**A INTEGRAÇÃO SOCIAL DO IDOSO**

Eixo temático: Lazer e Envelhecimento

Classificação: Pesquisa Cientifica

**Resumo**

Esta pesquisa teve como objetivo realizar um diagnóstico do bem-estar social e emocional de idosos com mais de 50 anos de idade, residentes no município de Grajaú, região Centro-Sul do estado do Maranhão, que são acompanhados pelos serviços oriundos de políticas públicas municipais como o Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos - SCFV, desenvolvidos em dois Centro de Referência em Assistência Social – CRAS, do Núcleo de Apoio à Saúde da Família – NASF e das políticas públicas estaduais com o Programa de Formação Continuada Universidade Aberta Intergeracional – UNABI, desenvolvido pela Universidade Estadual do Maranhão – UEMA campus Grajaú. Como método de pesquisa foi utilizado a observação, registro das atividades e entrevistas com os idosos que participam dos programas supracitados, sendo um total 53 idosos de diferentes bairros do município. Abordaremos ainda sinteticamente a sobrevivência de idosos que são abandonados pelos familiares por diversos motivos, dentre os principais, o cuidado necessário com eles, sendo que os idosos residentes em Grajaú que estejam nessa situação são amparados pela Casa Lar e pela Casa dos Vicentinos, instituições mantidas respectivamente pelo poder público municipal e pela Igreja Católica. Como resultado podemos consentir que o lazer e a educação promovida a esses idosos são importantes fatores na melhoria da qualidade de vida, afastando – os do isolamento social, o qual apresentaremos na conclusão desta pesquisa.

**Palavras-chave:** Idoso. Políticas Púbicas. Lazer. Socialização.

**Introdução**

Segundo dados do site do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE, desde a década de 1950 a população brasileira com mais de 60 anos tem tido crescimento considerável, sendo em 2018 cerca de 21 milhões de idosos, o que representa mais de 10% da população brasileira. Mesmo com tamanha projeção da população idosa, ainda há alguns tabus a serem superados, pois essa numerosa população passa por diversas mudanças ao longo da vida, mudanças essas que incluem fatores biológicos, psicológicas e sociais, tendo por muitas vezes dificuldades de adaptação e inclusão na vida profissional, social e afetiva, levando – os a limitações e em casos mais severos, ao isolamento social do indivíduo.

Com tal situação se faz necessário repensar as políticas públicas de lazer voltadas para os idosos, pois como escreveu Barroso (1999, revista A Terceira Idade)

“mesmo na velhice é importante que as pessoas não percam o interesse pelas alegrias da vida. É igualmente essencial que prossigam desenvolvendo tarefas físicas e intelectuais e que a sociedade continue a se beneficiar com sua eficiência. Assim fazendo-se necessário despertar toda a população (governo, entidade dos setores privados, pessoas e grupos da comunidade) para assumir, progressivamente, as responsabilidades de participação na melhoria da qualidade de vida da terceira idade. ”

De acordo com artigo 230 da Constituição Federal (1988) “A família, a sociedade e o Estado têm o dever de amparar pessoas idosas, assegurando sua participação na comunidade, defendendo sua dignidade e bem-estar garantindo-lhe o direito à vida”. Artigo que também é reforçado na lei federal nº 10.741/2003, que determina no seu artigo 3º

“que a família, a comunidade e o poder público devem garantir aos idosos a efetivação do direito à vida, à saúde, à alimentação, à educação, à cultura, ao esporte, ao lazer, ao trabalho, à cidadania, à liberdade, à dignidade, ao respeito e à convivência familiar e comunitária”.

**Objetivos e/ou problema de pesquisa**

O município estudado como objeto desta pesquisa tem de acordo com o último censo do IBGE, 62.093 pessoas, sendo dessas 8.299 com mais de 50 anos de idade, cabe ressaltar que esses números hoje em dia são maiores, pois o último censo data-se de 2010. Outro importante dado que precisamos levar em consideração é a situação socioeconômica desses idosos e a infraestrutura local que não dispõe de um espaço exclusivo para o lazer desses idosos, ficando mais de 90% destes sem uma opção de lazer ou socialização, fato este que fundamenta esta pesquisa que tem como objetivo revelar a importância da participação do idoso nos programas de lazer disponíveis, além de sugestionar propostas viáveis capazes de despertar dos pelo lazer e pela socialização.

**Metodologia**

A metodologia utilizada nesta pesquisa foi composta de acompanhamento e observação junto aos idosos que participam da atividade de lazer, recreação e exercícios físicos, bem como visitas aos lares de acolhimento aos idosos abandonados pelos familiares. Todo o processo de pesquisa durou cerca de 4 meses e aconteceu entre os meses de fevereiro a junho de 2019. Foram acompanhadas e observadas as atividades de dança, datas comemorativas como carnaval, festas juninas, dia das mães, Páscoa, os cuidados com a saúde que são realizados pela equipe do NASF composta por enfermeiro, nutricionista, psicóloga, fisioterapeuta, assistente social e fonoaudióloga, além disso conversamos também foram ouvidos alguns idosos acolhidos na Casa Lar e na Casa dos Vicentinos.

**Apresentação sintética do referencial teórico utilizado para a análise dos dados**

De acordo com dados expostos no site do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE, no Brasil, a expectativa de vida está se aproximando dos 78,3 anos para mulheres e 71 para homens, devendo continuar a crescer nos próximos anos. (IBGE, 2012)

Desde a década de 90, a Organização Mundial de Saúde (OMS) passou a utilizar o termo “envelhecimento ativo” como uma forma de inserir nos cuidados com a saúde, outros fatores influenciadores no envelhecimento.

Alimentação adequada, a prática de exercícios físicos, a exposição moderada ao sol, a estimulação mental, o controle do estresse, o apoio psicológico, a atitude positiva perante a vida e o envelhecimento são alguns fatores que podem retardar ou minimizar os efeitos da passagem do tempo (ZIMERMAN, 2000a, p. 21).

Com base no levantamento bibliográfico acima citado é necessário se estudar a importância das práticas de lazer, interação e vivência em grupos destinados a eles, pois os fatores de um envelhecimento sadio estão associados não somente a cuidados com a saúde, mas também com as possibilidades de movimentar-se e manter ativo no desenvolvimento de suas potencialidades enquanto membro de uma sociedade que está em processo de transformação diariamente.

**Apresentação dos principais resultados**

Para se alcançar o resultado foram ouvidos 12 idosos que participam do Centro de Convivência e Fortalecimento de Vínculos, 05 idosos que são acompanhados pela equipe do NASF, 03 idosos do Programa UNABI e 02 idosos das casas de acolhimento.

Em unanimidade todos os idosos que participam das atividades desenvolvidas pelos primeiros três programas acima citados afirmaram que tomaram conhecimento das atividades recreativas por meio de visitas de assistentes sociais ou agentes comunitários de saúde, aderiram inicialmente por curiosidade ou pela necessidade de alguma atividade de lazer para ocupar parte do tempo no dia a dia, hoje para eles os momentos que eles estão nestas atividades recreativas servem como um momento de confraternização, conversas, diversão, descontração, aprendizado e motivação para continuar a lida diária.

Nas comemorações momescas uma das ouvintes, Dona Carmem, 67 anos, no bloquinho da melhor da idade nos relatou que “ali ela estava revivendo os carnavais da juventude, uma brincadeira sadia e que para eles é um momento muito especial”.

Dona Antônia Soares é uma participante do programa NASF, ela contou que participa do programa porque sempre teve muitas dificuldades em controlar os problemas de hipertensão e ali ela está tendo constante acompanhamento, pratica atividades físicas, aprende sobre os cuidados que deve com a alimentação e exposição ao sol, além de buscar permanecer – se ativamente para não ser acometida pelo mal do século: a depressão.

Sobre a afirmação de Dona Antônia, Pikunas (1979), salienta que “nesta fase, se deve manter interesses ocupacionais e aumentar as atividades recreativas, ocupando totalmente o tempo e tornando estes anos tardios da vida, satisfatórios e produtivos. ”

No programa UNABI me deparei com um público bem diferenciado, desde idosos que estão em busca do letramento e alfabetização até mesmo uma graduada em pedagogia, que se tornou a inspiração da turma, pois para eles “o conhecimento é acessível a todos, e a UNABI veio para reascender o desejo antigo: ler e escrever” assim nos contou Dona Maria Auxiliadora, que aos 72 anos de idade, pela primeira vez está estudando em uma escola regular. Ela acrescenta ainda que

“as condições financeiras nunca permitiram que ela, assim como a maioria dos colegas da turma pudessem ter acesso e dar continuidade aos estudos, pois desde criança teve que ajudar os pais na lavoura para manter a família, casou – se muita nova e a responsabilidade e prioridade passou a ser a criação dos filhos, hoje após estes formados, ela inicia sua carreira estudantil”.

A gestora da Universidade Estadual do Maranhão – Campus Grajaú, onde o projeto é desenvolvido nos relata que

“apesar da idade, não há desmotivação para essa turma, eles abraçaram o projeto, se interessam muito pelo aprendizado, hoje eles frequentam esse campus duas vezes por semana, contamos com um veículo cedido pela secretaria municipal de educação que realiza o transporte dos idosos de casa até o campus e depois os devolve. Quando por algum problema não há aula eles até acham ruim, acredito que isso seja a maior prova de que esse é um lugar agradável para eles. ”

Se por um lado temos uma porcentagem de idosos que são assistidos pelos programas de recreação e lazer, por outro lado temos a triste e dura realidade dos idosos que foram abandonados pelos familiares e que quando questionados não são capazes se quer de definir o que para eles é lazer. Na Casa Lar atualmente 08 idosos são assistidos pelos programas de assistência social disponíveis pela municipalidade, lá eles vivem, se alimentam, dormem, mas não encontram nenhuma motivação para se quer conhecer algum programa de lazer. Na Casa dos Vicentinos a situação é ainda pior, pois como nos contou o responsável pelo ambiente, o local é mantido pela igreja católica e doações de pessoas físicas e jurídicas. O lar necessita de doações que vão desde alimentos, materiais de limpeza, roupas, calçados, toalhas e cobertores, até mesmo de visitas a esse frágeis idosos que ali chegaram doentes e abandonados por aqueles que eles tanto cuidaram na juventude e dedicaram parte da vida adulta. Para eles, lazer já existiu, hoje em dia, restam apenas as lembranças dos bons momentos vividos com os familiares que sem explicações os deixaram ali.

**Conclusão/Considerações Finais**

Diante das observações, dados levantados e explanados acima, reforça-se o discurso de que muito ainda deve ser feito oferecermos lazer, recreação e socialização aos idosos brasileiros. Faz – se necessário salientar que mesmo com as legislações que vigoram em favor dessa faixa e dos muitos avanços nas políticas públicas dessa classe, na infraestrutura do país, a inclusão ainda é um sonho a ser alcançado e que conforme estudiosos da área preveem o aumento da população idosa no país,os governos em todas as suas esferas e poderes, juntamente com as entidades privadas, associações devem passar a preocupar-se ainda mais com as políticas de lazer voltadas para esta faixa etária, sugerir, criar e estimular programas de socialização, que venham a ajudar na realização recreativa e social dos idosos.

Salienta – se também que a conscientização deve ser reforçada levando informações sobre os benefícios das atividades de recreação, a importância dessas para os idosos, bem como o exercício pleno dos seus direitos que são assegurados pelas leis vigentes no país.

**Referências**

A terceira idade, Assembleia Nacional de Idosos, SESC São Paulo. Ano X, nº 17, 1999

BRASIL. Constituição da República Federativa do Brasil. 1988. 193p.

CENSO DEMOGRÁFICO 2010. Faixa etária da população: resultados do universo. Grajaú MA: IBGE, 2011. Disponível em: https://censo2010.ibge.gov.br/noticias-censo?busca=1&idnoticia=1866&t=primeiros-resultados-definitivos-censo-2010-populacao-brasil-190-755-799-pessoas&view=noticia. Acesso em: maio 2019.

HISTÓRICO DA POPULAÇÃO IDOSA NO BRASIL 1950. IBGE, 1951. Disponível em: https://biblioteca.ibge.gov.br/?view=detalhes&id=767. Acesso em: junho 2019

PIKUNAS, J. *Desenvolvimento humano:*uma ciência emergente. São Paulo, 1979.

ZIEMERMAN, G. I. Aspectos físicos, psicológicos e sociais do envelhecimento. In: Velhice: aspectos biopsicossociais. Porto Alegre: Artes Médicas Sul, 2000a.