer de um indivíduo está ligado ao prazer dos outros. O mundo da sociabilidade é artificial,

o único em que a democracia entre os indivíduos é possível sem atritos, por ser um jogo no qual se faz de conta que são todos iguais e, ao mesmo tempo, se faz de conta que cada um é reverenciado em particular. O faz de conta não está contido na dimensão da mentira, devendo ser entendido como ação sociável, como mero instrumento das interações e dos eventos da realidade prática.

Neste mundo sociologicamente ideal, em princípio, ninguém pode encontrar a sua satisfação à custa de sentimentos alheios aos seus. Essa possibilidade é excluída por várias outras formas sociais além da sociabilidade. Sociabilidade que pode se realizar através do prazer da conversa, da troca, da convivência, nas festas, nas reuniões sociais, nas homenagens, mas precisam ser significativas e agrupadoras. Inspirado pelo conceito desenvolvido por Simmel, é possível pensar como exemplo deste conceito, os grupos de terceira idade como um espaço de encontro de lazer, utilizando-se em muitos momentos de características lúdicas, que contribui para a formação de novas formas de sociabilidade e de agrupamento de pessoas idosas.

O lazer que é importante, porque garante e mantém a continuidade do processo de desenvolvimento social das pessoas, isto é, o lazer tem por objetivo manter a continuidade da realização prática de si mesmo, isso possibilita ao mesmo tempo a realização e expressão das possibilidades internas, numa construção do seu eu socialmente evoluído. No caso do idoso, o lazer, é considerado um meio de continuar a sua auto realização social, isto é, de sua sociabilidade (IWANOWICZ, 2000).

Os idosos participantes dos grupos de terceira idade podem encontrar lazer fora do âmbito familiar e doméstico, e a participação em grupos de terceira idade possui muitos significados para os idosos, frente a enfrentamentos que surgem em suas vidas, como por exemplo: a morte do marido ou esposa, a aposentadoria, a doença, os problemas familiares.

Como uma das funções da sociabilidade é o de agrupar pessoas, tendo como elemento central, o prazer do indivíduo juntamente com o prazer dos outros, os grupos de terceira idade são uma importante ferramenta para desenvolver estratégias para viabilizar a execução da sociabilidade.

2.3 GRUPOS DE TERCEIRA IDADE

Antes de falar em grupos de terceira idade, necessitamos entender como um grupo pode ser constituído e o porquê da sua importância. Segundo Zimmerman (1997) qualquer

grupo constituído se forma de um campo grupal dinâmico, o qual se comporta como uma estrutura que vai além da soma dos seus componentes, mas sim da combinação, interação e do arranjo dos mesmos.

Então, cada grupo possui um funcionamento diferente, pois é formado por pessoas, propostas e realidades diferentes. O grupo pode ser uma interessante ferramenta de auxílio entre os participantes, para melhorar as suas qualidades de vida.

Desta forma, Zimmerman (1997) afirma que os grupos são uma boa forma de viabilizar a sociabilidade, pois consiste em uma formação espontânea entre pessoas que se sentem identificadas por algumas características semelhantes entre si, e se unificam quando se dão conta que têm condições de ajudarem reciprocamente.

Outras vezes estes grupos se formam a partir do estímulo integrador de algum profissional ou instituição que coordena o grupo até que este sinta ter chegado o momento certo de caminhar sozinho, então o profissional se afasta definitivamente ou transitoriamente, mantendo-se disponível para o grupo que ele ajudou a formar.

Seguindo a trajetória de pensar que o grupo pode ser uma importante ferramenta, no auxílio da resolução de problemas e reconstrução de vidas, quando nos referimos ao envelhecimento, e principalmente a fase da velhice. Surgiram os grupos de terceira idade que se deram devido à elevação da proporção de pessoas idosas, bem como uma maior preocupação acerca da velhice e maior visibilidade dos idosos.

No Brasil, a primeira experiência na formação de tais grupos da Terceira Idade (GTIs) ocorreu no Serviço Social do Comércio (SESC), de São Paulo, em 1963, que focalizou o encontro social e a ocupação do tempo livre dos aposentados. Oferecendo atividades organizadas para que os idosos se mantivessem ativos, ocupados com o que viesse ao encontro de suas necessidades de conviver, de estar com outras pessoas, trocar sentimentos e experiências (SALGADO, 1980).

Desde então, os grupos de terceira idade vêm se proliferando em clubes, paróquias, associações comunitárias, centros de saúde, instituições de ensino superior, dentre outros. Esses grupos realizam atividades variadas, de cunho recreativo, cultural, social, educativo e de promoção da saúde. São organizados em parcerias com órgãos governamentais, ou não. Possuem um coordenador que, sozinho ou com o apoio de outros idosos integrantes da diretoria (vice-coordenador, tesoureiro, secretário, etc.), gerenciam as atividades realizadas nas reuniões do grupo.

Os grupos de Terceira Idade, são uma forma positiva de serviços para idosos, com a finalidade de promover interação social, ocupação do tempo livre, desenvolvimento de

habilidades e oportunidades de aprendizagem, têm crescido de modo substancial e contribuído para uma nova modelo de velhice, com mais saúde, satisfação e alegria de viver (DARWICH, 2008).

Quando falamos em modelo, devemos ter cuidado, para que a participação em grupo, no que diz respeito aos idosos, não seja uma normativa, pois a participação ou não de um grupo de terceira idade, deve ser encarada como uma escolha e não como uma obrigatoriedade.

Então, ao encarar um grupo de convivência, também denominado grupo de terceira idade, como uma possibilidade de escolha para o idoso, este pode ser uma das formas de inclusão social da pessoa idosa na sociedade e que os participantes desses grupos reconhecem nesta estratégia o espaço social de lazer, encontros, entre outros. Como descreve Portella (2004), nesses grupos sociais, as pessoas fazem exercícios, usufruem dos momentos de lazer e descontração, adquirem conhecimentos, e trocam ideias e experiências, uma forma de viver com saúde esta etapa da sua vida, lutando contra a estagnação social da velhice.

Nesse sentido, a inserção de idosos em atividades sociais tem sido reconhecida como valiosa para a qualidade de vida no processo de envelhecimento, tanto pelos idosos, como a sociedade em geral. Os grupos de terceira idade caracterizados como uma das principais formas de ações coletivas, que se originam num cenário que apresenta várias crises sociais, para combater a exclusão social da velhice. Os grupos de terceira idade tornam-se uma forma de aprendizagem que auxilia no enfrentamento das condições da velhice e, ao mesmo tempo, são espaços que abrem caminhos para inovar e transformar essa realidade (PORTELLA, 2004).

Os trabalhos desenvolvidos nos grupos de Terceira Idade podem exercer no idoso um poder restaurador da afetividade, da autoestima, da autoconfiança e até um sentimento de capacidade de retorno à atividade produtiva. A sensação de pertencimento, de fazer parte de um grupo, pode ser um importante elemento na construção do envelhecimento do idoso.

No que concerne às pessoas idosas, os encontros grupais também têm importância significativa no sentido de promover a reconstrução de sua identidade, que pode estar comprometida, e propiciar o resgate de vínculos familiares e sociais (ZIMERMAN, 2000).

Para Miranda (2008) a participação de idosos em grupos de terceira idade, por opção, proporciona uma mudança no paradigma de velhice enquanto limitação e incapacidade, porque nesses grupos é possível encontrar idosos ativos, autônomos, satisfeitos com sua condição geral e que se relacionam interpessoalmente com outras pessoas de mesma faixa etária ou não. Os idosos convivem com as limitações de sua saúde, contudo elas não os

impossibilitam de exercer seu papel de sujeito socialmente ativo, bem como o desenvolvimento da cooperação, sociabilidade, solidariedade e formação de novos laços de amizade.

Os grupos de Terceira Idade se organizam em torno de atividades permanentes que incentivam o convívio e o consequente desenvolvimento de habilidades nas relações interpessoais entre seus participantes. À medida que o trabalho em grupo é estruturado segundo interesses comuns, permite o aprendizado de novos conteúdos e viabiliza a troca de experiências, ato de suma importância para combater a marginalização social e contribuir para a participação e a autorealização. O grupo possibilita compartilhar histórias individuais e construir uma história coletiva com base no confronto de valores e ideologias.

O grupo, portanto, tem o duplo papel: de coletivizar, tornar comum as diferenças de cada um, mas também, o de particularizar, tornar único o sujeito idoso. Trata-se de dois movimentos, aparentemente contraditórios, reunidos em volta de dois pólos: o primário, que trabalha o indivíduo na inscrição personalista, para saber situar-se, e o secundário, que trabalha no sentido da inserção do idoso na realidade externa (SINGER, 2002).

Segundo Dal Rio (2009) o grupo ainda propicia o exercício de papéis, o enfrentamento de novos desafios e a busca da realização de sonhos comuns. A participação social do idoso se traduz pela oportunidade de estabelecer vínculos de amizade, compartilhando preocupações, angústias, sonhos e expectativas com aqueles que vivem problemática

A oportunidade do idoso de participar de um grupo de terceira idade, por opção, caracteriza-se como uma forma de qualificar as suas relações interpessoais, de conhecer novas possibilidades e a opção de uma maior quantidade de escolhas. Como ressalta Portella (2004), se antes os idosos ficavam em casa, cuidando dos netos, fazendo os afazeres domésticos, dentre outras atividades, agora podem sair desse recinto e passar a frequentar o grupo de terceira idade e, com isso, as oportunidades dos bailes, do exercício físico, dos passeios, das viagens e outras tantas ações que lhes tragam satisfação.

A possibilidade de ampliar o convívio social, assim como o aumento no círculo de amizades e somados, os passeios, as viagens, os encontros com exercício físico e as horas de lazer vivenciadas entre seus pares, são ações apontadas pelos idosos como o fator determinante na continuidade e permanência no grupo de convivência. Segundo Gáspari e Schwartz (2005), os principais motivos que levam alguns indivíduos a buscar esses programas são a busca por diversão, amizades, mudança na rotina, fuga do isolamento, entre outros.

Estudos que abordam questões sobre grupos de terceira idade ressaltam que a adesão da pessoa a esta prática social provoca mudanças nos participantes de ordem física, emocional

e relacional (FERRIGNO, 2006; PORTELLA, 2004; SCHMIDT; SCORTEGAGNA; PORTELLA, 2015). A mudança física está relacionada à melhora da disposição geral, incluindo a diminuição das dores. No plano emocional, as alterações ficam por conta da melhora do humor e da sensação de um bem-estar subjetivo, já no plano relacional, idosos que passam a participar de grupos estabelecem contatos sociais e significativos, e aumentam o círculo de convivência, além de estabelecer novas amizades.

Além dos inúmeros benefícios que estes grupos de terceira idade proporcionam, para os idosos, estes grupos são geralmente estruturados e possuem algumas características de organização e funcionamento semelhantes (FERRIGNO, 2006). Assim como, as características descritas a seguir:

- Elaboração de regulamentos internos e organização de diretorias formais e informais para administrar interesses específicos;
- Comissão de colegiados e de comissões, definindo papéis para programar e operacionalizar atividades;
- Programação composta de atividades permanentes e especiais escolhidas a partir de interesses nas áreas cultural, social, recreativa, esportiva e comunitária;
- Atuação de alguma instituição pública, através de uma coordenação técnica permanente na organização e funcionamento do grupo.

Assim, hoje com a participação em grupos de terceira idade, os idosos podem vislumbrar novas possibilidades, na qual se prioriza a conquista de novas amizades, melhora ou manutenção da saúde e a valorização da qualidade de vida compartilhada entre os demais.

3 METODOLOGIA

3.1 Delineamento do estudo

Quanto à caracterização da pesquisa, esta foi predominantemente abordada de forma qualitativa, uma vez que lida com fenômenos sociais e prevê a análise hermenêutica dos dados coletados a partir desses fenômenos (LAVILLE; DIONNE, 1999; APPOLINARIO, 2004).

Foram descritas as características de dois grupos de terceira idade, bem como, as características das integrantes, através da aplicação dos instrumentos, perfil sociodemográfico (LAGER) e Diagrama da rede Social na Vida Adulta. Analisou-se os depoimentos de dois grupos de idosas a partir de entrevistas semi-estruturadas. Considera-se que a fala, obtida nesta pesquisa através das entrevistas, foi o material fundamental da pesquisa qualitativa, pois revela sistema de valores, normas e símbolos, significados compartilhados por uma coletividade, representações de grupos de acordo com determinadas condições histórico-culturais, sócio-econômicas (MINAYO; SANCHES, 1993; ZAGO, 2003).

O uso da entrevista de tipo semi-estruturado como procedimento de coleta de dados se justifica por permitir um roteiro de questões abertas com ordem prevista, na qual o entrevistador tem liberdade para acrescentar perguntas de esclarecimento. Desse modo, permite uma maior proximidade entre o entrevistador e o entrevistado, o que favorece uma maior exploração em profundidade das informações expostas (LAVILLE; DIONNE, 1999).

3.2 População

A população do estudo foi composta por idosos com idade igual ou superior a 60 anos, ambos os sexos, participantes de grupos de Terceira Idade da área urbana do município de Santa Maria – RS.

O município de Santa Maria está localizado no centro do Rio Grande do Sul - Brasil, aos 29° 41' 02" de latitude Sul e 53° 48' 25" de longitude Oeste.



Figura 1 – Localização do município de Santa Maria - RS

Fonte: Site Wikipedia

Segundo estimativas do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) do ano de 2010 o município de Santa Maria tem uma população de 261.031 habitantes, dos quais, 94,41% vivem na região urbana (distrito de Santa Maria) e os demais na região rural, divididos em nove (9) distritos (Arroio Grande, Arroio do Só, Boca do Monte, Pains, Palma, Passo do Verde, Santa Flora, Santo Antão e São Valentim). Possui uma extensão territorial de 1.793 Km², e deste total, 120 Km² correspondem à área do distrito de Santa Maria no município, onde estão distribuídos os oito (8) sub-distritos (Centro Urbano, Leste, Norte, Centro Leste, Nordeste, Sul, Centro Oeste e Oeste) e bairros, assim correspondendo a uma população de 246.465 habitantes, na faixa etária do estudo estima-se uma população de 33.267 idosos e que representam 13,5 % da população total da área urbana do município.

O município de Santa Maria possui aproximadamente quarenta (40) grupos de Terceira Idade na região urbana do município, segundo informações do NIEATI (Núcleo Integrado de Estudos e Apoio a Terceira Idade) do CEFD (Centro de Educação Física e Desportos), da UFSM (Universidade Federal de Santa Maria), distribuídos nos seus oito (8) sub-distritos (norte, nordeste, centro-leste, centro urbano, centro-oeste, leste, sul e oeste).

3.3 Amostra

A amostra foi composta por idosos de dois (2) grupos de Terceira Idade (Reviver e Gisalhas da Primavera), de dois sub-distritos (centro-oeste e nordeste) e dois bairros (Passo D'Areia e Nossa Senhora do Perpétuo Socorro) da área urbana do município de Santa Maria.

A escolha dos grupos de Terceira Idade foi realizada por conveniência, levando em consideração que os mesmos fossem de diferentes sub-regiões do município de Santa Maria. Após os grupos de terceira idade Reviver (ambos os sexos) e Grisalhas da Primavera (somente mulheres) serem escolhidos, foi apresentada a pesquisa aos participantes dos mesmos, e foi realizada a inscrição, com vista ao recrutamento dos participantes. Quanto a quantidade da amostra, de cada um dos grupos de terceira idade, foi estabelecida a necessidade de seis (6) participantes de cada. Mas, em ambos os grupos aconteceram inscrições superiores as pré-estabelecidas e desta forma foi realizado um sorteio entre os interessados. Selecionando-se doze (12) participantes, sendo seis (6) participantes do Grupo de Terceira Idade “Reviver”, em que somente as mulheres acabaram sendo selecionadas, que localiza-se no bairro Passo D’Areia pertencente ao sub-distrito centro oeste, e seis (6) participantes do Grupo de Terceira Idade “Grisalhas da Primavera”, que localiza-se no bairro Nossa Senhora do Perpétuo Socorro pertencente ao subdistrito norte, obtendo-se a mesma quantidade de participantes, de cada um dos grupos de Terceira Idade, para o estudo. No decorrer da pesquisa houve a desistência de uma participante, do grupo Grisalhas da Primavera”, por apresentar problemas de saúde. Desta forma, da amostra inicial que seriam de doze (12) idosas, com a desistência de uma integrante do grupo Grisalhas da Primavera, o mesmo ficou com a representação de cinco (5) idosas e o grupo Reviver manteve a representação de seis (6) idosas, totalizando onze (11) idosas participantes no estudo.

3.3.1 Critérios de inclusão

Pessoas com idade igual ou superior a sessenta anos, de ambos os sexos. Residentes na zona urbana do município de Santa Maria e integrantes de grupos de Terceira Idade.

3.3.2 Critérios de exclusão

Pessoas que não apresentassem condições de compreensão das perguntas e verbalização das respostas aos instrumentos que foram aplicados.

3.4 Procedimentos e Logística

Os procedimentos e Logística da realização do estudo são apresentados no seguinte esquema, seguindo ordem sequencial:

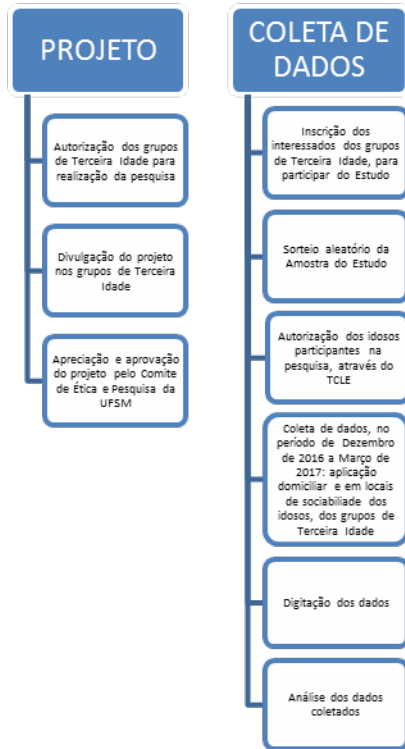


Figura 2 - Procedimentos e Logística da realização da Pesquisa

3.5 Procedimento de coleta e análise de dados

Os grupos de Terceira Idade que aceitaram a participação na pesquisa foram descritos através da caracterização dos mesmos, utilizando-se um instrumento para caracterizar as particularidades de cada um dos grupos, contendo os itens: local de funcionamento, histórico, descrição do espaço físico, diretoria e descrição das atividades realizadas pelo grupo (APÊNDICE A).

Aos participantes da pesquisa, foram aplicados instrumentos de pesquisa em duas etapas, na primeira etapa foi realizada uma entrevista estruturada (ANEXO E), através de ficha diagnóstica do LAGER (Laboratório de Gerontologia – UDESC), contendo os seguintes itens: a) dados de identificação (nome, sexo, idade, grupo de terceira idade pertencente, endereço e telefone), b) características sociodemográficas (estado civil, escolaridade, religião, ocupação profissional e renda mensal) e c) condições de saúde (estado de saúde, dificuldade na realização de exercícios físicos, doença crônica, uso de medicamentos e tabagismo). O instrumento utilizado apresenta seis itens de análise, mas optou-se por utilizar-se apenas os três primeiros, porque os demais não vão de encontro com o a pesquisa. E também foi

aplicado o instrumento Diagrama da rede Social na Vida Adulta (ANEXO F) de Kahn e Antonucci (1980 apud NOGUEIRA, 2001), que é composto por três círculos concêntricos. Colocado no centro o pronome "Eu", desta forma, os participantes indicaram as pessoas que compõem a sua rede de relacionamentos, no grupo de terceira idade, de acordo com o grau de proximidade emocional. São instruídos para colocar no círculo mais interno, as pessoas que lhe são muito importantes e mais próximas; no círculo disposto em posição mediana, os importantes, mas menos próximas; e, no círculo mais externo, as pessoas que são importantes, porém mais distantes.

Os instrumentos proporcionaram traçar o perfil sociodemográfico das entrevistadas, bem como, a quantidade e a forma das interações sociais, das entrevistadas, com os outros idosos nos grupos de Terceira Idade. Esta etapa teve a duração de aproximadamente 30 minutos para cada participante, e foi realizada de forma presencial pelo pesquisador no domicílio das idosas.

Na segunda etapa foi realizada uma entrevista semiestruturada (APÊNDICE B), utilizando-se de perguntas abertas, em que o entrevistado teve a possibilidade de discorrer sobre questões do envelhecimento, sociabilidade e relações em grupo de terceira idade. Esta etapa teve a duração de aproximadamente 60 minutos para cada participante, e foi realizada de forma presencial pelo pesquisador, no domicílio das idosas, e registradas por meio de gravador de áudio.

Após a coleta de dados, optou-se em utilizar a análise de conteúdo como sugerida por Gomes (2007), para realizar a análise do estudo e que corresponde às seguintes etapas:

- Leitura compreensiva do material selecionado: nessa etapa buscamos, ter uma visão de conjunto e apreender as particularidades de cada entrevista. Também procuramos seguir a ordem dos questionamentos e as suas respectivas respostas a serem analisadas, sendo a “concepção do envelhecimento”, “vida antes do grupo de terceira idade”, “porque da participação no grupo de terceira idade”, “porque continua participando do grupo de terceira idade”, “modificações da vida pessoal a partir do grupo de terceira idade”, “relacionamento com os integrantes do grupo de terceira idade”, “atividades culturais do grupo de terceira idade que lhe causam agrado”, “relacionamento com os integrantes do grupo de terceira idade, em outros momentos de lazer”, “relação com a família após a inserção no grupo de terceira idade” e “aprovação da família na sua participação no grupo de terceira idade”;

- Exploração do material: consideramos esse momento um dos mais difíceis no desenvolvimento desta pesquisa, pois foi nesta fase que organizamos os dados.

·Elaboração da síntese interpretativa: fase de interpretação, na qual procuramos articular os objetivos do estudo à base teórica pesquisada.

A partir dos dados coletados e analisados, buscou-se responder quais eram as relações de sociabilidade entre os idosos, a partir da participação em grupo de terceira idade de Santa Maria. Articulando-se com o objetivo de analisar as relações de sociabilidade entre os idosos, a partir da participação em grupo de terceira idade, buscando-se descrever as características dos grupos de Terceira Idade e seus participantes e identificar os significados da participação dos idosos, em grupos de Terceira Idade.

3.6 Considerações éticas

A pesquisa foi planejada de acordo com as Diretrizes e Normas Regulamentadoras de Pesquisas Envolvendo Seres Humanos segundo a resolução do Conselho Nacional de Saúde (CNS) n°. 466/2012 e foi submetido ao Comitê de Ética e Pesquisa da UFSM e iniciada após a sua aprovação.

Aos grupos de terceira idade selecionados foi apresentada a proposta de pesquisa, e após o aceite na participação da mesma, para a inicialização da coleta de dados foram solicitadas as autorizações institucionais (ANEXO C e D) dos grupos de Terceira Idade.

Após a autorização dos grupos de terceira idade ser concedida para coleta de dados, a proposta da pesquisa foi apresentada para todos os participantes dos grupos de Terceira Idade, que contemplassem os critérios de inclusão, explicados os objetivos, a forma de participação, bem como os riscos e benefícios da pesquisa, e as selecionadas dos grupos de Terceira Idade, legitimaram o seu aceite através do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido de pesquisa (ANEXO A)

O participante teve a garantia de plena liberdade de recusar-se a participar da pesquisa ou retirar seu consentimento, em qualquer fase da pesquisa, sem penalização alguma. Bem como, a garantia de total sigilo e privacidade durante a pesquisa.

Com relação ao material coletado este será arquivado por cinco anos pelo pesquisador responsável, no endereço: Universidade Federal de Santa Maria, Centro de Educação Física e Desportos, Av. Roraima, 1000 - Prédio 51 – Camobi, Campus Universitário - Km 9, CEP: 97105-900 - Santa Maria – RS.

3.7 Riscos e Benefícios

Conforme vamos envelhecendo modificamos a forma como interagimos com a sociedade, e durante a velhice há uma acentuada perda de relações sociais, principalmente pelos processos de viuvez, aposentadoria e síndrome do ninho vazio. Os grupos de Terceira Idade surgem então, como uma forma de oportunizar aos idosos a prática de exercícios físicos, potencializar a sociabilidade, a descoberta de novos papéis e principalmente proporcionar o aumento da autonomia e independência dos idosos, sendo assim, uma melhora de sua qualidade de vida. Dessa forma, o estudo teve como benefícios o reconhecimento da importância dos grupos de Terceira Idade para os idosos, através da identificação das características dos grupos e dos seus participantes, bem como, os significados da participação dos idosos em grupo e como acontecem as relações de sociabilidade entre os idosos nesses espaços.

Servindo de base para dissertação de mestrado, que é um requisito parcial para a obtenção do título de Mestre em Gerontologia.

Os riscos deste estudo são considerados mínimos, mas os participantes da pesquisa poderiam sentir-se constrangido (a) ao ser entrevistado (a), gravado (a) ou acompanhado (a), assim como sentir emoções desagradáveis, ao recordar de fatos anteriormente vivenciados. Se isso acontece-se, seriam imediatamente acolhidos (as) pelo pesquisador/autor. Caso haja prolongamentos dessas sensações, o pesquisador/autor compromete-se a buscar e a garantir acompanhamento psicológico nas instituições dos participantes.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

4.1 OS GRUPOS DE TERCEIRA IDADE

Seguem abaixo as caracterizações dos grupos de terceira idade “Grisalhas da Primavera” e “Reviver” quanto ao local de funcionamento, histórico, espaço físico, composição de diretoria e atividades realizadas pelos grupos de terceira idade.

4.1.1 Grupo de Terceira Idade “Grisalhas da Primavera”

O grupo de Terceira Idade Grisalhas da Primavera iniciou suas atividades no ano de 1984, no salão de festas da Igreja de Nossa Senhora do Perpétuo Socorro, localizado no bairro Nossa Senhora do Perpétuo Socorro e lá permanece até os dias de hoje. O grupo Grisalhas da Primavera foi o primeiro grupo de Terceira Idade a surgir no município de Santa Maria e o grupo é composto por cerca 40 pessoas, a maioria são idosos e todas elas são mulheres.

O grupo realiza as suas atividades no salão de festas da Igreja Perpétuo Socorro, no bairro onde a maioria das integrantes reside e o mesmo é cedido para as atividades do grupo. As reuniões do grupo são realizadas duas vezes por semana, às segundas e sextas-feiras, com duração aproximada de sessenta minutos, tendo como objetivo principal, a realização de exercícios físicos. As condições do espaço físico são boas, porém há pouca ventilação e necessita principalmente de uma maior limpeza. O tamanho do salão é apropriado para as atividades. Também dispõem de uma sala em anexo onde estão guardados os materiais didáticos. As condições de acesso até o salão são boas, possui uma calçada, estacionamento interno, duas portas de entrada e parada de ônibus bem próxima.

No mesmo espaço, bimestralmente, são realizados chás de confraternização, com o objetivo de comemorar os aniversários das integrantes do grupo, daquele bimestre. Também são realizados três jantares anuais, na residência de alguma das integrantes do grupo, com objetivo de aproximar e qualificar as relações do grupo. E com menor frequência o grupo realiza passeios, em cidades próximas a Santa Maria, com a possibilidade de os maridos e familiares participarem dos mesmos, com objetivo de integrar tanto o grupo, quanto a família.

4.1.2 Grupo de Terceira Idade “Reviver”

O grupo de Terceira Idade Reviver iniciou suas atividades no ano de 1992, no Centro Social e Urbano, que atualmente é o auditório do Batalhão de Operações Especiais da Brigada Militar (B.O.E.), e lá permaneceu até o ano de 2007. No mesmo ano mudou-se para o CTG Ponche Verde, localizado próximo ao antigo local de funcionamento, onde permaneceu até o ano de 2015. E desde o ano 2016 retornou a funcionar no auditório do (B.O.E.), localizado no bairro Passo D’Areia. O grupo é composto por cerca de 50 pessoas, a maioria são idosos, sendo que cinco integrantes são homens.

O grupo realiza as suas atividades no auditório do (B.O.E.), no bairro onde a maioria das integrantes reside e o mesmo é cedido para as atividades do grupo. As reuniões do grupo são realizadas três vezes por semana (segunda, quarta e sexta-feira), com duração aproximada de sessenta minutos, tendo como objetivo principal, a realização de exercícios físicos. O espaço possui boas condições de acesso, com calçada que vai da rua até o auditório, portas largas e corrimão de acesso ao auditório. O ambiente é adequado para a prática, pois é agradável, tem boa luminosidade, boa propagação do som, bem ventilado, possui banheiros e bebedouro.

No mesmo espaço, semanalmente, a equipe de enfermagem do posto de saúde, que se localiza ao lado do B.O.E, faz sua visita ao grupo e oferece os serviços de controle de pressão arterial e diabetes.

O grupo realiza com bastante frequência passeios, em cidades próximas a Santa Maria, com a finalidade de participar de bailes da Terceira Idade (Domingueiras). Uma vez por ano o grupo realiza uma festa, em que são convidados os grupos da região, para participarem de um almoço com baile (Domingueira). Bem como, realiza uma festa de final de ano com os integrantes do grupo e os familiares que quiserem participar. Eventualmente o grupo realiza um chá com o objetivo de comemorar os aniversários dos integrantes do grupo.

4.2 PERFIL SOCIODEMOGRÁFICO E REDE SOCIAL DAS IDOSAS ENTREVISTADAS

Para preservar a identidade das entrevistadas, os seus nomes foram codificados, aos quais foram atribuídas as letras “A”, “B”, “C”, “D”, “E”, “F”, “G”, “H”, “I”, “J” e “K” às diferentes pessoas entrevistadas. Quanto aos nomes dos grupos de terceira idade que as

mesmas pertencem, os mesmos foram substituídos pelas suas iniciais, Grisalhas da Primavera (GP) e Reviver (R).

Na apresentação dos resultados convencionou-se das letras A à F, as integrantes do grupo de terceira idade Reviver (R), e das letras G à K, as integrantes do grupo de terceira idade Grisalhas da Primavera (GP), o que significa que “AR” representa na letra “A” a entrevistada, e na letra “R” o grupo de terceira idade.

Para não fazermos apenas observações gerais sobre as entrevistadas, pensamos ser conveniente traçar o perfil de cada uma delas, através de dados autorreferidos, de modo a demonstrar quem elas são e como são as suas relações de afetividade, dentre outros aspectos, para que melhor possamos compreender seus discursos. Assim, a seguir apresentaremos cada uma das entrevistadas a partir de dois aspectos: **Perfil sociodemográfico e rede social. Perfil sociodemográfico:** A) Dados de Identificação (nome completo, sexo, idade, grupo de Terceira Idade, endereço, telefone e tempo de participação no grupo de Terceira Idade), B) Características sociodemográficas (estado civil, escolaridade, moradia, religião, ocupação atual e renda mensal) e C) Condições de Saúde (estado de saúde, dificuldade na realização de exercícios físicos, doença crônica, uso de medicamentos e tabagismo). **Rede Social:** composição da sua rede social, no grupo de terceira idade, quanto a afetividade.

Sra. “AR”, 81anos, pensionista, reside próxima à sede do grupo de Terceira Idade Reviver, e lá participa a cerca de 8 anos. Ela é viúva a 15 anos e não teve mais nenhum companheiro, além do marido falecido, estudou pouco e não conseguiu terminar o ensino fundamental. Reside na sua residência onde moram também três filhos (dois homens e uma mulher), é da religião espírita, tem a renda mensal de 1 salário mínimo, o seu estado de saúde é bom, o que não impede ou dificulta a sua participação no grupo. Possui doença cardíaca e hipertensão, as quais são controladas através do uso de medicamentos e nunca foi fumante. Citou 31 pessoas na composição da sua rede de social, no grupo de terceira idade, sendo 12 pessoas alocadas no círculo mais próximo afetivamente, 18 alocadas no círculo intermediário e nenhuma alocada no círculo mais distante.

Sra. “AR” é sempre uma das primeiras a chegar para as reuniões do grupo, geralmente não falta, mas está sempre com pressa para ir embora, para preparar o almoço da família. Ela é tímida, e tem amizade com todas os integrantes do grupo.

Quando convidada para participar da entrevista, ela se dispôs imediatamente a colaborar conosco. No dia agendado para a entrevista, ela me recebeu em sua casa, e logo me mostrou toda a mesma, assim como, me apresentou os seus familiares. Durante a entrevista,

em alguns momentos foram necessárias algumas intervenções durante a sua fala, para obter maiores informações acerca dos questionamentos realizados.

Sra. “BR”, pensionista, com 77 anos, reside próxima à sede do grupo de Terceira Idade Reviver, e lá participa a cerca de 9 anos. Ela é viúva, mas atualmente vive em união estável com o seu companheiro, mas não moram juntos. Estudou pouco e não conseguiu terminar o ensino fundamental. Reside na sua residência sozinha, mas no mesmo terreno que um dos filhos, é da religião católica, tem a renda mensal de 2 salários mínimos, o seu estado de saúde é bom, o que não impede ou dificulta a sua participação no grupo. Possui doença cardíaca, hipertensão, labirintite e dores lombares, as quais são controladas através do uso de medicamentos e nunca foi fumante. Citou 43 pessoas na composição da sua rede social, no grupo de terceira idade, sendo 31 pessoas alocadas no círculo mais próximo afetivamente, 7 alocadas no círculo intermediário e 5 alocadas no círculo mais distante.

Sra. “BR” é sempre uma das últimas a chegar para as reuniões do grupo, geralmente não falta, e está sempre acompanhado do seu companheiro. Ela é alegre, e tem proximidade afetiva com a maior parte dos integrantes do grupo, exceto com alguns, por falta de afinidade.

Quando convidada para participar da entrevista, ela se dispôs imediatamente a colaborar conosco. No dia agendado para a entrevista, ela me recebeu em sua casa, juntamente com a sua família, e logo, me apresentou os seus familiares. Ela preparou um bolo de chocolate acompanhado de um suco, especialmente para me receber em sua casa. Durante a entrevista, logo lembrou do seu marido falecido e das dificuldades que a sua família passou, principalmente após o falecimento do mesmo.

Sra. “CR”, aposentada, com 64 anos, reside próxima à sede do grupo de Terceira Idade Reviver, e lá participa a 19 anos. Ela é casada e reside com o mesmo na sua residência, estudou pouco e não conseguiu terminar o ensino fundamental. É da religião católica, tem renda mensal de 2 salário mínimos, o seu estado de saúde é regular, o que não impede ou dificulta a sua participação no grupo. Possui doença cardíaca, hipertensão, diabetes e dislipidemia, as quais são controladas através do uso de medicamentos e nunca foi fumante. Citou 46 pessoas na composição da sua rede social, no grupo de terceira idade, sendo 33 pessoas alocadas no círculo mais próximo afetivamente, 10 alocadas no círculo intermediário e 3 alocadas no círculo mais distante.

Sra. “CR” é sempre uma das últimas a chegar para as reuniões do grupo, geralmente não falta, quando não gosta de algo no grupo, geralmente ela questiona. Ela é alegre, e tem proximidade afetiva com a maior parte dos integrantes do grupo, exceto com alguns homens do grupo.

Quando convidada para participar da entrevista, ela se dispôs imediatamente a colaborar conosco. No dia agendado para a entrevista, ela me recebeu em sua casa, juntamente com seu marido e neta. Durante a entrevista, em alguns momentos foram necessárias várias intervenções durante a sua fala, pois a mesma produzia respostas muito objetivas, para obter maiores informações acerca dos questionamentos realizados.

Sra. “DR”, pensionista ativa, com 67 anos, reside próxima à sede do grupo de Terceira Idade Reviver, e lá participa há 9 anos. Ela é viúva, hoje possui namorado, reside sozinha na sua residência, conseguiu terminar o ensino fundamental. É da religião católica, tem renda mensal de 3 salários mínimos, o seu estado de saúde é ótimo e não possui nenhuma dificuldade na participação no grupo. Não possui doença crônica e nunca foi fumante. Citou 44 pessoas na composição da sua rede social, no grupo de terceira idade, sendo 20 pessoas alocadas no círculo mais próximo afetivamente, 19 alocadas no círculo intermediário e 5 alocadas no círculo mais distante.

Sra. “DR” é sempre uma das últimas a chegar para as reuniões do grupo, pois vende cosméticos de casa em casa, e acaba se atrasando, mas geralmente procura não faltar. Ela é extrovertida, dinâmica e tem proximidade afetiva com a maior parte dos integrantes do grupo, exceto com alguns, por falta de afinidade.

Quando convidada para participar da entrevista, ela se dispôs imediatamente a colaborar conosco. No dia agendado para a entrevista, ela me recebeu em sua casa, e me mostrou a horta que mantém no pátio da mesma. Durante todo o tempo da entrevista foi muito espontânea e expôs com muita clareza os fatos, apontando todos os aspectos que a incomodavam e que lhe agradavam.

Sra. “ER”, remunerada ativa, com 64 anos, reside em um bairro próximo à sede do grupo de Terceira Idade Reviver, e lá participa há 1 ano, mas já participou de outro grupo de Terceira Idade durante 14 anos. Ela é separada, e atualmente está solteira, reside com a sua irmã na sua residência, estudou pouco e não conseguiu terminar o ensino fundamental. É da religião evangélica, tem renda mensal de 1 salário mínimo, o seu estado de saúde é ótimo, e não possui nenhuma dificuldade na participação no grupo. Possui hipotireoidismo, a qual é controlada através do uso de medicamentos e foi fumante durante 30 anos, mas parou de fumar há 6 anos. Citou 17 pessoas na composição da sua rede social, no grupo de terceira idade, sendo 7 pessoas alocadas no círculo mais próximo afetivamente, 9 alocadas no círculo intermediário e 1 alocadas no círculo mais distante.

Sra. “ER” não é muito assídua nas reuniões do grupo, pois ainda trabalha e não é aposentada, mas sempre que pode participa do grupo. Ela é extrovertida, e tem proximidade

afetiva com a maior parte dos integrantes do grupo, exceto com uma pessoa, por falta de afinidade.

Quando convidada para participar da entrevista, ela se dispôs imediatamente a colaborar conosco. No dia agendado para a entrevista, ela me recebeu em sua casa, e me mostrou a mesma, e logo após me apresentou a sua irmã. Durante a entrevista foi muito espontânea e expôs com muita clareza os fatos, apontando todos os aspectos que a incomodavam e que lhe agradavam.

Sra. “FR”, pensionista, com 72 anos, reside próxima à sede do grupo de Terceira Idade Reviver, e lá participa a 10 anos. Ela é viúva e não teve mais nenhum companheiro, além do marido falecido, reside na sua residência sozinha, mas no mesmo terreno que um dos filhos e os netos, estudou pouco e não conseguiu terminar o ensino fundamental. É da religião católica, tem renda mensal de 1 salário mínimo, o seu estado de saúde é ótimo, e não possui nenhuma dificuldade na participação no grupo. Possui hipertireoidismo e retinopatia, as quais são controladas através do uso de medicamentos e nunca foi fumante. Citou 37 pessoas na composição da sua rede social, no grupo de terceira idade, sendo 30 pessoas alocadas no círculo mais próximo afetivamente, 6 alocadas no círculo intermediário e 1 alocadas no círculo mais distante.

Sra. “FR” é sempre uma das primeiras a chegar para as reuniões do grupo, dificilmente falta as mesmas, somente quando está doente vem a faltar. Ela é extrovertida, companheira dos colegas, dinâmica e tem proximidade afetiva com a maior parte dos integrantes do grupo, exceto com um dos integrantes homens, que ela considera faltar com o respeito com algumas mulheres.

Quando convidada para participar da entrevista, ela se dispôs imediatamente a colaborar conosco. No dia agendado para a entrevista, ela me recebeu em sua casa, e me apresentou a eu filho e nora. Durante a entrevista ficou um pouco receosa de fornecer alguma resposta errada, em alguns momentos foram necessárias algumas intervenções durante a sua fala, para obter maiores informações acerca dos questionamentos realizados.

Sra. “GGP”, aposentada, com 70 anos, reside próxima à sede do grupo de Terceira Idade Grisalhas da Primavera, e lá participa a 10 anos. Ela é casada e reside com o seu marido na sua residência e mais uma filha, conseguiu terminar o ensino fundamental. É da religião católica, tem renda mensal de 1 salário mínimo, o seu estado de saúde é bom, o que não impede ou dificulta a sua participação no grupo. Possui hipertensão e diabetes, as quais são controladas através do uso de medicamentos e nunca foi fumante. Citou 30 pessoas na composição da sua rede social, no grupo de terceira idade, sendo 8 pessoas alocadas no

círculo mais próximo afetivamente, 12 alocadas no círculo intermediário e 10 alocadas no círculo mais distante.

Sra. “GGP” é sempre uma das primeiras a chegar para as reuniões do grupo, dificilmente falta as mesmas, somente quando viaja para a casa dos filhos. Ela é extrovertida, companheira dos colegas, é chefe da equipe de risoto da igreja e tem proximidade afetiva com uma parte dos integrantes do grupo, e com uma outra parte do grupo ela tem menor proximidade afetiva,

Quando convidada para participar da entrevista, ela se dispôs imediatamente a colaborar conosco. No dia agendado para a entrevista, ela me recebeu em sua casa, juntamente com seu marido, e me serviu um lanche. Durante a entrevista foi muito espontânea e expôs com muita clareza a maior parte dos fatos, somente em alguns momentos foram necessárias algumas intervenções durante a sua fala, para obter maiores informações acerca dos questionamentos realizados.

Sra. “HGP”, não remunerada ativa, com 71 anos, reside próxima à sede do grupo de Terceira Idade Grisalhas da Primavera, e lá participa a 24 anos. Ela é casada e reside com o seu marido na sua residência e mais um neto, estudou pouco e não conseguiu terminar o ensino fundamental. É da religião católica, não tem renda mensal, mas o marido é aposentado e recebe a aposentadoria de 2 salários mínimo, o seu estado de saúde é bom, o que não impede ou dificulta a sua participação no grupo. Possui doença cardíaca, artrose, dislipidemia, dificuldades auditivas e hérnia de disco, as quais são controladas através do uso de medicamentos e nunca foi fumante. Citou 30 pessoas na composição da sua rede social, no grupo de terceira idade, sendo 12 pessoas alocadas no círculo mais próximo afetivamente, 9 alocadas no círculo intermediário e 9 alocadas no círculo mais distante.

Sra. “HGP” é sempre uma das primeiras a chegar para as reuniões do grupo, dificilmente falta as mesmas, somente quando viaja para a casa de familiares. Ela é extrovertida, participativa e gosta de trazer novidades para o grupo, tem proximidade afetiva com a maior parte dos integrantes do grupo, e com aquelas que ela não tem proximidade afetiva, é por falta de afinidade.

Quando convidada para participar da entrevista, ela se dispôs imediatamente a colaborar conosco. No dia agendado para a entrevista, ela me recebeu em sua casa, juntamente com o seu marido e me mostrou a mesma. Durante a entrevista foi muito espontânea e expôs com muita clareza os fatos, apontando todos os aspectos que a incomodavam e que lhe agradavam.

Sra. “IGP”, aposentada, com 77 anos, reside próxima à sede do grupo de Terceira Idade Grisalhas da Primavera, e lá participa a 9 anos. Ela é casada e reside com o seu marido na sua residência, conseguiu terminar o ensino fundamental. É da religião católica, tem renda mensal de 1 salário mínimo, o seu estado de saúde é regular, o que não impede ou dificulta a sua participação no grupo. Possui hipertensão, artrite reumatoide, dislipidemia e dificuldades auditivas, as quais são controladas através do uso de medicamentos e nunca foi fumante. Citou 28 pessoas na composição da sua rede social, no grupo de terceira idade, sendo 8 pessoas alocadas no círculo mais próximo afetivamente, 13 alocadas no círculo intermediário e 7 alocadas no círculo mais distante.

Sra. “IGP” é sempre uma das primeiras a chegar para as reuniões do grupo, dificilmente falta as mesmas, mas nos últimos tempos esteve doente, e não pode frequentar o grupo. Ela é extrovertida e simpática, tem proximidade afetiva com uma parte do grupo, e com outra parte do grupo não possui proximidade afetiva.

Quando convidada para participar da entrevista, ela se dispôs imediatamente a colaborar conosco. Depois de agendada a entrevista, a mesma teve que ser reagendada, pois a entrevistada encontrava-se doente. No dia agendado para a entrevista, ela me recebeu em sua casa, juntamente com o seu marido e logo me ofereceu um lanche. Durante a entrevista foi sucinta em muitas respostas, foram necessárias algumas intervenções durante a sua fala, para obter maiores informações acerca dos questionamentos realizados.

Sra. “JGP”, aposentada e pensionista, com 81 anos, reside próxima à sede do grupo de Terceira Idade Grisalhas da Primavera, e lá participa a 12 anos. Ela é viúva e reside sozinha na sua residência, mas em alguns dias da semana uma acompanhante contratada reside com a mesma, estudou pouco e não conseguiu terminar o ensino fundamental. É da religião espírita, tem renda mensal de 6 salários mínimo, o seu estado de saúde é ótimo, o que não impede ou dificulta a sua participação no grupo. Possui doença cardíaca, hipertensão, hérnia de hiato, diabetes, hipotireoidismo, varizes e incontinência urinária, as quais são controladas através do uso de medicamentos e foi fumante durante 1 ano, mas parou de fumar a 57 anos. Citou 27 pessoas na composição da sua rede social, no grupo de terceira idade, sendo 18 pessoas alocadas no círculo mais próximo afetivamente, 7 alocadas no círculo intermediário e 2 alocadas no círculo mais distante.

Sra. “JGP” é sempre uma das primeiras a chegar para as reuniões do grupo, tem uma frequência regular no grupo, pois está fazendo um tratamento odontológico, e nem sempre pode frequentar o grupo. Ela é introvertida, simpática e muito bem quista pelo grupo, tem

proximidade afetiva com a maior parte do grupo, e com outras que são mais novas no grupo não possui proximidade afetiva.

Quando convidada para participar da entrevista, ela se dispôs imediatamente a colaborar conosco. No dia agendado para a entrevista, ela me recebeu em sua casa, juntamente com o seu cachorro, companheiro de todas as horas. Durante a entrevista apresentou um pouco de dificuldade na fala, em razão do tratamento odontológico, e em algumas questões foi um pouco sucinta, sendo assim, foram necessárias algumas intervenções durante a sua fala, para obter maiores informações acerca dos questionamentos realizados.

Sra. “KGP”, pensionista, com 77 anos, reside próxima à sede do grupo de Terceira Idade Grisalhas da Primavera, e lá participa a 9 anos. Ela é viúva e reside na sua residência e com mais uma filha e um filho, estudou pouco e não conseguiu terminar o ensino fundamental. É da religião católica, tem renda mensal de 5 salários mínimo, o seu estado de saúde é ruim, o que não impede ou dificulta a sua participação no grupo. Possui hipertensão, artrose, hipotireoidismo, catarata e glaucoma, as quais são controladas através do uso de medicamentos e nunca foi fumante. Citou 27 pessoas na composição da sua rede social, no grupo de terceira idade, sendo 20 pessoas alocadas no círculo mais próximo afetivamente, 5 alocadas no círculo intermediário e 2 alocadas no círculo mais distante.

Sra. “KGP” é sempre uma das primeiras a chegar para as reuniões do grupo, tem uma frequência regular no grupo. Ela é extrovertida, sorridente, e tem proximidade afetiva com a maior parte do grupo, e com outras que são mais novas no grupo não possui proximidade afetiva.

Quando convidada para participar da entrevista, ela se dispôs imediatamente a colaborar conosco. No dia agendado para a entrevista, ela me recebeu em sua casa, e me mostrou a foto dos filhos. Durante a entrevista ficou um pouco receosa em dar respostas erradas, mas logo a entrevista fluiu, e somente em alguns momentos, foram necessárias algumas intervenções durante a sua fala, para obter maiores informações acerca dos questionamentos realizados.

Sintetizando os dados que foram obtidos através do perfil sociodemográfico das entrevistadas, chegamos as seguintes informações:

- a) Frequentam grupos de terceira idade, sejam eles o atual ou algum outro grupo de terceira idade, entre nove e vinte e quatro anos;
- b) Residem nas proximidades da sede dos grupos de terceira idade;
- c) Possuem idades entre 64 e 81 anos;

- d) Quanto ao estado civil, seis idosas eram viúvas, quatro casadas e uma divorciada, e dentre as viúvas, uma delas constituiu um novo relacionamento;
- e) Quanto ao grau de escolaridade constatamos que a maioria das entrevistadas, nove das participantes, tinham o ensino fundamental incompleto e apenas duas delas tinham o ensino fundamental completo;
- f) Quanto a ocupação atual, uma tinha remuneração ativa (pois continuava trabalhando, com renda mensal de um salário mínimo), uma não tinha remuneração (somente a do marido, com renda mensal de dois salários mínimos), cinco eram pensionistas (renda mensal de um a cinco salários mínimos), três eram aposentadas (renda mensal de um a dois salários mínimos) e uma era pensionista e aposentada (renda mensal de seis salários mínimos);
- g) Quanto a religião oito eram católicas, duas espíritas e uma evangélica;
- h) Quanto a moradia, duas moravam sozinhas, duas moravam nas suas casas sozinhas (mas no mesmo terreno que algum filho residia), uma morava sozinha (ocasionalmente uma acompanhante posava na sua casa), três moravam somente com os seus maridos, uma residia com o seu marido e sua filha e duas moram com os seus filhos;
- i) Quanto a sua condição de saúde, uma relatou a sua saúde como ruim, duas como regular, quatro como boa e quatro como ótima;
- j) Quanto a presença de doenças crônicas, quase todas apresentam ao menos uma doença crônica, doenças estas, controladas por medicamentos, e somente uma não apresenta doença crônica e não faz a utilização de medicamentos controlados;
- k) Nenhuma participante apresenta dificuldades, na realização de exercícios físicos, nos grupos de terceira idade;
- l) Nenhuma participante é fumante e somente uma já fumou;
- m) Quanto a rede social das entrevistadas, sete apresentaram uma maior quantidade de relações sociais de proximidade afetiva, quatro apresentaram uma quantidade maior de relações sociais de menor proximidade afetiva e nenhuma apresentou uma maior quantidade de relações sociais mais distantes de afetividade;

Agora que já esboçamos o perfil de cada um dos grupos de terceira idade e dos participantes dessa pesquisa, bem como, a composição das suas redes sociais, passaremos adiante à discussão sobre as relações de sociabilidade entre os idosos, a partir da participação em grupo de terceira idade.

4.3 AS ENTREVISTAS

Retomamos, neste subitem, o conteúdo das entrevistas semiestruturadas individuais, utilizando-se de perguntas abertas, com as idosas dos grupos de terceira idade “Reviver” e “Grisalhas da Primavera”.

Fundamentamo-nos especialmente nas obras de Simmel, “Sociabilidade: um exemplo de sociologia pura ou formal” e “Questões fundamentais da sociologia: indivíduo e sociedade”, onde ele apresenta a sociedade como um produto da socialização e a sociabilidade como uma forma autônoma ou lúdica de socialização. Também utilizaremos autores que complementem a fundamentação teórica de Simmel.

Iniciaremos a análise a partir da seguinte questão:

Questão 1 - Me fale sobre o envelhecer, na sua opinião o que ocorre nesse processo, o que acontece quando as pessoas envelhecem?

Segundo as definições das entrevistadas, o envelhecimento é visto em uma perspectiva negativa, através da ótica dos aspectos biológicos e psicológicos, estando relacionado a doença, a diminuição da autonomia e independência e redução das capacidades físicas e cognitivas.

Nossas entrevistadas reafirmaram essa imagem negativa do envelhecimento a partir da referência da presença da doença:

“Vai perdendo né, agilidade, vai perdendo cabelo, vai ficando com problema nos olhos, reumatismo e as doenças que vem né, doenças reumáticas. Antes eu ia em baile tudo, saracoteava, não perdia nada e agora está sendo difícil né, de fazer como eu fazia antes”. (JGP)

“Quando envelhece tem doença, passa dos cinquenta anos começa os dodóis, porque até os cinquenta anos eu não tinha nada, depois que eu fiz 50 começou tudo que coisa: hipertensão, diabetes, colesterol. Tem gente que diz que a melhor idade, é na terceira idade, mas eu não sei. Antigamente as pessoas idosas, até uma certa idade, e me lembro, pois me criei com o meu avô e a minha avó e eles eram aqueles velhinhos, ele sentado na cama e ela acamada”. (CR)

“A pessoas ficam com a imunidade baixa, vai enfraquecendo, não tem o que fazer, quando chega a velhice começa a dar problema, cada dia aparece uma doença, e quando aparece uma doença grave, como a pneumonia é bem complicado de se salvar. Então a gente tem que aceitar, sabe que vai ficando mais velho vai dando mais problema, quebradura né”. (BR)

Segundo Barros (2006), a imagem negativa da velhice está associada a um declínio de vitalidade, porque já se ultrapassou o ponto máximo da capacidade produtiva como trabalhador. Além disso, tem-se a perda gradual da condição de controle do corpo e da mente (FEATHERSTONE, 1994 apud BARROS, 2006). “Os sinais negativos da velhice são denunciados pela perda paulatina ou abrupta destas formas de controle de si, exigindo o domínio do corpo e a vigilância constante da mente” (BARROS, 2006, p. 121).

As entrevistadas, apresentam várias doenças crônicas, o que pode ser um fator de contribuição para um olhar negativo, quanto aos seus processos de envelhecimento, pelo cotidiano ser caracterizado por dores e dificuldades.

As entrevistadas também reafirmaram essa imagem negativa do envelhecimento a partir da referência da diminuição da independência e autonomia:

“Eu estou apavorada, porque de primeiro eu caminhava ligeiro, e agora tem que sair devagarinho, tenho que estar me cuidando para não cair, esses dias eu falei para minha filha eu estou apavorada, eu não estou gostando de envelhecer”. (KGP)

“Quando é jovem pode-se fazer tudo o quiser, o que pode, o que tem condições, mas depois de uma certa idade nem tudo a gente pode fazer, tem muita coisa que gente não tem condições, a gente faz forçando muito para não parar a vida, mas que existe muita diferença, existe né”. (IGP)

“Tu vai perdendo a tua capacidade de fazer o que tu é acostumado a fazer né, tem gente que está velho e que não quer admitir que não pode fazer aquilo, e tu tem que se movimentar, participar dos grupos para ti não ficar cheia de dor dentro de casa”. (FR)

“É perda de autonomia, tu vai perdendo autonomia, vai ficando mais lenta, ficando dependente de alguém ou da família, tua vai envelhecendo e os teus reflexos vão diminuindo então isso aí tudo vai diminuindo tudo que tu fazia de um jeito tu vai começar a fazer de outro jeito, mais devagar, mais calma. Eu gostaria de envelhecer podendo fazer tudo sem ficar dependente de ninguém, mas em mim eu sinto, depois que fiz 70 (anos) eu senti que fiquei mais lenta, raciocínio mais devagar, tudo mais devagar para fazer e não gostei de ficar esquecida”. (HGP)

“As pessoas ficam com menos resistência, a gente tem menos energia do que quando era nova, para correr, a gente fica mais lenta, tudo é mais lento”. (AR)

Assim como Pires e Silva (2001), as entrevistadas relatam que a diminuição da independência e autonomia representa para elas, uma preocupação, pois apresentam dificuldade de ir e vir e sentem a diminuição da capacidade de fazer as coisas que desejam.

Nossas entrevistadas também reafirmaram essa imagem negativa do envelhecimento a partir da referência de aspectos psicológicos:

“Eu acho que envelhecer é uma pessoa que se acomoda depois de uma idade, começa já a perder força, assim, fica meio desanimado, ou termina aquela euforia

que tu tem, de transar com o marido, aquelas coisas de ficar mais acomodado, vai ficando mais distraído. Eu não sinto essas coisas porque eu penso pra frente”. (GGP)

“A pessoa vai perdendo tudo, vai ficando deprimido, lembra que não pode fazer o que fazia antes, e até em relação ao meu marido, quando ele estava aqui comigo, ele estava ficando muito doente, só de ver do jeito que ele estava, e como ele era, isso me faz pensar o passado e aí olhar pra ele e ver ele sofrer muito, não sei porque eu sou assim. E aí veio a separação, e aí acredito isso deus quis me libertar do sofrimento. Parece que eu não estava aceitando aquilo ali. Quando eu vou na rua e vejo as pessoas com a bengalhinha ou com um probleminha aquilo me choca, o que é o ser humano, o que foi e o que pode ser, isto me deixa bem deprimida. Aí eu penso será que eu vou ficar assim. Então a velhice pra mim parece um sofrimento, me dar entender que eu sofro com isto, que eu não quero aceitar que é a realidade da vida, quem tá chegando na velhice”. (ER)

As autoras Mercadante (2005) e Barros (2007) concordam que existem conceitos depreciativos sobre o envelhecimento e a velhice como a visão de um corpo imperfeito – “em declínio”, “enfraquecido”, “enrugado” – o que se relaciona não apenas ao corpo, mas também uma perspectiva positiva na constituição da personalidade e do papel social, econômico e cultural do idoso. Assim como a interlocutora a seguir:

“Eu até os meus cinquenta anos eu dizia, se pudesse me congelar com esta idade, com a cabeça que eu tenho e hoje em dia eu digo poxa, eu já vivi sessenta e sete anos, mas eu não sinto o peso da minha idade, eu me sinto tão bem, parece que eu tenho quinze ou vinte anos. No convívio com as pessoas todos os dias é um aprendizado, eu acho assim, que tudo melhorou, que tu vai tendo mais [...] então, eu acho que pra mim o envelhecimento é um aprendizado, eu não me sinto modéstia parte velha, eu me sinto muito bem e não sei como daqui para frente eu vou encarar isto, mas eu sempre peço a deus que vá aceitando todas as mudanças que o peso dos anos vai me trazendo”. (DR)

Observa-se, de modo geral nos trabalhos referentes ao processo de envelhecimento e a velhice, são ainda ligados a vários fatores negativos, tais como doença, depressão, solidão, entre outros. Porém, também se percebe que o idoso e o próprio processo de envelhecimento não são algo em si, constructos herméticos, prontos e determinados, mas que são produzidos nas relações sociais, ou seja, o fato de alguém ser um idoso ativo ou dependente, alegre ou amargurado, é traçado ao longo da vida do mesmo, de como essa pessoa foi produzindo ativamente sua vida, no contexto histórico, cultural, político e social em que vive. Dessa maneira, o envelhecimento é um processo individual, e que é vivido e construído conforme a experiência pessoal (HEIN; ARAGAKI, 2012).

Questão 2 - Como era a sua vida antes de participar do grupo de terceira idade?

As entrevistadas relataram como eram as suas vidas antes de participar do grupo, como uma vida de restrição ao ambiente domiciliar, isolamento social, solidão, cuidado da família, ao trabalho, viuvez e sentimento de depressão.

A Sr. “KGP” relata que no período anterior a sua participação no grupo de terceira idade, o sentimento de solidão esteve presente em sua vida, quando faz referência ao isolamento social:

“Era horrível, eu era um bicho...eu era pior que agora, e que agora eu estou mais contente, pois vivia dentro de casa, e só conversava com os vizinhos aqui, mas era pior que um bicho, mas agora estou velha, mas estou mais alegre, aprendi a dar risada”. (KGP)

A população mundial de idosos está crescendo continuamente e a solidão interfere na qualidade de vida da pessoa, que se priva do convívio, empobrecendo o conhecimento adquirido no contato social e afetando as atividades de vida diária (LITVOC; BRITO, 2004).

A Sr. “GGP” relata que no período anterior a sua participação no grupo de terceira idade, a depressão esteve presente em sua vida, quando faz referência saída do filho de casa:

“Eu tive um pouco depressão antes, quando os filhos começaram a ir embora, um dos filhos foi para o exército, e aí começou a dar uma depressão sentindo uma tristeza, se sentido para baixo, até que eu resolvi participar da terceira idade”. (GGP)

No envelhecimento podem ser observados sinais de depressão, dependência e desestruturação familiar, sintomas associados a Síndrome do Ninho Vazio, ou seja, esses sentimentos brotam quando ocorre a perda do papel da função parental, com a saída dos filhos da casa de seus pais (SARTORI; ZILBERMAN, 2009).

Algumas das entrevistadas relataram que antes de participar do grupo de terceira idade a sua vida se resumia a uma rotina no ambiente domiciliar e aos cuidados da família.

“Tinha uma vida de escrava, levantar de manhã, fazer o serviço da casa o dia inteiro, todos os dias a mesma coisa, eu criei os filhos sem empregada sem nada só fazendo todo o trabalho sozinha, criando os filhos sozinha, foi difícil. Optei por criar filhos e me dedicar a casa, o lar, o marido a minha resumiu-se a isso aí, não fazia outra coisa”. (HGP)

“Olha, a minha vida era mais ou menos, eu não vivia muito alegre, ficava só em casa lidando em casa, cuidando os filhos, os netos, eu não tinha outra coisa para fazer”. (AR)

“Antes era só trabalhando em casa, fazendo o serviço, quando tinha os filhos pequenos nem se fala. (BR)

Bruschini (2006) informa que os afazeres domésticos “recortam sobre a vida” difundindo todos outros espaços, sobretudo o lazer e o descanso. E que algumas tarefas são centralizadas e outras não podem ser delegadas e consumindo grande espaço do tempo da mulher (de 7 a 9 horas por dia). As tarefas de cuidar e educar as crianças, cozinhar, lavar, passar, não deixam lugar para o lazer, acentuando o humor depressivo, a tensão, doenças psicossomáticas, a perda de interesse pela vida e o sentimento de inutilidade.

Além do trabalho que se restringia ao ambiente domiciliar, também foi relatado o trabalho no ambiente externo:

“Lavava roupa para fora durante muitos anos, pois o meu marido ganhava pouco”. (BR)

“Eu trabalhava demais, costurava bastante desde a noite até amanhecer era isso aí. O Arani (marido) saía de manhã cedo pra fora para levar bebida, e eu já ficava na mesa fazendo moldes e fazendo costura, só trabalhando e ali passava o dia inteiro trabalhando”. (CR)

“Eu morava lá fora, daí a ginástica é o trabalho, cuidar de vaca, porco, galinha, tirar leite e tudo essas coisas”. (FR)

“Eu trabalhava, e não tinha nem tempo de pensar em ginástica, lá na universidade no hospital das 7h às 13h ou das 13h às 19h, mas deu tudo bem né, dentro das possibilidades, e eu sentia muita dor na coluna, porque eu datilografava tudo aqueles exames, e saía tonta de lá, e graças a deus deu tudo certo”. (JGP)

“Antes de participar eu trabalhei bastante na minha vida, não tenha dúvida, morava praticamente para fora, morava aqui, mas passava mais na chácara do que na cidade. Trabalhei desde os vinte e três anos pra fora, mas foi bom porque serviu para a minha qualidade de vida, porque se eu fosse uma pessoa sedentária parada na aquela época hoje talvez fosse uma pessoa doente, depressiva né, mas graças deus, tudo que eu fiz foi muito bom para chegar na terceira idade”. (ER)

Também relacionado ao processo de viuvez:

“Quando tinha o meu marido a gente jogava bocha no Esportivo (clube), e o meu marido começou a ficar doente e eu não podia mais jogar com ele [...] então quando o meu marido faleceu, eu ficava só sentada na cadeira que o meu marido usava [...] então os meus filhos me diziam que eu tinha que participar das coisas, que tinha que sair, eles ficavam preocupados né”. (BR)

Questão 3 - Por que você veio participar deste grupo? Alguém indicou?

As entrevistadas relataram que começaram a participar do grupo de terceira idade, por motivos de melhora da sua saúde, relações sociais, solidão e saída do ambiente domiciliar. A maioria dos participantes desta pesquisa chegou ao grupo terceira idade motivados principalmente pelo aconselhamento de uma vizinha, amiga ou filhos.

A busca por melhores condições de saúde é referendada pelas entrevistadas deste estudo, como uma das razões que os levam a participar de grupos de terceira idade.

“Por causa da saúde, todo mundo dizia que era bom, eu nunca tinha ido, experimentei e gostei, e é muito bom participar”. (IGP)

“Os problemas que eu tinha de dor aqui, dor ali e aí me aconselharam, vamo, eu nem me lembro quem me levou para lá, vamo no grupo, acho que foi a minha cunhada, que estava frequentando, até ja faleceu. Desde então, sempre participei aqui nas Grisalhas”. (JGP)

“Porque todo mundo diz que nós devemos fazer atividade física, e eu a única atividade física que eu fazia era caminhada, que eu fazia na venda dos meus cosméticos, agora nem tanto, porque eu agora já faço tudo sem tanta pressa. Uma amiga (integrante do grupo Reviver) e a sua irmã que iam no grupo me indicaram, e aí foi uma ótima escolha que eu fiz”. (DR)

A velhice é uma fase da vida na qual as patologias vão gradativamente ocorrendo. Visando a prolongar o tempo de vida com saúde, é necessário que o idoso se mantenha continuamente realizando atividades físicas e participando da vida social (RIZZOLI; SURDI, 2010).

A saída do ambiente é referendada pelas entrevistadas deste estudo, como uma das razões que os levam a participar de grupos de terceira idade.

“Eu fiquei sabendo do grupo das Grisalhas no colégio, de que existia um grupo na igreja do Perpétuo, de trabalhos manuais. Mas tive que sair do grupo, porque ele se modificou, e somente seriam atendidos idosos, e eu era muito moça. E o grupo fazia muitos bailes e o marido não me acompanhava. Eu voltei para o grupo quando ele já tinha 10 anos, e foi uma fuga para sair de dentro de casa, e a presidente do grupo me convidou para fazer uma excursão com o grupo, e depois que retornamos daí eu voltei para o grupo e não saí mais”. (HGP)

“Sim as minhas amigas começaram a me ligar para eu ir para lá participar, para eu ter uma distração, porque eu ficava muito triste em casa, não sozinha, mas triste em casa, sem ter a opção de nada, sozinha. E aí me disseram para ir participar do grupo, fazer amizades, passear, participar, me distrair e que era bom para saúde e aí comecei a ir e adorei, e nunca mais parei, adorei o grupo”. (BR)

Para Barros (2007) a mulher está assim presa à família e a tudo que ela simboliza em termos de valores: o mito da mulher-mãe e da esposa submissa, voltada para o mundo interno da casa e cercada de uma série de qualificativos que definem um padrão ideal de mulher. Neste quadro em que ela é um elemento da hierarquia familiar, não há espaço para a mulher-indivíduo e não é aí que ela conseguirá um status enquanto indivíduo.

As entrevistadas desta pesquisa relatam que começaram a participar do grupo de terceira idade motivados pela família, amigos e vizinhos.

“Uma vizinha me indicou, ela tem uma filha que formou-se professora, daí comecei lá no CTG a fazer ginástica, e daí comecei a gostar, mas a professora casou e não teve mais ginástica, aí eu fiquei toda quebrada, e depois foi quando eu voltei para o clube Esportivo e falei com a professora e gostei dela. Quando ela saiu, o grupo terminou, e agora pensei para onde vou, e então vim para cá nas Grisolhas”. (KGP)

“Porque eu gostava de fazer exercício, e uma amiga (integrante do grupo Reviver) me indicou e umas quantas mulheres daqui que participavam, que já nem tem mais. E quando eu comecei eu não tinha 40 anos, eu não tinha a minha filha mais nova. Continuei trabalhando bastante, mas tinha um tempo para fazer ginástica, fazia caminhada”. (CR)

“Olha, assim, porque todos os dias eu passava ali pertinho do CTG Ponche Verde, e uma vizinha estava na frente de casa, e sempre me convidava, para entrar no grupo, aí eu não sabia e nem entendia de grupo de ginástica, e aí até que um dia eu me inscrevi no grupo, e comecei a participar, e até hoje gosto muito”. (AR)

“Porque eu já estava acostumada lá né, e daí eu não quis parar, daí falei com uma amiga (integrante do grupo Reviver) e ela me disse que tinha ali no CTG Ponche Verde, daí eu fui, tinha combinado um dia com ela de caminhar de manhã cedo ali na praça da Liberdade [...] e não encontrei ela, digo mas eu tenho boca eu vou lá, cheguei lá a Cristina pobrezinha (integrante do grupo falecida) a primeira que me recebeu, e daí continuei”. (FR)

“Participei porque o meu ex-marido participava e ele me levou.” (ER)

Simmel (1983) explica que o homem sociável também é um fenômeno peculiar, não existe em lugar nenhum, a não ser nas relações sociáveis. Por um lado, o homem perde aqui todas as qualificações objetivas da sua personalidade, mas penetra na forma da sociabilidade equipado apenas com as qualificações, atrações e interesses com que munuiu a sua pura humanidade.

Também teve uma das entrevistadas que começou a participar do grupo de terceira idade por conta própria.

“Eu resolvi participar da terceira idade, então tomei a decisão de participar aqui mesmo, depois me nomearam chefe da cozinha, eu sou responsável pela chave do salão, as promoções da igreja são comigo, o risoto, os almoços, ninguém faz nada sem mim”. (GGP)

É a partir de uma mínima relação social que a sociabilidade se desenvolve.

Questão 4 - Por que você continua participando deste grupo?

As entrevistadas relataram porque continuam participando do grupo de terceira idade, por prazer, saúde, amizade, sociabilidade, solidão e saída do ambiente domiciliar.

A amizade e sociabilidade são referendadas pelas entrevistadas deste estudo, como algumas das razões que as levam a continuar a participar do grupo de terceira idade.

“Pela amizade que eu tenho, por gostar disso aí, para a minha autoestima, isso aí, o grupo de terceira idade é muito bom, hoje eu vejo o valor que tem esses grupos né”. (ER)

“Porque eu gosto, em primeiro lugar o professor é ótimo, e daí tem umas quantas que eu gosto, da turma inteira eu gosto, mas tem umas mais amigas né, que quando eu não vou um dia me ligam porque eu não fui, se eu estava doente, e assim, a gente tem bastante amizade, a gente começa a botar as fofocas em dia e não dá tempo. Eu também gosto dos exercícios”. (BR)

“Eu adoro isto aí (grupo de terceira idade), é o professor, é as colegas amigas, e não pretendo parar tão cedo se deus quiser, a convivência, a amizade, tu brinca e dá risada e dança né, isto é maravilhoso, pra mim é. A amizade, tu chega lá e abraça uma, beija outra, isto aí não tem preço”. (FR)

“Porque eu gosto de participar, gosto muito do professor, de conversar com o pessoal”. (GGP)

“O convívio com as pessoas é muito bom”. (CR)

A sociabilidade abrange todas as situações sociais em que os sujeitos estabelecem relações e a maior parte das suas definições a compreende como o conjunto de relações sociais tecidas pelos indivíduos e as formas como são estabelecidas com outro (PEIXOTO, 1997).

Constitui-se de várias formas segundo o lugar onde é exercitada e a característica dos relacionamentos estabelecidos, podendo ter diferentes abrangências, inclusive associativa. A experiência da sociabilidade é uma alternativa de relação social, que também possibilita a amizade enquanto exercício do político (BAECHLER, 1996).

Outro motivo citado pelas entrevistadas, como um importante elemento na continuação da participação no grupo de terceira idade, é a experiência construída através da participação em grupo, responsável pela construção de um sentimento de prazer.

“O grupo é vida, o entrosamento que a gente tem com as companheiras de ginástica, aquilo é alegria. Tu vai para lá e descontra, relaxa, tu se esquece dos problemas de casa, para se distrair, para fazer a tua ginástica, conviver com elas e trocar ideias com elas. E isto é muito bom para cabeça de quem está ficando velha, trocando experiências, trocar figurinhas, trocar receitas isto é muito bom. A participação no grupo é remédio para a minha cabeça, enquanto eu tiver força e saúde de frequentar lá eu vou continuar”. (HGP)

“Porque gosto muito, sempre gostei dos professores, meus colegas, é bom para desenvolver a gente, a cabeça, o corpo, para tudo é muito legal”. (IGP)

“Porque eu me sinto bem, as vezes eu saio mal de casa, e quando eu volto chego dando risada, me sinto bem gosto, me sinto feliz”. (KGP)

“Porque eu me sinto bem, me sinto feliz de participar”. (AR)

Através da troca de experiência em grupo e dos vínculos que nele se estabelecem, os idosos podem criar novos laços de amizade, ao mesmo tempo em que se processa uma nova aprendizagem. Descubrem interesses comuns, e despertam para a necessidade de uma integração na sociedade como um igual (NUNES; CUBA, 2001).

Outro motivo levantado para a permanência no grupo de terceira idade foi o do afastamento da solidão.

“Porque eu gosto, a convivência que a gente tem né, porque a gente sozinha aqui, então ali a gente conversa com uma, com a outra e passeia de vez em quando, que eu não faço passeio longe”. (JGP)

A solidão é o estado de quem se sente só, traduz isolamento. A solidão provoca um sentimento de vazio interior, que pode estar presente no ser humano nas diferentes fases da vida, e tende a ser mais frequente com o envelhecimento (FERNANDES; LUFT; GUIMARÃES, 2000).

A possibilidade de saída do ambiente domiciliar também foi citada como importante motivo, para permanência no grupo de terceira idade.

“A convivência com outras pessoas, que não somente a família, filhos e marido, e isto foi muito bom para mim. A participação no grupo é remédio para a minha cabeça, enquanto eu tiver força e saúde de frequentar lá eu vou continuar”. (HGP)

Percebeu-se que, para os idosos, fazer parte de um grupo é uma conquista, uma forma de romper com o cotidiano das tarefas do lar e das obrigações com os filhos e netos, momento em que eles adquirem conhecimentos e desfrutam de liberdade durante essa fase da vida (SALGADO, 2007).

As entrevistadas relataram que, a participação no grupo de terceira idade e a sua continuidade é importante, para a manutenção da sua independência e autonomia, o que significa a manutenção da sua saúde:

“Porque me faz muitíssimo bem, acho que pelos movimentos do corpo, eu sou bem flexível, eu subo nas árvores, então eu me acho muito ágil, faço tudo aqui em casa, faço faxina, corto grama, então eu acho que devo isto a ginástica, que me deixa bem, quase que uma artista de circo”. (DR)

“Porque a participação na ginástica da segurança para tomar banho, porque fortalece os músculos, dá mais equilíbrio”. (GGP)

“Porque é bom, pra gente ter movimento, pra gente ter facilidade das coisas, para tudo isso, que se tu ficar parada, deus me livre. Nos dias que não faço ginástica eu faço caminhada”. (CR)

“Por causa da minha saúde mesmo. O meu médico me diz para continuar indo na ginástica”. (AR)

O que se sabe é que, na medida em que o ser humano envelhece, muitas atividades do cotidiano, consideradas triviais e, portanto, de fácil execução, vão aos poucos, e muitas vezes de forma imperceptível, tornando-se cada vez mais difíceis de ser realizadas, até que o indivíduo perceba que já depende de outra pessoa para a sua realização (ARAÚJO; CEOLIM, 2007).

Questão 5 - Me fale sobre o que ocorreu com a senhora a partir do momento que passou a frequentar o grupo de terceira idade, pois para algumas pessoas o fato de participar de um grupo de terceira idade provoca mudanças, e com a senhora como foi? Mudou alguma coisa com a senhora, na vida pessoal? No seu modo de vida? Seus relacionamentos? Vamos conversar sobre isso?

Foram muitas as mudanças relatadas, pelas participantes da pesquisa, a partir da participação no grupo de terceira idade, especialmente na formação de amizades, saída do ambiente domiciliar e melhora da saúde.

Nossas interlocutoras relataram essas modificações nas suas vidas a partir da referência da saída do ambiente domiciliar e a formação de amizades:

“Sim a gente pega muita amizade, que dizer que é mais relacionamento, é que estar em casa é somente aquela rotina de casa, e assim não, a gente participa do grupo, agente participa de passeios, é muito bom”. (IGP)

“Mudou tudo né, antes eu estava sempre em casa, e eu não tinha onde ir, e sobre os problemas de coluna, e isso e aquilo eu fui melhorando, mudou bastante. No convívio também né”. (JGP)

“Um auto estima lá em cima, tu consegue fazer alguma coisa diferente do cotidiano, que não seja os fazeres domésticos o dia inteiro, e tu vai para lá (grupo de terceira idade) e te dá um animo, pra ti viver melhor, pra ti pensar, a vida não é limitada, tu pode participar fora disso aqui (ambiente domiciliar), em outra atividade paralela, pois é muito bom para gente, para cabeça, fazendo movimentos e ficando independente de certas coisas tu te liberta, aumenta o teu ego. É muito bom para saúde da gente, para o relacionamento de lá e o daqui, então isso aí ajudou muito”. (HGP)

Os grupos de terceira idade constituem um espaço público de sociabilidade no agir e no falar das pessoas, e estas se organizam pelas mesmas motivações que as impulsionam de

ser com o outro e para o outro, satisfazendo os seus interesses. Todavia, os interesses comuns de estar com o outro e para o outro fazem com que se solidifique a sociabilidade. Estando acompanhada a sociabilidade por um sentimento positivo, por uma satisfação pelo próprio fato de se estar associado a outros, e de a solidão do indivíduo ser resolvida através da proximidade, da união com outros (SIMMEL, 1983).

Nossas interlocutoras relataram modificações nas suas vidas a partir da referência da formação de amizades e os relacionamentos sociais no grupo de terceira idade:

“Eu pra mim, eu me senti bem, me senti feliz, outra pessoa, pois era uma bicho que nem falava, eu me senti realizada, eu gosto...chega o dia da ginástica eu já levanto cedo. A minha vida era horrível, agora eu estou feliz, porque eu vou pra lá e dou risada”. (KGP)

“A convivência é um dos principais motivos, que tu troca ideias, enfim, além da participação no grupo tu cria uma amizade que daqui a pouco, te convidam para um aniversário, e tu já vai conhecendo mais pessoas, e vai melhorando a tua convivência”. (DR)

“Depois que comecei a ir na ginástica as coisas melhoram 100%, porque melhorou o meu modo de vida, mais amizade, mais atividade, então eu fiquei bem melhor do que antes, parada em casa, foi bem melhor, eu fiquei mais ativa, convivi mais com a pessoas né”. (BR)

“Eu amiga das pessoas sempre fui, mas melhorou muito mais, aquela amizade, a gente conhece mais pessoas. É bom para a saúde, tudo né”. (FR)

“É bom sim, porque eu sempre estava em casa, em volta do meu servicinho em casa, então depois que eu entrei pro grupo, eu saio mais, e todos os dias eu tenho aquela atividade, de manhã levanto cedo, já vou me arrumar para ir para o grupo. Então para mim é muito bom né, eu me sinto muito bem, e mudou que eu tenho aquela atividade então eu fico muito bem e fico muito contente de ir no grupo”. (AR)

“A convivência é um dos principais motivos, que tu troca ideias, enfim, além da participação no grupo tu cria uma amizade que daqui a pouco, te convidam para um aniversário, e tu já vai conhecendo mais pessoas, e vai melhorando a tua convivência”. (DR)

Conforme Simmel (1983) a sociabilidade depende inteiramente das personalidades entre as quais ocorre. Desse modo, as condições e os resultados desse processo são exclusivamente determinados pelas pessoas que se encontram em uma determinada reunião social, cujo caráter é determinado por qualidades pessoais, tais como: amabilidade, refinamento, carisma e cordialidade e outras formas de atração.

Nossas interlocutoras relataram modificações nas suas vidas a partir da referência do prazer de estar com o outro e para o outro:

“A gente vê a vida com novos horizontes, assim, porque tu entende melhor as pessoas, porque todo mundo tem problema, ninguém é perfeito, tem altos e baixos.

E tu tem que conviver com as pessoas, não é só com o professor a convivência, tem que ser colegas, tem que ser amigos, nem todo mundo é teu amigo, para poder confidenciar algumas coisas, então tem aquele grupo reservado, um pensa de um jeito outro pensa de outro e tu tem que aceitar muitas vezes então isso aí, a convivência é muito importante. Eu mudei bastante no jeito de pensar, porque tu não pensa somente em ti, e também pensa no grupo. Eu ganhei vida nova, todo mundo acha que tenho menos idade, a partir da participação eu renovei uns 10 anos, é muito bom para saúde, as pessoas devem participar mais, não ficar acomodados em casa”. (GGP)

“A amizade mudou muito né, no momento que a gente tem um a relação ali dentro, é uma família que a gente forma. A gente tem coisas muito boas, porque a gente chega de manhã é aqueles abraços, como foi, como é que passou, como foi o final de semana, a gente sente o carinho uma pelas outras, então isto aí pra mim foi muito válido. A minha vida não mudou muito, porque sempre fui de ter gente em volta, eu odeio vida pacata, parada sabe coisas que vai e volta, eu gosto de coisa nova, sempre renovando as coisas, então a amizade assim, a gente vai sempre renovando, pra mim foi bom”. (ER)

De acordo com Simmel (2006) a sociabilidade é um espaço sociológico ideal onde o prazer de um indivíduo está ligado ao prazer dos outros. Neste mundo sociologicamente ideal, em princípio, ninguém pode encontrar a sua satisfação à custa de sentimentos alheios aos seus. Essa possibilidade é excluída por várias outras formas sociais além da sociabilidade. Sociabilidade que pode se realizar através do prazer da conversa, da troca, da convivência, nas festas, nas reuniões sociais, nas homenagens, mas precisam ser significativas e agrupadoras.

Questão 6 - Como é o seu relacionamento com os colegas do grupo de Terceira Idade?

As entrevistadas relataram que os seus relacionamentos com os colegas do grupo são representativos de sentimentos positivos, caracterizados pelo prazer de estar junto e fazer amizades, o relacionamento social construído no mesmo espaço físico é muito importante para os mesmos:

“É bom, no nosso relacionamento eu nunca fiquei triste com um ou outro, me sinto bem com eles”. (AR)

“É bom, muito bom adoro todo pessoal, me sinto bem com elas e com o professor”. (ER)

“Eu acho que é ótimo o relacionamento, pra mim todo mundo é amigo, [...] tem umas vezes que dizem que a fulana lá não conversa, mas eu vou lá e beijo ela, bom dia como é que está, tudo bem, e no outro dia ela vai me encontrar”. (FR)

“Muito bom, porque a gente conversa, a gente se diverte, a gente conta as coisas, piadas, e uma coisa e outra e é muito bom”. (CR)

“É bom, não tem problema nenhum, me dou com todo mundo, todo mundo é amigo, participam tudo junto e na hora de se trocar nas atividades não tem problema”. (BR)

Simmel (1983) afirma que os “sociados” sentem que formaram uma sociedade. Isso lhes traz uma sensação de existência: “de fato, às vezes é apenas esse impulso que sugere os conteúdos de uma sociação particular. Aquilo que pode ser chamado de impulso artístico extrai da totalidade dos fenômenos sua mera forma, a fim de moldá-la em estruturas específicas que corresponderão a esse impulso”.

A sociabilidade origina-se de um mero modelo dos encontros, que só é possível devido a autonomia dos indivíduos que ali se encontram, a sociabilidade dos idosos participantes é natural e genuína, e profundamente marcada por situações e comportamentos meramente pessoais. Verificamos o caráter dos encontros com base nas qualidades pessoais, como os afetos, a cordialidade, as amizades, a generosidade e a felicidade que envolve os participantes ao estarem juntos.

As entrevistadas relataram que mesmo com as diferenças, apresentam um bom relacionamento:

“É bom a gente convive bem com as nossas diferenças, eu chego e o pessoal vem me abraçar, e perguntam aonde tu estavas, elas gostam de conversar comigo, de me pedir conselho, mais quem sou eu para dar conselhos. Porque a gente entende a convivência com cada um dentro da sua, do seu participar, do seu jeito de ser, a gente se respeita”. (GGP)

“É bom, com umas nem tanto, umas menos e outras mais, pois em todo lugar é sim. A gente tem mais intimidade e confiança com uns e menos com outros”. (IGP)

“Eu converso com todas, não sei se gostam de mim e agora eu não faço pouco caso de ninguém, e aquela colega (integrante das Grisalhas da Primavera) então, eu fico assim, lá vem ela fazer exercício, ela não tem mais força, mas gosto dela, e ela conversa comigo e tudo, eu gosto de todos não tenho queixa de ninguém. Não tenho queixa de ninguém, eu gosto de todas”. (KGP)

De acordo com Simmel (2006) o mundo da sociabilidade é artificial, o único em que a democracia entre os indivíduos é possível sem atritos, por ser um jogo no qual se faz de conta que são todos iguais e, ao mesmo tempo, se faz de conta que cada um é reverenciado em particular. O faz de conta não está contido na dimensão da mentira, devendo ser entendido como ação sociável, como mero instrumento das interações e dos eventos da realidade prática.

É observado nas narrativas das entrevistadas a preocupação com o prazer das colegas:

“Eu acho que é bom o meu relacionamento, eu não sei se sou simpática, mas enfim. O meu relacionamento é bom, porque eu acho que embora eu tenha um problema, eu não levo ele lá para o meu grupo, eu tento resolver porque ele é um problema meu, embora as vezes não fui que criei o problema, mas é eu que vou ter que resolver então não vou chegar lá de cara amarrada, e eu estou sempre rindo, e abanando para lá e para cá, então eu acho que eu também transmito alegria para os meus colegas”. (DR)

“Até hoje eu não tenho problemas, e os que aconteceram eu chamei a atenção e fui tirar a limpo, pois ao falarem alguma coisa que não gosto, eu não fico quieta. Eu tive umas brigas com uma que não está mais no grupo, pois eu não gosto de guardar ressentimentos, pois quando algo que acontece e não está no meu agrado, eu vou e resolvo, e depois esqueço. Fora isto o meu relacionamento com as outras é muito bom, sou bem aceita no grupo e elas estão contentes comigo”. (HGP)

Segundo Simmel (2006) dentro do princípio da sociabilidade, cada indivíduo deve garantir ao outro o máximo de valores sociáveis (alegria, liberação, vivacidade) compatíveis com o máximo de valores recebidos por esse indivíduo.

Questão 7 - Convidaria outros idosos a participar? Porque?

As entrevistadas relataram que convidam outras idosas a participar do grupo de terceira idade, pois acreditam que o grupo de terceira idade permite a saída do ambiente domiciliar, o afastamento da solidão, o prazer e a qualidade da saúde.

As entrevistadas julgam serem importantes as participações dos idosos nos grupos de terceira idade, para que não vivam isoladas:

“Esses dias atrás eu falei, não lembro para quem, para ela ir para a ginástica, mas não adianta, tem gente que não tem jeito. Aí dizem que tem que sair de casa, e eu digo mas sai de casa, eu também achava horrível sair, e no fim eu chegava ali no grupo e adorava”. (KGP)

“Sim, para fazer exercícios, eu convidei uma vizinha (integrante do grupo Grisalhas da Primavera) para participar do grupo, pois ela vivia muito isolada”. (IGP)

“Isto é o que mais gosto, é de convidar, mas tu convida, mas tem uma senhora que cansei de convidar, e ela diz que dói a perna e não sei o que, está ali dentro de casa depois que faleceu o esposo, e a pessoa fica dura dentro de casa né”. (FR)

Segundo Goldfarb (1998) o afastamento social e restrição de papéis sociais podem provocar a solidão e um sentimento de vazio interior.

Outro motivo para a realização do convite, para a participação no grupo de terceira idade está ligado ao sentimento de prazer:

“Eu estou sempre convidando, porque acho bom eles participarem é sinal vida, para serem mais felizes”. (GGP)

“Ja convidei. Quando tenho oportunidade de convidar eu estou convidando. Porque a ginástica te dá prazer, aquela diversão que o ser humano precisa”. (HGP)

“Eu convido porque está me fazendo bem, e quero que faça bem para outras pessoas. Sempre estou comentando no meu grupo vamos para lá, pois faz bem e a autoestima da gente melhora muito [...]. E aí eu convido e falo para as minhas amigas, apesar

que a maioria das minhas das minhas amigas já participam [...] tem que ir para lá para não ficar parada, porque se ficar parada daqui a pouco dá uma depressão [...] e a amizade e o prazer de conversar com outras pessoas, é o melhor que tem pra mim”. (ER)

Aa sociabilidade é um espaço sociológico ideal onde o prazer de um indivíduo está ligado ao prazer dos outros, em que o prazer das pessoas do grupo se torna mais importante do que prazer individual.

As entrevistadas também encaram a participação no grupo de terceira idade, como uma forma de ter mais qualidade na sua saúde, e assim convidam outras para participarem:

“Sim já convidei, muitas entraram a partir de meu convite. Tem que participar porque é bom para a saúde”. (CR)

“Eu já convidei alguém, mas por enquanto não apareceu ninguém. Mas eu falo que o grupo de ginástica é muito bom. Eu convido porque as pessoas ficam muito em casa se queixando, que dói aqui dói ali, então vamos para a ginástica que é muito bom, não fica parada em casa né, vai desenvolver as ideias, a musculatura, tudo em si né”. (AR)

Como descreve Portella (2004), nesses grupos sociais, as pessoas fazem exercícios, usufruem dos momentos de lazer e descontração, adquirem conhecimentos, e trocam ideias e experiências, sendo uma forma de viver com saúde esta etapa da sua vida, lutando contra a estagnação social da velhice.

E ainda existe quem convide, tanto pela questão da qualidade da saúde, quanto a saída do isolamento social:

“Eu convido, quantos eu souber que devem e podem eu convido, porque é muito bom. Principalmente por causa da saúde, e fazer exercícios é muito bom para saúde e ficar parado é ruim, e para conviver com as pessoas, porque tem pessoas que estão tristes em casa, e aí convive e participa né, pra mim foi muito bom, eu vou continuar indo até o dia que der”. (BR)

Questão 8 - Quais atividades culturais que o grupo oferece, ou que a senhora participa que lhe causa agrado?

As entrevistadas relataram que principalmente gostam de participar da ginástica, por ela proporcionar a melhora da saúde e das relações de amizade, bem como, os passeios, as domingueiras, as festas e o encerramento do final de ano.

Os grupos de terceira idade oferecem atividades culturais que vão ao encontro dos desejos e benefícios da maioria. Algumas entrevistadas relatam que tem preferência pelos exercícios físicos, mas que também gostam das outras atividades ofertadas:

“Para mim tudo é bom, mas o que gosto mais é dos exercícios, que nós passeávamos mais em outra época, a gente frequentava muito as apresentações, desde apresentações na praça, passeios em lugares menores, que eram mais perto, era muito legal, agora não sei porque parou um pouco”. (IGP)

“Da ginástica eu gosto bastante, é bem diferente das outras, este negócio de dançar antes de coreografar é muito bom. Aquele negócio de se deitar no chão era difícil, de fazer ginástica no chão eu não gostava”. (JGP)

“O que mais me agrada é fazer ginástica, e em segundo lugar é viajar, participar das festas, passear. Mas eu gosto mais é da ginástica que é bom”. (AR)

“Eu gosto em primeiro lugar, das minhas atividades ali na ginástica, eu começo meu dia com a ginástica e depois eu saio dali com a minha sacola e vou visitar as minhas clientes [...] E dos bailinhos eu até que gosto [...] mas eu não participo muito, eu até agora com os passeios do grupo eu fui na Boca do Monte, e foi muito bom, gostei mesmo, pessoal muito receptivo e eu me senti em casa, incrível aquilo, foi muito bom, e também agora no nosso almoço que fui”. (DR)

“Eu gosto mais da ginástica em si, as atividades são muito boas, e a viagens tem umas que eu já não vou, porque eu já fui e não gostei, como Jaguari (município do RS) né”. (BR)

“A ginástica em primeiro lugar, a música né, e motiva muita gente, dá mais autoestima bem bom né, mas oferece muita coisa boa, pois me sinto bem lá, quando chego lá é uma alegria, sinto falta disso aí. O que o grupo me passa fora dos bailes, é amizade a gente vai lá se a pessoa está com problema em casa, chateada, chega lá e tu esquece né, e a ginástica aquele movimento de gente, e aquela euforia, todo mundo ri né, tudo ajuda. Pra mim o que o grupo me oferece, é uma hora maravilhosa para a minha vida, que preenche a minha manhã”. (ER)

Simmel (1983) expressa que não podem existir interesses particulares, individuais na sociabilidade, e sim interesses comuns do grupo, ou seja, para haver sociabilidade tem de haver os mesmos propósitos, os mesmos interesses, os mesmos impulsos, organizando-se desse modo reciprocamente em benefício de todos. A importância dessas interações está no fato de abrigar indivíduos que possuem, os mesmos interesses de formarem uma unidade, precisamente, uma sociedade.

Outras entrevistadas relatam que gostam de todas as atividades ofertadas pelo grupo de terceira idade:

“Eu gosto dos passeios a gente viaja com o grupo, a gente se sente bem, e também gosto muito da ginástica”. (JGP)

“Eu adoro a ginástica, as nossas reuniões trimestrais das aniversariantes, as festas de final de ano, as jantãs eu acho maravilhoso porque vou para lá e me divirto, volto alegre e contente e não sinto dor nenhuma, e o meu marido me questiona porque na ginástica não dói nada, mas prazer os serviços de casa eu digo que dói tudo, então a ginástica é uma coisa que derrama adrenalina, ela é uma atividade física que te deixa relaxada, descontraída e diferente de fazer as tarefas doméstica”. (HGP)

“As aulas de ginástica, os passeios do grupo, os passeios que o professor faz, os bailes, a domingueira, e o final de ano a gente faz alguma coisa, o encerramento, aquela festa que a gente fez este ano foi maravilhosa eu adorei, estava bom né”. (FR)

Outra entrevistada relata que as atividades culturais ofertadas pelo grupo de terceira idade, são boas para ela e o marido, em especial as domingueiras:

“É bom para mim quanto para o Arani (marido), pois ele gosta de sair (nos bailes), mas este ano a gente não tem saído, porque a minha mãe está doente, e assim não tem animo para se divertir”. (CR)

Outra entrevistada relata que gosta das atividades culturais ofertadas pelo grupo de terceira idade, mas por problemas de saúde, ela não gosta muito de ir nos passeios:

“Nos passeios eu fui em um só, nas viagens eu não vou por causa do joelho, pois tenho medo de ao chegar eu não levanto, a ginástica eu adoro, ali eu gosto de estar junto. Eu gosto dos passeios, mas eu me sinto mal de ir, eu vou ser um desmancha prazer, pois não posso caminhar muito e chego mal daí”. (KGP)

Questão 9 - Você se relaciona com os idosos do grupo, em outros momentos de lazer? Quando? Onde?

Quando as entrevistadas foram questionadas, quanto aos seus relacionamentos com as colegas do grupo de terceira idade em outros momentos de lazer, que não sejam as atividades ofertadas pelo grupo, nossas interlocutoras trouxeram as seguintes respostas:

“Quando a gente vai nas festinhas, que a gente se junta de novo, vai e se relaciona, no dia-a-dia, somente quando se vê, pois, a gente não é de visitar nas casas, as únicas que a gente visita são duas colegas do grupo, as vezes eu ia lá e depois ela aqui”. (CR)

“Mais é nas festas que a gente vai e ali na ginástica mesmo”. (AR)

“A gente convive só no grupo mesmo, mas a gente se dá bem”. (AR)

“Eu me dou demais com uma vizinha, mas não vou na casa dela, e uma outra colega também, o marido dela trabalhou com o meu marido. Somente vou nos chás do grupo e quando me convidam geralmente eu vou”. (KGP)

“Em encontros do grupo sim, ou quando muito vem um grupo rezar o terço aqui em casa, são pessoas do grupo, mas vem para rezar o terço aqui em casa somente”. (IGP)

“A gente não se visita [...] Eu não vou nos passeios, também não posso ir por causa da minha cachorra, porque quando eu volto tenho medo dela estar morta, ela não enxerga mais”. (JGP)

“Sim, na igreja do Perpétuo Socorro, quando fazemos risoto junto, várias do grupo participam, o grupo do risoto fui eu que criei”. (GGP)

Muitas das entrevistadas mostraram ter certa dificuldade em levar as relações estabelecidas nos grupos de terceira idade para o âmbito privado, ou seja, para fora do espaço institucional do grupo de terceira idade. Mesmo com todo o sentimento de afetividade e amizade, produzidos pela de sociabilidade no espaço grupal e atividades institucionais.

Outras entrevistadas expuseram que tem ótimas amizades com algumas integrantes do grupo, revelando que é possível chegar à sociabilidade pura mesmo em grupos nos quais, a princípio, a sociabilidade é mediada, dirigida e secundária:

“Ja fiz aniversário e jantares de convidar os colegas, eu convivo muito com a Ivone, mas com restante do grupo não muito”. (HGP)

“Eu me relaciono com duas colegas do grupo, que a gente está mais perto, mas de ir visitar não, mais são elas que vem aqui, porque eu faço umas costuras, barra essas coisas, e daí elas vem mais aqui do que eu na casa delas. Uma das colegas que é minha parente a gente passa tempo que não vai na casa da outra, e a gente não tem aquele costume de ir na casa. Quer dizer todo mundo é amigo né, mas cada um na sua casa, como diz o outro”. (FR)

“Tem umas três amigas do grupo que a gente se visita, mas no grupo eu sou muito nova ainda né. Mas a gente está sempre se combinado de ir na casa uma da outra. A gente sempre tem vontade de se aproximar mais, de cultivar a amizade, e com algumas a gente tem mais afinidade”. (ER)

E outra entrevistada que possui relacionamento coma as colegas do grupo, mas em função do trabalho exercido:

“Não vou dizer com todos, mas normalmente sim, até porque em função das minhas vendas, então aí a gente convive, não falando muitas vezes no nosso grupo, o que cada um acha, mas a gente convive, eu convivo sim com eles, em função da minha venda de cosméticos”. (DR)

Percebemos, entretanto, que essa dificuldade em manter as amizades constituídas nesse espaço não decorre tão somente da vida contemporânea, das múltiplas atribuições a que eles se dedicam ou ao fato de usarem frequentemente artefatos tecnológicos como mediadores de suas relações sociais. Pudemos perceber que essa barreira em ultrapassar o espaço institucional em muito decorre das histórias de vida de cada um, das formas de ser, se mais introspectivas ou não, aos comportamentos, enfim, aos hábitos cultivados durante toda a existência deles, os quais repercutem diretamente nas formas como eles se relacionam atualmente.

Questão 10 - Como é a sua relação em casa após a sua inserção no grupo? Você frequenta outros grupos?

Algumas das entrevistadas relataram não terem notado modificações, nos seus relacionamentos familiares, a partir da participação no grupo de terceira idade e que participam de outros tipos de grupo:

“Pois é sei lá, eu acho que é igual, porque eu sempre fui do jeito que sou. Não frequento outro grupo de terceira idade. Mas eu frequento a Pastoral e a ginástica”. (FR)

“Ficou a mesma coisa. Eu frequento o grupo da Boca do Monte, eu não faço ginástica lá, mas eu saio nos passeios de lá, este ano passou e a gente foi na praia também, em quatro ou cinco anos a gente foi seguido na praia, e fomos em Piratuba, Iraí (cidades de águas termais)”. (CR)

“A minha relação em casa não se modificou. Eu frequento de vez em quando o centro espírita”. (AR)

“Não mudou nada, e eu não frequento outro grupo”. (ER)

“A minha relação é a mesma, e não frequento outros grupos”. (DR)

“Minha relação se manteve a mesma. Não mudou nada. Eu não frequento outro grupo”. (IGP)

“Como sou somente eu na minha casa, não se alterou. Não frequento outro grupo de terceira idade, somente o grupo espírita, mas é diferente. Quanto mais lê mais aprende, mais tem que aprender, é muito extenso o espiritismo, e mais compreende”. (JGP)

Mas tiveram algumas das entrevistadas que relataram terem notado modificações, nos seus relacionamentos familiares, a partir da participação no grupo de terceira idade:

“Olha eu sou meia braba, eu tenho um problema comigo, eu não aceito erro na minha frente, de vez em quando brigo com a minha filha. Se modificou, pois eu era uma coisa, agora a gente de vez em quando a gente discute, mas deus me livre, quero bem os meus filhos, podendo ajudar eles. Só frequento as Grisalhas”. (KGP)

“Eu e o meu marido nos aturamos mais. Não frequento outros grupos”. (GGP)

“Os meus filhos dizem que eu fiquei mais alegre e feliz. No momento eu só participo do grupo Reviver”. (BR)

E outra que relatou, que não aconteceram modificações nos seus relacionamentos familiares, a partir da participação no grupo de terceira idade, exceto com o marido que questiona a sua participação no grupo:

“Tirando que o meu marido critica a minha participação no grupo, está tudo igual. Eu me reúno com um grupo de amigas, uma vez por mês e participo do projeto da dança na UFSM”. (HGP)

Algumas das entrevistadas relataram uma melhora no relacionamento com os seus familiares, e outras de que os relacionamentos familiares não se modificaram. Quanto a participação em outros grupos, algumas das entrevistadas relataram que participam de grupos da pastoral, do projeto da dança da UFSM, de grupo religioso ou não participam de nenhum outro grupo, a não ser o grupo de terceira idade da pesquisa.

Questão 11 - O que os seus familiares acham sobre sua participação no grupo de terceira idade?

Nas suas narrativas as entrevistadas relataram também a importância do apoio familiar para o enfrentamento das mudanças decorrentes do processo de envelhecimento, a partir da participação no grupo de terceira idade. A família é um grande incentivo, como se observa nas narrativas dos nossos sujeitos:

“Minha família adora, minhas irmãs todas adoram, elas também vão, e a minha filha inclusive, quando eu digo que não vou, ela me incentiva a ir”. (KGP)

“Os meus filhos gostam que eu participe, porque eles dizem que o grupo da terceira idade é saúde para nós, e que não precisa tomar tantos remédios”. (GGP)

“Todo mundo gosta muito, e agora estou chateada porque não posso fazer, se deus quiser esta semana retorno”. (IGP)

“Para ser franca, eu quase não tenho mais família, pela parte da mãe morreram todos, e não tem ninguém da parte do pai, também morreram todos, e tem os primos que moram para fora e a gente não procura eles e nem eles a gente. A minha família mesmo é a minha cunhada que mora aqui nos fundos e as minhas filhas que moram longe e que gostam que eu participe do grupo, e que devo participar”. (JGP)

“Eles adoram, meu deus do céu, perguntam se vou na ginástica, e quando eu tinha o meu pai doente aqui em casa, a minha nora ou algum dos guri (netos) que tinham aula só de tarde, ficavam cuidando do meu pai, para eu poder ir na ginástica, se eles não me ajudassem eu não ia, eles me incentivam né, a Janete mesmo dizia, vó a senhora tem que ir porque se não daqui um tempo nós temos dois velhos para cuidar”. (FR)

“Acham bom, porque é bom para saúde e de tudo um pouco. O meu marido é um que fala, não vai na ginástica hoje”. (CR)

“Eles me dão a maior força, eles dizem que eu tenho que continuar e para não deixar de ir no grupo. E se tem que ficar em casa, no dia da ginástica, para cuidar de uma criança, de um neto, e que os filhos têm que trabalhar, um dos filhos me ajuda ficando com a criança até eu voltar da ginástica”. (AR)

“Eles gostam muito que eu participe, inclusive eu tenho lutando para levar elas para a terceira idade, as minhas irmãs, nós somos todas dessa faixa de idade, tem uma irmã que faz horas que tento levar, mas ela ficando adiando. Pra mim é mais um a

renovação da vida, participar desses grupos ainda mais quando tem essas festas, e as vezes a gente chega lá e vem um abraçar e eu nem lembro quem é, mas ela lembra de mim, mas é claro que tem gente que a gente lembra”. (ER)

“Adoram que eu vá, acham muito bom, dizem que tenho que ir sempre, para fazer ginástica, participar e conviver com as pessoas”. (BR)

Uma das entrevistadas também relatou que além da família incentivar a sua participação no grupo de terceira idade, os mesmos notaram melhoras na sua forma de encarar a vida:

“Eles dizem para continuar a frequentar, porque é muito bom pra mim, que estou sempre alegre, contente com a vida e que é para ir para a minha ginástica se divertir. Todos da família me apoiam, exceto o meu marido, ele sempre foi contra a minha ginástica, nunca gostou, não proíbe, mas ele não é a favor. Ouço críticas e penso em não ir mais”. (HGP)

Mas teve uma das entrevistadas que relatou que a família nunca se manifestou quanto a sua participação no grupo de terceira idade:

“Eles nunca se manifestaram quanto a isto. Sabem que eu vou e que não abro mão, a não ser quando eu não estiver aí, eu não deixo de ir ali, eles sabem que aquele grupo ali é muito importante para mim. E quando a minha filha ainda trabalhava e precisava que eu ficasse com a bebê dela, eu posava lá, com a condição que de manhã eu tinha que ir no meu grupo, então eles sabem que é muito importante. Então assim, eles nunca opinaram”. (DR)

Agradecemos a oportunidade que os grupos de terceira idade e as idosas participantes nos deram para a realização do nosso trabalho e prometemos apresentar a todas os dados obtidos.

5 CONCLUSÃO

Os objetivos da presente pesquisa foram alcançados, pois os grupos de terceira idade e seus participantes foram descritos e foram encontrados os significados da participação das idosas, em grupos de Terceira Idade.

Da análise dos grupos de terceira idade, inferimos aspectos importantes que merecem ser destacados. Os grupos de terceira idade se reúnem entre duas a três vezes por semana, utilizam espaços físicos, para as suas práticas, que são cedidos por instituição religiosa e pública, objetivo principal das reuniões é o da realização de exercícios físicos, a composição dos grupos é quase exclusivamente composta por mulheres - e possuindo alguns homens em um dos grupos e os grupos realizam: chás de confraternização, bailes, passeios e jantares.

Da análise dos dados sociodemográficos e da rede de apoio social das entrevistadas, inferimos aspectos importantes que merecem ser destacados. As entrevistadas residem próximas a sede aos grupos de terceira idade que frequentam, possuem baixo grau de escolaridade, renda média de dois salários mínimos, residem principalmente sozinhas ou com os seus maridos, a maioria relata a sua saúde como boa ou ótima, apresentam várias doenças crônicas, mas essas doenças não lhes causam dificuldades nas práticas de exercícios físicos. Quanto a rede social das entrevistadas, a maior parte delas apresentaram uma maior quantidade de relações sociais de proximidade afetiva com os integrantes do grupo de terceira idade que participam.

A percepção do envelhecimento ao longo da vida, bem como o período anterior a sua entrada no grupo de terceira idade, mostram mudanças, antes de imagem negativa da velhice (solidão, isolamento, viuvez, problemas de saúde e diminuição de autonomia e independência). E passam a ter uma imagem positiva da velhice (saúde, afastamento da solidão, aumento das relações sociais, saída do ambiente domiciliar, prazer e amizade), quando associada a participação em grupo de terceira idade, a partir da perspectiva da sociabilidade. Vinculadas a prática de exercícios físicos, passeios, confraternizações, bailes, aquisição de novos conhecimentos, entre outros. Os resultados mostraram que a independência funcional promove a inserção das pessoas idosas na comunidade, participando, formal e informalmente, da vida social, em atividades de lazer, sociais, culturais, permitindo continuarem a exercer sua autonomia, a gozar de respeito e manter seus relacionamentos.

Assim, buscamos compreender a sociabilidade como categoria sociológica, utilizando como base os estudos de Simmel, para compará-lo à realidade encontrada no

campo pesquisado. Descobrimos no campo pesquisado, que a entrada do idoso no grupo de terceira idade, se caracteriza por elementos funcionais, tais como, melhora da saúde e autonomia e independência. Mas quando, narra os motivos da sua permanência no grupo de terceira idade, os elementos se modificam, a permanência se caracteriza principalmente por elementos sociais e psicológicos, tais como, afastamento da solidão, aumento das relações sociais, saída do ambiente domiciliar, prazer e amizade.

Outro fato que chamou a atenção na pesquisa, foi o de que a construção das relações de sociabilidade entre os idosos, a partir dos grupos de terceira idade, na maioria das vezes, não ganha espaço no âmbito privado das relações sociais. Mas, os dados permitem inferir que casos de amizades, constituídas nesse mesmo espaço, e que se mantêm fora dele, remontando à forma pura de sociabilidade, conceituada por Simmel.

As formas de sociabilidade dos participantes da pesquisa não são apenas fruto unicamente das suas velhices, mas também da forma como eles lidaram com seus relacionamentos sociais no decorrer de suas vidas. Inferimos daí que, assim como a velhice é socialmente construída e individualmente vivenciada, a sociabilidade também é.

Os resultados indicam que, mesmo na velhice, onde as relações sociais são cada vez mais frágeis, a participação do idoso, a partir da sociabilidade promovida em grupos de terceira idade, pode qualificar e potencializar a experiências sociais vividas.

Por fim, recomenda-se a elaboração tanto de estudos quanto de propostas revestidos de novos olhares acerca de outras práticas de sociabilidade direcionadas a idosos, estimadas pelos idosos e capazes, inclusive, dentre outros benefícios, de retardar perdas funcionais, e qualificar as relações sociais. Afinal, muitas dessas práticas, como a dança, os jogos, as brincadeiras, são situadas em posição de esquecimento por parte de estudos e instituições em função das recorrentes práticas abordadas e incentivadas: ginástica e passeios.

Enfim, cabe a todos aqueles que se destinam à interface do estudo do envelhecimento, seja na teoria e/ou na prática, recordar-se que o idoso, anteriormente à idade adquirida, é um ser humano como outro qualquer, com seus anseios, desejos, vontades de experimentar novas possibilidades. Dessa forma, é um indivíduo que merece ser ouvido, pelos mais diversos profissionais; ser incentivado e desafiado, condições que ampliam o significado da existência; ser atendido, por possuir direitos, como o direito a sociabilidade, necessária a qualquer pessoa.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ACOSTA, M. A. **Acampavida 10 anos 1998-2008**: “nossos velhos, nosso orgulho”. / Marco Aurélio Acosta. Santa Maria: Pallotti, 2009.

APPOLINÁRIO, F. **Dicionário de metodologia científica**: um guia para a produção do conhecimento científico. São Paulo: Atlas, 2004. 300p.

ARAÚJO, M.; CEOLIM, M. F. **Avaliação do grau de independência de idosos residentes em instituições de longa permanência**. Revista da Escola de Enfermagem – USP, São Paulo, v. 41, n. 3, p. 378-385, set. 2007.

BAECHLER, J. **Grupos e sociabilidades**. In: BOUDON, Raymond. Tratado de sociologia. Rio de Janeiro: Zahar, 1996.

BARROS, M. M. L. **Trajatória dos estudos de velhice no Brasil**. Sociologia (Lisboa), v. 52, p. 109-132, 2006.

_____. **Testemunho de Vida**: um estudo antropológico de mulheres na velhice. In M. M. L. Barros (Org.). Velhice ou Terceira Idade? Estudos Antropológicos sobre identidade, memória e política. (4a ed.). Rio de Janeiro: FGV, 2007.

BEAUVOIR, S. **A Velhice**. (2a ed.). Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1990.

BRUSCHINI, C. **Trabalho doméstico**: Inatividade econômica ou trabalho não renumerado? R. brás. Est. Pop. São Paulo v. 23, n. 2 p. 331-353, jul./dez. 2006.

CACHIONI, M.; NERI, A. L. **Motivos e vantagens associados ao exercício da docência em universidades da terceira idade**. Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento, 13(1): 27-54. 2008.

DAL RIO, M. C. **Perspectiva social do envelhecimento** / Maria Cristina Dal Rio, Danilo Santos de Miranda; [coordenação geral Áurea Eleotério Soares Barroso]. - São Paulo: Secretaria Estadual de Assistência e Desenvolvimento Social: Fundação Padre Anchieta, 2009.

DARWICH, L. M. **Trocando experiências**: o papel do grupo na sociabilidade do idoso com diabetes. Memorialidades, nº 9 e 10, jan-dez 2008, p. 133-161.

DEBERT, G.G. **As representações sociais (estereótipos) do papel do idoso na sociedade atual**. Em Ministério da Previdência e Assistência Social (Org.), Anais do I Seminário Internacional. Envelhecimento populacional: uma agenda para final de século. Brasília, DF, 1996.

_____. **A dissolução da vida adulta e a juventude como valor**. Horizontes Antropológicos, Porto Alegre, ano 16, n. 34, p. 49-70, jul./dez. 2010

ERBOLATO, R. **Relações Sociais na Velhice**. Em E. V. Freitas, et al. (Eds.), Tratado de Geriatria e Gerontologia (pp. 957-964). Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2002.

FERNANDES, F.; LUFT, C. P.; GUIMARÃES, F. M. **Dicionário Brasileiro Globo**. 53. ed. São Paulo: Globo, 2000.

FERRIGNO, J. C. **Trabalho social com idosos**: apresentação da experiência pioneiro do SESC na área do lazer e da cultura. Cadernos de Terapia Ocupacional da UFSCar, São Carlos, SP, v. 14, n. 1, p. 23-31, 2006.

FREIRE, S.A. **Envelhecimento bem-sucedido e bem-estar psicológico**. Em A .L. Neri y S. A. Freire (Ed.), E por falar em boa velhice (pp. 21-31). Campinas: Papirus, 2000.

GÁSPARI, J. C.; SCHWARTZ, G. M. **O idoso e a ressignificação emocional do lazer**. Psicologia: Teoria e Pesquisa, Brasília, v. 21, n. 1, p. 69-76, 2005.

GOLDFARB, L. C. **Corpo, tempo e envelhecimento**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1998.

GOMES, R. Análise e interpretação de dados de pesquisa qualitativa. In: DESLANDE, S. F; MINAYO, M. C. S. **Pesquisa Social: teoria, método e criatividade**. Petrópolis - RJ: Vozes, 2007.

GUIMARÃES, R. M.; CUNHA, U.G.V. **Sinais e sintomas em geriatria**. 2ª ed. São Paulo (SP): Atheneu, 2004.

HEIN, M. A.; ARAGAKI, S. S. **Saúde e envelhecimento**: um estudo das dissertações de mestrado brasileiras (2000-2009). *Revista Ciência e Saúde Coletiva*, 17(8), 2141-2150, 2012.

[IBGE: Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística](http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/censo2010). Disponível em:<<http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/censo2010>>. Acesso em: 13 maio 2014.

IWANOWICZ, J. B. **O lazer do idoso e o desenvolvimento prossocial**. In: Temas sobre lazer. Campinas, SP: Autores Associados, 2000. (Coleção Educação Física e Esportes).

KRZEMIEN, D. **Consideraciones Generales sobre el Concepto de Salute em la Vejez**. Disponível em:<<http://www.psiconet.com>>. Acesso em: 20 mar. 2016.

LAVILLE, C.; DIONNE, J. **A construção do saber**: manual de metodologia da pesquisa em ciências humanas. Porto Alegre: Artmed, 1999. 340 p.

LITVOC, J.; BRITO, F. C. **Envelhecimento**: prevenção e promoção da saúde. São Paulo: Atheneu, 2004.

MERCADANTE, E. F. **Velhice**: uma questão complexa. In B. Corte, E. F. Mercadante & I. A. Arcuri (Orgs.). Velhice, Envelhecimento e complex(idade). (pp. 23-34). São Paulo: Vetor, 2005.

MINAYO, M. C. S. (org.); SANCHES, O. **Quantitativo-Qualitativo**: oposição ou complementariedade? In: Caderno de Saúde Pública da Escola Nacional de Saúde Pública da Fiocruz. Rio de Janeiro: Fiocruz, jul/set, 1993.

MIRANDA, L. C.; BANHATO, E. F. C. **Qualidade de vida na terceira idade:** a influência da participação em grupos. *Psicologia em Pesquisa* | UFJF | 2(01) | 69-80 | janeiro-junho de 2008.

MOTTA, A. B. **Sociabilidades possíveis:** idosos e tempo geracional. In: Peixoto, C. E. *Família e envelhecimento*. Rio de Janeiro: FGV, 2004;

NERI, A. L. Paradigmas contemporâneos sobre o Desenvolvimento Humano em Psicologia e em Sociologia./ **Desenvolvimento e Envelhecimento:** Perspectivas biológicas, psicológicas e sociológicas. 4ª ed. Anita Liberalesso Neri (org.). Campinas – SP. Editora Papirus, 2008.

NETTO, P. N. **O estudo da velhice no século XX:** histórico, definição do campo e termos básicos. In: FREITAS, E.V. (et al). *Tratado de Geriatria e Gerontologia*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2001.

NOGUEIRA, E. J. **Rede de relações sociais: um estudo transversal com homens e mulheres pertencentes a três grupos etários.** Tese (Doutorado em Educação). Campinas, SP: Faculdade de Educação: UNICAMP, 2001.

NUNES, A.; CUBA, C. M. G. B. **Projeto Idosos Colaboradores.** 1. revisão. Rio de Janeiro: UNATI/UERJ, 2001.

OMS - WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Relatório mundial de envelhecimento e saúde,** 2015. Disponível em: <<http://sbgg.org.br/wp-content/uploads/2015/10/OMS-ENVELHECIMENTO-2015-port.pdf>>. Acesso em: 22 nov. 2017.

PEIXOTO, C. **De Volta às Aulas ou De como ser Estudante aos 60 anos.** In: VERAS, Renato (org.). *Terceira Idade: Desafios para o Terceiro Milênio*. Rio de Janeiro: Relume Dumará/UnATI – UERJ, p. 41-47, 1997.

_____. **Família e envelhecimento.** Rio de Janeiro: Editora FGV, 2004.

PIRES, Z. R. S.; SILVA, M. J. **Autonomia e capacidade decisória dos idosos de baixa renda:** uma problemática a ser considerada na saúde do idoso. *Revista Eletrônica de Enfermagem*, Goiânia, ano 3, v. 3, n. 2, p. 1, jul./dez. 2001. Disponível em: <http://www.fen.ufg.br/revista/revista3_2/autonomia.html>. Acesso em: 27 jun. 2017.

PORTELLA, M. R. **Grupos de terceira idade:** a construção da utopia do envelhecer saudável. Passo Fundo: UPF Editora, 2004.

RABELO, D. F.; NERI, A. L. **Recursos psicológicos e ajustamento pessoal frente à incapacidade funcional na velhice.** *Psicologia em Estudo*, 10, 403-412, 2005.

RIZZOLLI, D.; SURDI, A. C. **Percepção dos idosos sobre grupos de terceira idade.** *Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.* [online]. 2010, vol.13, n.2, pp.225-233.

SARTORI, A. C. R.; ZILBERMAN, M. L. **Revisando o conceito de ninho vazio.** *Rev. Psiqu. Clín.* 36 (3): 112-21, 2009. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S01016083200900-0300005>. Acesso em: 05 jun. 2017.

SALGADO, M. A. **Velhice, uma nova questão social**. São Paulo: Edição SESC, 1980.

_____. **Os Grupos e a ação pedagógica do trabalho social com idosos**. A Terceira Idade: Estudos sobre Envelhecimento. 18(39):67-78, 2007.

SCHMITZ, E. D.; SCORTEGAGNA, H. M.; PORTELLA, M. R. **Repercussões dos Grupos de Terceira Idade na vida dos idosos: a fala dos**. Mais 60 Estudos sobre Envelhecimento, v. 26, p. 38-51, 2015.

SIMMEL, G. **Sociabilidade**: um exemplo de sociologia pura ou formal. In: Moraes Filho, E. Sociologia. São Paulo: Ática, 1983.

SIMMEL, G. **Questões fundamentais da sociologia**: indivíduo e sociedade. Rio de Janeiro: Zahar, 2006.

SINGER, D. **La Cultura, los ideales y el Grupo**. Disponível em: <<http://www.psiconet.com>>. Acesso em: 10 abr. 2016.

TAVARES, M.B. et al. **Características de comportamento do filho único vs filho primogênito e não primogênito**. Revista Brasileira de Psiquiatria, n. 1, v. 26, p. 17 – 23, 2004. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-44462004000100007>. Acesso em: 05 abr.2017.

ZAGO, N. **A entrevista e seu processo de construção**: reflexões com base na experiência prática de pesquisa. In: ZAGO, Nadir; CARVALHO, Marília Pinto de; VILELA, Rita Amélia Teixeira (Org.). Itinerários de pesquisa: perspectivas qualitativas em sociologia da educação. Rio de Janeiro: Lamparina, 2003. p. 287-309.

ZIMERMAN, D. E. **Como trabalhamos com grupos** / David E. Zimerman, Luiz Carlos Osorio { et. al } – Porto Alegre : Artes Médicas, 1997.

ZIMERMAN, D. E. **Fundamentos básicos dos grupoterapias**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed Editora, 2000.

WEBBER, C.; DELVIN, D. **Empty-nest syndrome**. Set. 2010. Disponível em: <<http://www.netdoctor.co.uk/womenshealth/featores/ens.html>>. Acesso em: 10 jun. 2016.
WHO, 2015

APÊNDICES

APÊNDICE A

CARACTERIZAÇÃO DOS GRUPOS DE TERCEIRA IDADE

Nome do grupo: _____

Local:

Histórico:

Descrição do espaço físico:

Diretoria:

Descrição das atividades realizadas pelo grupo:

APÊNDICE B

ROTEIRO DE ENTREVISTA SEMI-ESTRUTURADA

1. Me fale sobre o envelhecer, na sua opinião o que ocorre nesse processo, o que acontece quando as pessoas envelhecem?

2. Como era a sua vida antes de participar do grupo de terceira idade?

3. Por que você veio participar deste grupo? Alguém indicou?

4. Por que você continua participando deste grupo?

5. Me fale sobre o que ocorreu com a senhora a partir do momento que passou a frequentar o grupo de terceira idade, pois para algumas pessoas o fato de participar de um grupo de terceira idade provoca mudanças, e com a senhora como foi? Mudou alguma coisa com a senhora, na vida pessoal? No seu modo de vida? Seus relacionamentos? Vamos conversar sobre isso?

6. Como é o seu relacionamento com os colegas do grupo de Terceira Idade?

7. Convidaria outros idosos a participar do grupo de terceira idade? Porque?

8. Quais atividades culturais que o grupo oferece, ou que a senhora participa, que lhe causa agrado?

9. Você se relaciona com os idosos do grupo, em outros momentos de lazer? Quando? Onde?

10. O que os seus familiares acham sobre a sua participação no grupo de terceira idade?

11. Como é a sua relação em casa após a sua inserção no grupo? Você frequenta outros grupos?

ANEXOS

ANEXO A

**TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO**

Título do estudo: Sociabilidade de idosos participantes de grupos de terceira idade, no município de Santa Maria.

Pesquisador Responsável: Marco Aurélio de Figueiredo Acosta.

Instituição/Departamento: UFSM / Centro de Educação Física e Desportos.

Telefone e endereço postal completo: (55) 981282806 / Universidade Federal de Santa Maria, Centro de Educação Física e Desportos, Av. Roraima, 1000 - Prédio 51 – Camobi, Campus Universitário - Km 9, CEP: 97105-900 - Santa Maria - RS.

Eu, Tiago de Vargas Lima autor da pesquisa: Sociabilidade de idosos participantes de grupos de terceira idade, no município de Santa Maria, sob orientação do Prof. Marco Aurélio de Figueiredo Acosta, o convido para participar como voluntário nesse estudo.

Esta pesquisa pretende analisar as relações de sociabilidade entre os idosos, a partir da participação em grupo de terceira idade. Acreditamos que esta pesquisa seja importante porque reconhecemos que as relações sociais em grupo, especialmente em grupos de terceira idade através da sociabilidade, podem oferecer apoio entre os participantes dos mesmos, que são importantes elementos no processo de adaptação dos idosos, em seus envelhecimentos.

A realização desta pesquisa se dará em quatro etapas, na primeira etapa será realizada uma descrição e análise dos grupos de terceira idade, utilizando-se de instrumento para caracterizar particularidades de cada um dos grupos. Na segunda etapa será realizada uma entrevista, utilizando-se de questionário de dados pessoais e diagrama da rede social da vida adulta com duração de aproximadamente 30 minutos, de forma presencial pelo pesquisador a domicílio, se assim a partes concordarem. Na terceira etapa serão realizadas entrevistas semi-

estruturadas gravadas (através de gravador) utilizando-se de roteiro de entrevista, com duração de aproximadamente 60 minutos, de forma presencial pelo pesquisador a domicílio, sobre questões do envelhecimento, sociabilidade e relações em grupo. Na quarta etapa, será realizada uma observação participante com os idosos integrantes da amostra, buscando-se examinar e descrever, dentro de um contexto, utilizando-se de um roteiro de observação os principais elementos que norteiam as relações de sociabilidade.

Os riscos deste estudo são considerados mínimos, mas o (a) senhor o (a) poderá sentir-se constrangido (a) ao ser entrevistado (a), gravado (a) ou acompanhado (a), assim como sentir emoções desagradáveis, ao recordar de fatos anteriormente vivenciados. Se isso acontecer, serão imediatamente acolhidos (as) pelo pesquisador/autor. Caso haja prolongamentos dessas sensações, o pesquisador/autor compromete-se a buscar e a garantir acompanhamento psicológico nas instituições dos participantes.

Como benefícios, acredita-se que, o estudo irá trazer o reconhecimento da importância da sociabilidade nos grupos de Terceira Idade para os idosos, através da identificação das características dos seus participantes, bem como, os significados da participação dos idosos em grupo e como acontecem as relações de sociabilidade entre os idosos, já que ao envelhecermos há uma acentuada perda de relações sociais.

Durante todo o período da pesquisa, o (a) senhor (a) terá a possibilidade de tirar qualquer dúvida ou pedir qualquer outro esclarecimento, assim como, poderá desistir de participar do estudo em qualquer fase.

Você tem garantida a possibilidade de não aceitar participar ou de retirar sua permissão a qualquer momento, sem nenhum tipo de prejuízo pela sua decisão.

Em caso de algum problema relacionado com a pesquisa, você terá direito à assistência gratuita que será prestada pelos profissionais das instituições envolvidas.

As informações e gravações dessa pesquisa serão confidenciais e poderão divulgadas, apenas, em eventos ou publicações, sem a identificação dos voluntários, a não ser entre os responsáveis pelo estudo, sendo assegurado o sigilo sobre sua participação.

Os gastos necessários para a sua participação na pesquisa serão assumidos pelos pesquisadores. Fica, também, garantida indenização em casos de danos comprovadamente decorrentes da participação na pesquisa.

Eu, _____, após a leitura ou a escuta da leitura deste documento que será laborado em duas vias (sendo que uma ficará com o participante e a outra com os pesquisadores), e ter tido a oportunidade de conversar com o pesquisador responsável, para esclarecer todas as minhas dúvidas, estou suficientemente informado, ficando claro para que minha participação é voluntária e que posso retirar este consentimento a qualquer momento sem penalidades ou perda de qualquer benefício. Estou ciente também dos objetivos da pesquisa, dos procedimentos aos quais serei submetido, dos possíveis danos ou riscos deles provenientes e da garantia de confidencialidade, bem como de esclarecimentos sempre que desejar. Diante do exposto e de espontânea vontade, expresso minha concordância em participar deste estudo e assino este termo em duas vias, uma das quais foi-me entregue.

Assinatura do voluntário

Assinatura do responsável pela obtenção do TCLE

ANEXO B

TERMO DE CONFIDENCIALIDADE

Título do projeto: Sociabilidade de idosos participantes de grupos de terceira idade, no município de Santa Maria.

Pesquisador responsável: Marco Aurélio de Figueiredo Acosta

Instituição/Departamento: UFSM / Centro de Educação Física e Desportos.

Telefone para contato: (55) 9956-9492

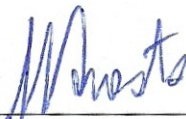
Local da coleta de dados:

Os responsáveis pelo presente projeto se comprometem a preservar a confidencialidade dos dados dos participantes envolvidos no trabalho, que serão coletados por meio de entrevista com os responsáveis dos grupos de Terceira Idade, para descrição e análise dos mesmos, e com os participantes dos grupos de Terceira Idade, os dados serão coletados por meio de questionário de informações pessoais dos sujeitos e diagrama da rede social da vida adulta, entrevista semi-estruturada (roteiro de entrevista) e observação participante (roteiro de observação), nos grupos de terceira idade Grisalhas da Primavera e Reviver, entre os meses de Dezembro de 2016 à Março de 2017.

Informam, ainda, que estas informações serão utilizadas, única e exclusivamente, no decorrer da execução do presente projeto e que as mesmas somente serão divulgadas de forma anônima, bem como serão mantidas no seguinte local: Universidade Federal de Santa Maria, Centro de Educação Física e Desportos, Av. Roraima, 1000 - Prédio 51 – Camobi, Campus Universitário - Km 9, CEP: 97105-900 - Santa Maria - RS. E serão armazenadas por um período de cinco anos, sob a responsabilidade de Marco Aurélio de Figueiredo Acosta e após este período os dados serão destruídos.

Este projeto de pesquisa foi revisado e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da UFSM em 14/12/2016, com o número de registro Caae: 62647316.5.0000.5346

Santa Maria, 30 de Novembro de 2016



Assinatura do pesquisador responsável

Prof. MARCO AURELIO ACOSTA
DMTD/CEFD/FSM

ANEXO C

AUTORIZAÇÃO INSTITUCIONAL

Eu Maria Helena Noro Schlosser, abaixo assinado, responsável pelo grupo de Terceira Idade **Grisalhas da Primavera**, autorizo a realização do estudo Sociabilidade de idosos participantes de grupos de terceira idade, no município de **Santa Maria - RS**, a ser conduzido pelos pesquisadores Marco Aurélio de Figueiredo Acosta e Tiago de Vargas Lima.

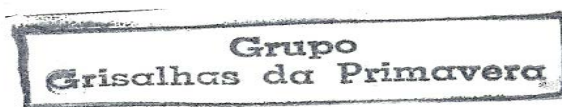
Fui informado, pelo responsável do estudo, sobre as características e objetivos da pesquisa, bem como das atividades que serão realizadas na instituição a qual represento.

Esta instituição está ciente de suas responsabilidades como instituição co-participante do presente projeto de pesquisa e de seu compromisso no resguardo da segurança e bem-estar dos sujeitos de pesquisa nela recrutados, dispondo de infra-estrutura necessária para a garantia de tal segurança e bem-estar.

Data: 21/11/2016

Maria Helena Noro Schlosser.

Assinatura e carimbo do responsável institucional



ANEXO D


AUTORIZAÇÃO INSTITUCIONAL

Eu Maria de Lurdez Oliveira da Rosa, abaixo assinado, responsável pelo grupo de Terceira Idade **Reviver**, autorizo a realização do estudo Sociabilidade de idosos participantes de grupos de terceira idade, no município de **Santa Maria - RS**, a ser conduzido pelos pesquisadores Marco Aurélio de Figueiredo Acosta e Tiago de Vargas Lima.

Fui informado, pelo responsável do estudo, sobre as características e objetivos da pesquisa, bem como das atividades que serão realizadas na instituição a qual represento.

Esta instituição está ciente de suas responsabilidades como instituição co-participante do presente projeto de pesquisa e de seu compromisso no resguardo da segurança e bem-estar dos sujeitos de pesquisa nela recrutados, dispondo de infra-estrutura necessária para a garantia de tal segurança e bem-estar.

Data: 19/11/2016



Assinatura e carimbo do responsável institucional

GRUPO REVIVER

ANEXO E

QUESTIONÁRIO DE DADOS PESSOAIS – LAGER – UDESC

FICHA DIAGNÓSTICA

Entrevistador(a): Data:

a) Dados de identificação:

Nome completo:
 Sexo: () feminino () masculino
 Data de nascimento: Idade:
 Turma (s):
 Endereço:
 Telefone:
 Em caso de emergência ligar para quem?
 Nome e parentesco: Telefone:
 Ano de início no programa:

b) Características Sócio-demográficas

1. Estado Civil:

- () Solteiro (a)
 () Casado (a)/juntado (a)
 () Separado (a)/divorciado (a)
 () Viúvo (a)
 () Outros

2. Escolaridade:

- () Analfabeto/sem escolaridade
 () Fundamental Incompleto/1 a 7 anos
 () Fundamental completo/ 8 anos
 () Médio Incompleto/9 a 10 anos
 () Médio completo/ 11 anos
 () Ensino superior completo
 () Pós-graduação completa (especialização, mestrado e doutorado)

3. Com quem você mora?

- () Sozinho (a)
 () Cônjuge
 () Filhos (as)
 () Netos (as)
 () Outro(s). Qual(is)?

4. Religião:

- () Católico (a)
 () Evangélico (a)
 () Espírita
 () Sem religião
 () Ateu
 () Outros:

5. Ocupação atual:

- () Aposentado (a)
 () Pensionista
 () Aposentado (a) e Pensionista
 () Aposentado (a) ativo
 () Pensionista ativo
 () Aposentado (a) e Pensionista ativo
 () Remunerado ativo
 () Não remunerado ativo

6. Qual é a renda média mensal do senhor(a) e das pessoas que vivem em sua residência (renda mensal familiar em salários mínimos)?

- () < 1 (menor que 880,00)
 () 1— 2 (880,00 a 1.759,00)
 () 2— 3 (1.760,00 a 2.639,00)
 () 3— 4 (2.640,00 a 3.519,00)
 () 4— 6 (3.520,00 a 5.279,00)
 () + de 6 (+ de 5.279,00)

c) Condições de saúde

7. Como está o seu estado de saúde atual?

() Ótimo () Bom () Regular () Ruim () Muito ruim

8. O seu estado de saúde atual dificulta a prática de atividade física/exercício físico?

() Sim () Não

Caso Afirmativo: De que modo dificulta?

- () Cansaço
 () Falta de ar
 () Tontura
 () Dor. Onde?
 () Outro. Qual(is)?

9. Você tem alguma doença () sim () não

Caso afirmativo: marque com um X as doenças e anote o tempo de diagnóstico em anos.

| Doenças | Tempo diagnóstico (anos) | Doenças | Tempo diagnóstico (anos) |
|---|--------------------------|---|--------------------------|
| () Doença cardíaca | | () Alzheimer | |
| () Hipertensão (pressão alta) | | () Depressão | |
| () Sequela Acidente Vascular (derrame) | | () Diabetes | |
| () Artrite | | () Dislipidemia (triglicéridos, colesterol alto) | |
| () Artrite Reumatóide | | () Doenças dos olhos | |
| () Dores Lombares | | () Dificuldades Auditivas | |
| () Osteoporose | | () Incontinência Urinária (perda de urina) | |
| () Osteopenia | | () Neoplasias (tumores) | |
| () Asma | | () Fibromialgia | |
| () Bronquite Crônica | | () Gastrite | |
| () Enfisema | | () Outros: | |
| () Prisão de ventre | | | |

10. Você toma medicamentos () sim () não
Qual (s)?

11. Você fuma? () sim () não - Há quanto tempo? anos.

11. a) Você já fumou? () sim - Por quanto tempo? anos.
() não

11. b) Há quanto tempo parou de fumar? anos.

d) Prática de atividade física

12. Você pratica alguma atividade física ou exercício físico regularmente, além do programa que participa?
() Sim () Não

| Qual (s)? | Quantas vezes por semana? | Quanto tempo/duração? | A quanto tempo? | Local? |
|-----------|---------------------------|-----------------------|-----------------|--------|
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |

13. Durante as férias do programa, você praticou alguma atividade física ou exercício físico?
() Sim () Não

| Qual (s)? | Quantas vezes por semana? | Quanto tempo/duração? | Local? |
|-----------|---------------------------|-----------------------|--------|
| 1- | | | |
| 2- | | | |
| 3- | | | |
| 4- | | | |

e) Motivos de adesão à prática de atividade física

13. Quais os motivos que o levaram A INGRESSAR no programa de atividade física ou exercício físico?
.....

14. Quais os motivos que o levam A PERMANECER no programa de atividade física ou exercício físico?
.....

f) Quedas

15. Você teve alguma queda (tombo) no último ano?

() Não

() Sim. Preenche o campo abaixo, conforme a quantidade de quedas:

| Quantidade | Onde (local) | Conseqüências da queda (tombo) |
|------------|-----------------------|--------------------------------|
| () uma | 1- | 1- |
| () duas | 2- | 2- |
| () três | 3- | 3- |
| () quatro | 4- | 4- |
| () 5 ou + | 5 ou + (a mais grave) | +5 (a mais grave) |

ANEXO F

DIAGRAMA DA REDE SOCIAL NA VIDA ADULTA

Respondente N°

Grupo

