



TCC/UNICAMP
F414p
2316 FEF/814

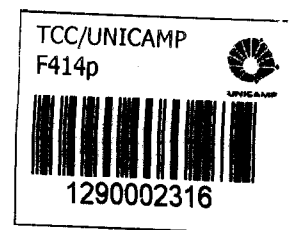
MARIA LEDA ALBINO FERREIRA

PROJETO IDOSO DE CAMPINAS

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS

FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA

1993



MARIA LEDA ALBINO FERREIRA

PROJETO IDOSO DE CAMPINAS

Monografia apresentada na Faculdade de Educação Física da Universidade Estadual de Campinas - UNICAMP, como requisito parcial para a obtenção do título de Especialista em Educação Física Adaptada, sob a orientação da Profª Ana Isabel de Figueiredo Ferreira.

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS

FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA

1993

AGRADECIMENTOS

- Agradeço à Profª Ana Isabel de Figueiredo Ferreira pela orientação desta monografia.
- À Profª Maria Lúcia Guedes Pinto Francischetti pelo incentivo.
- À Assistente Social Jacy Padilha Accordi.
- À Assistente Administrativa do C.V.I., Neuza Maria Mazetto.
- A todos os Professores e colegas do curso.

SUMÁRIO

RESUMO

INTRODUÇÃO 07

CAPÍTULO I

PROJETO PILOTO 07

EXPANSÃO DO PROJETO 10

CAPÍTULO II

QUESTIONÁRIO E ANÁLISE DAS RESPOSTAS 14

PERGUNTAS FECHADAS 15

PERGUNTAS ABERTAS 19

CAPÍTULO III

REESTRUTURAÇÃO DO PROJETO IDOSO 29

CONCLUSÕES 30

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS 33

ANEXOS 35

RESUMO

Esta monografia teve por objetivo traçar o perfil do idoso da cidade de Campinas e a partir daí desenvolveu atividades físicas contínuas e diversificadas que atingiram esse grupo em globalidade.

O presente estudo apresentou inicialmente uma síntese histórica da necessidade da sociedade oferecer uma programação de atividades dirigidas à 3ª idade.

Para compreensão da proposta em foco, foi necessário desenvolver o tema em 2 partes: a primeira relatou como se deu a implantação do projeto e a participação das entidades assessoras. A segunda apresentou expansão até o momento, do Projeto Idoso nas praças Esportivas da Municipalidade.

Trata-se de uma pesquisa qualitativa, que se utilizou de observação participante para a coleta de dados acompanhada de depoimentos e análise das fichas elaboradas para cada aluno do Projeto Idoso. Baseou-se retratar a realidade de forma completa, enfatizando a complexidade natural das situações evidenciando especialmente a interrelação dos seus componentes. Para completar os dados, foram analisadas as questões contidas nos questionários respondidos pelos alunos, durante o período de participação dos mesmos no referido projeto; após a descrição destas questões pode-se apontar o perfil do idoso da cidade de Campinas, bem como avaliar o seu desempenho no grupo.

Com os resultados, reavaliou-se o Projeto Idoso juntamente com todos os profissionais envolvidos, de onde surgiram novas propostas contemplando os aspectos sócio-culturais do idoso.

INTRODUÇÃO

As pessoas em geral não traçam planos para a velhice. Pensam em realizar projetos que são sempre adiados devido aos compromissos de trabalho, sociais, necessidade de estudar, principalmente lutar pela sobrevivência.

Com o passar dos anos, a velhice chega e o idoso percebe que não existe nenhuma política efetiva de atendimento para esta faixa etária. MICHEL HOTEL⁽¹⁾, diz que "em vez de política social o que existe é uma política de assistência "em favor" das pessoas idosas, do que uma política de benefícios "colocadas à disposição".

No Brasil as estatísticas mostram que a população com mais de 60 anos está próxima de 10 milhões de habitantes e em Campinas de acordo com os dados epidemiológicos já são 90 mil idosos numa população de 1 milhão de habitantes. Foi pensando nesta problemática que surgiu a idéia de se implantar um programa de atividades diversificadas para os idosos, orientada por profissionais habilitados, visando romper com este processo de marginalização existente.

ANTONIO JORDÃO NETO⁽²⁾ num estudo sobre a marginalidade social relata que "é altamente paradoxal que a sociedade de um lado cria e desenvolve meios capazes de prolongar a vida humana, de outro, tende a limitar, desestimular ou mesmo impedir a participação dos idosos nos processos sócio-econômicos e culturais de produção, decisão e integração dessa sociedade colocando-os numa situação típica de marginalidade social na proporção em que ergue

contra eles inúmeras barreiras sociais e desenvolve atitudes de preconceito e discriminação". MARCELO ANTONIO SALGADO⁽³⁾ em Velhice, uma Nova Questão Social, fala também sobre os estudos que indicaram que "as condições e o grau do fenômeno da marginalidade são estabelecidas, em grande parte, pelos condicionamentos sócio-culturais, na medida em que os mais idosos e, sobretudo os aposentados, deixam de ser importantes para o próprio grupo social a que pertencem".

Partindo do pressuposto de que um programa de atividades diversificadas para atender o idoso de uma forma globalizada propicia oportunidade de participação e integração, a Administração Popular de Campinas, decidiu implantar através do DEMEFER (Departamento Municipal Educação Física, Esportes e Recreação) o PROJETO IDOSO. O início da fase convencionalmente denominada "Velhice"⁽⁴⁾ é considerada a partir dos 60 anos, para os órgãos oficiais e sobretudo para as instituições de segurança social. Mas para o PROJETO IDOSO de Campinas houve um consenso entre as entidades assessoras, FEAC (Federação das Entidades Assistenciais de Campinas) SESC (Serviço Social do Comércio), LBA (Legião Brasileira de Assistência), AIC (Associação dos Idosos de Campinas), como também as várias Secretarias Municipais, que para participação do Projeto seria estipulada a idade de 50 anos.

Pela necessidade de ajudar no orçamento familiar e também o mito de o Brasil ser UM país jovem, faz com que o brasileiro comece a trabalhar muito cedo, aposentando-se em média aos 50 anos sendo a partir de então taxados como velhos.

A primeira fase do programa foi efetuar levantamentos das entidades públicas e privadas que já trabalhavam com idosos, objetivando evitar o paralelismo de ações e dispersão de recursos financeiros. Constatou-se que já existiam em bairros periféricos grupos de Associações dos idosos que se reuniam para algumas programações de lazer e principalmente de trabalhos manuais. Observou-se que nestes grupos estava faltando uma ponte de integração entre os idosos a fim de evitar o isolamento e o sedentarismo tão comum na terceira idade. Através de levantamentos, foram inicialmente incluídas atividades físicas com o propósito de ajudá-los na conscientização corporal e na descoberta da capacidade de seus movimentos, ainda tão desconhecidos e também não sendo comum a prática de atividades físicas, com o objetivo de prevenir, conservar e manter a saúde.

O livro, A mulher conhecendo sua saúde, de JOSÉ ARISTIDEMO PINOTTI⁽⁵⁾, diz: "a atividade física é ainda mais importante após a menopausa pois nesse período ocorre normalmente uma perda da massa óssea que se corrige pelo exercício". EDNA OTTO⁽⁶⁾ diz também: "que se quisermos saúde devemos desenvolver uma filosofia de vida voltada para as atividades físicas, elas devem fazer parte do nosso dia a dia porque o corpo em movimento é fator de saúde e alegria".

Neste sentido o Projeto visou desenvolver atividades físicas contínuas e diversificadas procurando atingir os idosos na sua globalidade, reeducando-os para formação de novos hábitos recreativos e proporcionando sua participação e integração com as demais faixas etárias. O Projeto foi implantado a partir de se-

tembro de 1989, entretanto até o presente houve dificuldade para se traçar o perfil do idoso que participa do mesmo. Diante deste fato se levanta 02 questões:

1ª - Qual é o perfil do idoso da cidade de Campinas que frequenta o Projeto Idoso?

2ª - As atividades diversificadas para o Projeto Idoso atingiram plenamente seus objetivos?

Assim sendo esta monografia pretende avaliar e divulgar os resultados que permeiam estas questões, e oferecer aos profissionais que atuam na área, dados relevantes sobre o perfil do idoso, para implantação de novos projetos e os resultados obtidos após a implantação do mesmo.

A avaliação contínua dos benefícios alcançados pelos participantes do mesmo, possibilitou a elaboração de uma pesquisa. Trata-se de uma pesquisa qualitativa⁽⁷⁾ que se utiliza da observação participante para a coleta de dados, acompanhada de depoimentos e análise das fichas elaboradas para cada idoso pertencente ao projeto, que busca retratar a realidade de forma mais completa, enfatizando a complexidade natural das situações estudadas e finalmente evidenciando a inter-relação dos seus componentes.

Serão analisadas as questões contidas nos questionários respondidos, durante o período de participação no referido projeto. Este questionário contém perguntas abertas e fechadas que permitem apontar o perfil do idoso de Campinas, que frequenta o Centro de Vivência dos Idosos e avaliar sua participação no grupo.

A escolha do tema sobre o idoso para elaboração da monografia exigida pelo curso, é decorrente do meu interesse pelo assunto.

A razão de ser este universo o meu objeto de estudo foi determinada pela minha atividade profissional desde a implantação do Projeto Idoso em 1989, pelo Departamento Municipal de Esportes.

Um dos objetivos foi traçar o perfil do idoso de Campinas e o interesse de estudos a respeito deste assunto a escassez destes dados, é que nos levou a elaborar com o auxílio da responsável pelo Departamento de Pós-Graduação de Psicologia da Unicamp, a Prof^ª Anita Liberalesso Neri, um questionário abrangendo os idosos frequentadores do Projeto, pois estes são representados pelas diversas camadas sociais oriundas dos mais diversos bairros do município.

Isto possibilitou elaborar uma amostragem num universo de 102 pessoas, através do preenchimento de questionário com perguntas abertas e fechadas, que foi aplicado após um período de frequência no referido Projeto, no qual os resultados obtidos serão apresentados neste estudo.

Portanto, esta monografia apresenta na introdução uma síntese histórica da necessidade de se criar um projeto para o idoso na comunidade, oferecendo programações diversificadas e dirigidas à 3^ª Idade.

O capítulo I é dividido em duas partes: a primeira relata como foi a implantação do Projeto Idoso, através do Projeto Piloto pela Prefeitura Municipal de Campinas e as entidades aces-

sores. A segunda apresenta a expansão do mesmo, nas Praças e Centros Esportivos da municipalidade, decorrente de sua multiplicador.

O capítulo II apresenta os resultados obtidos da análise das respostas do questionário.

O capítulo III apresenta o resultado da avaliação após 03 anos de execução do Projeto como também as novas propostas a serem implantadas em 93, fruto de avaliação periódica da equipe técnica.

As conclusões mostram que os objetivos propostos através das atividades físicas e diversificadas em muito contribuíram para a melhora da qualidade de vida dos participantes, ou seja, um idoso mais ativo, o resgate da sua cidadania, a integração na sociedade e principalmente motivando-o a fazer um projeto de vida.

CAPÍTULO I

PROJETO PILOTO

A Administração Popular de Campinas, quando assumiu o governo municipal em 1989, tinha como uma de suas metas, o programa de atendimento à população idosa. Foi sugerido que o Departamento Municipal de Esportes, estudasse a questão e apresentasse um Projeto nesta área.

O Diretor do DEMEFER (Departamento Municipal de Educação Física, Esportes e Recreação) em reunião com os professores de Educação Física, discutiu com os mesmos a necessidade de um estudo sobre a nova proposta de trabalho. Como nenhum professor tinha experiência nesta área, foi sugerido o nome da professora Maria Leda por ter a mesma, interesse no assunto e um mínimo de experiência como voluntária, dando aulas de ginástica adaptada a um grupo de idosos que frequentavam a programação desenvolvida na LBA (Legião Brasileira de Assistência).

Para a implantação do Projeto Piloto, foi sugerido pelo Departamento Municipal de Esportes uma área de lazer, no Parque Portugal, local nobre da cidade, mais comumente conhecido como Lagoa do Taquaral. O local cedido foi o antigo Ginásio de Bocha, que após pequenas modificações permitiram o funcionamento do Projeto Piloto. Para motivar os idosos iniciamos o Projeto com a promoção de um evento denominado: "I Manhã de Lazer para a 3ª Idade", realizada na Lagoa do Taquaral, onde promovemos jogos recreativos, apresentações dos grupos de dança da 3ª Idade do SESC,

com distribuição de folhetos informativos junto aos idosos presentes e colocação de cartazes em todas as linhas de ônibus do município, divulgando e convidando - os a participarem do início do Projeto Piloto - (PROJETO IDOSO); os folhetos continham todas as informações sobre as atividades, local, dias e horários.

ROBERT BAUM e EGELER⁽⁸⁾ apontam algumas qualidades que o professor de Educação Física deve ter quando se trabalha com a terceira idade. Enfatiza que "mais importante que sua habilitação profissional, são as qualidades humanas e pedagógicas que o professor deve trazer consigo, a maturidade e intuição, tato e paciência, alegria, jovialidade e humor. Finaliza comentando que a boa aula prática, atinge tanto a cabeça, quanto o coração e naturalmente o corpo todo".

Sabemos que a grande maioria da população idosa brasileira não tem como traço cultural o hábito de praticar exercícios físicos o que propicia a instalação de doenças degenerativas precocemente. Para esta nova realidade a ser trabalhada, houve a necessidade de se preparar pessoal capacitado, através de um treinamento específico direcionado em especial aos professores de Educação Física, lotados no DEHEFER, interessados em trabalhar com o idoso, posto que a formação destes profissionais é voltada para competições, envolvendo faixas etárias mais jovens.

O treinamento foi realizado nas dependências da FEAC (Federação das Entidades Assistenciais de Campinas) e teve como objetivo informações sobre as atividades inter-disciplinares através de abordagens sobre geriatria, desenvolvida pela equipe médica que trabalha no asilo Lar dos Velhinhos, sobre a coordenação

ção do Dr. EDISON ROSSI, que abordou o tema "A Saúde na 3ª Idade; sobre os Aspectos Sociais do Envelhecimento falou a Assistente Social da FEAC Jacy Padilha Accordi e sobre os Aspectos Psicológicos da 3ª Idade a Drª Ana Perwin Fraiman.

Durante o treinamento, vários segmentos foram acrescentados para melhor instrumentalização dos profissionais como: Estudo sobre o Corpo do Velho, apresentado pelo grupo de estudos da 3ª Idade (GETI) da FEF - UNICAMP; Atividades Físicas Adaptadas e Recreação pelo Professor de Educação Física do BESC, HERCONIDES MARTINS DE OLIVEIRA FILHO, realizando brincadeiras, jogos adaptados. Encerrando o curso foi apresentado o filme "Baladas de Nanyama", cuja história mostra os procedimentos da sociedade oriental para com seus idosos e em seguida debate sobre o assunto.

Após o treinamento, houve a implantação do Projeto, os primeiros alunos foram duas idosas (mãe e filha) enviadas pela médica do Posto de Saúde do Taquaral, e em curto espaço de tempo este número foi se ampliando com a divulgação dos próprios idosos na comunidade, nos postos de saúde de seus bairros e com a participação direta dos grupos já existentes da Associação dos Idosos de Campinas.

Os médicos que integram o Projeto Idoso não têm formação geriátrica e sim clínica geral. Para ajudar a amenizar o problema, a mesma Secretaria contratou uma Fisioterapeuta, que dirige suas atividades visando corrigir a postura, trabalho este já desenvolvido com idosos na PUCC por esta mesma profissional. Os profissionais da área social dos órgãos assessores do Projeto,

que participaram da programação, têm prática de trabalho com idosos em meio aberto e com idosos institucionalizados.

O Projeto conta também com uma professora primária graduada em Psicologia que desenvolve uma experiência inovadora de alfabetização para velhos. No CUI, são ainda desenvolvidas atividades diversificadas para estimular as pessoas através do lúdico visando a satisfação e estimulação da memória, tais como:

JOGOS - Segundo, PAULO NOGUEIRA⁽⁹⁾ "o jogo é criador e político, tem um grande valor como estimulante da imaginação, e que a idade nova requer homens de iniciativa, vivos e criteriosos, será necessário empregar tipos de atividades que desenvolvam estas qualidades que geralmente são desenvolvidas através dos órgãos".

CAMINHADAS⁽¹⁰⁾ do ponto de vista fisiológico, é um excelente exercício posto que oferece outras vantagens sobre as demais atividades, pois existe a possibilidade de se escolher com quem fazer, onde e quando.

PSICOMOTRICIDADE⁽¹¹⁾ - VITOR DA FONSECA diz "é o estudo do movimento humano", é o meio para conhecer o homem na sua totalidade indivisível e não pura descrição física e muscular explicada por atlas ou tratados de anatomia e de fisiologia analítica".

GINÁSTICA⁽¹²⁾ - "consiste no trabalho metódico dos órgãos sustento e movimento em seu conjunto, por meio de exercícios físicos apropriados, sistemáticos e ordenados". (CARLOS DIEM). De acordo com ERIC BATISTA/JEAN VIVES "a ginástica desenvolve harmoniosamente a flexibilidade e a força tão útil a qualquer ser hu-

mano, permite lutar contra a esclerose e o envelhecimento muscular, prolongando a juventude".

ALONGAMENTO⁽¹³⁾ - é o conjunto de técnicas de aprimoramento da flexibilidade que engloba a elasticidade muscular e a mobilidade das articulações.

RELAXAÇÃO⁽¹⁴⁾ - de acordo com o dicionário Aurélio "quer dizer ato ou efeito de relaxar - se; relaxamento, diminuição do tônus muscular" e foi definido por SUSAN SWIRE - "É impossível sentir ansiedade se o corpo estiver descontraído. Existem numerosas técnicas de relaxação mas o fator mais importante consiste em conseguir levá-la no meio das situações de tensão de vida cotidiana".

As atividades manuais, culturais e sociais também fortalecem o interesse dos idosos em frequentar o Projeto.

Todas estas experiências práticas, nos mostraram alguns benefícios adquiridos pelos idosos após trocarem a inatividade de seus dias anteriores por atividades diversificadas oferecidas pelo Projeto Idoso. Estes informes foram obtidos através da família dos idosos, em depoimentos, anotações em fichas médicas e pela observação. Os participantes adquiriram auto-confiança, sensação de auto-valorização, domínio do corpo no dia a dia, melhora da resistência orgânica, fortalecimento da musculatura, ampliação da mobilidade das articulações. O idoso deixou de frequentar consultório médico, tomar remédio, aprendeu a controlar a diabetes, a hipertensão e a arteriosclerose.

EXPANSÃO DO PROJETO

Depois da experiência com o Projeto Piloto, realizado na Lagoa do Taquaral através do Centro de Vivência dos Idosos, vimos que daria para iniciar a expansão do projeto em outras Praças de Esportes. O processo de expansão se deu nos locais mais próximos da moradia dos idosos, isto é, onde já haviam grupos formados.

- Praça de Esportes "Salvador Lombardi Netto" - Jardim Eulina
- Praça de Esportes - "Ferdinando Panatoni" - Vila Joaquim Inácio
- Centro Esportivo "Tancredo Neves" - Jardim Campos Elíseos
- Centro Esportivo dos Trabalhadores - Vila Padre Manoel da Nobrega
- Associação dos Moradores do Bairro - Vila Boa Vista
- Bosque dos Garantães - Jardim Nova Europa
- Salão Paroquial - Barão Geraldo
- Salão Paroquial - Santa Izabel

Além do trabalho desenvolvido nestas praças, atendemos também os idosos do Asilo Lar dos Velhinhos e do Hospital Psiquiátrico Cândido Ferreira, com atividades físicas e recreativas, realizadas no Centro de Vivência dos Idosos, porém com um horário

diferenciado porque as limitações do próprio asilamento requereram a princípio uma atenção especial.

As limitações de todos eles se deram nos eventos sociais.

CAPÍTULO II

QUESTIONÁRIO E ANÁLISE DAS RESPOSTAS

O questionário foi elaborado contendo 24 perguntas fechadas e 07 abertas, perfazendo um total de 31 perguntas. As perguntas fechadas e também a primeira e segunda perguntas abertas puderam ser analisadas estatisticamente.

O restante das perguntas abertas para se definir o perfil do idoso, foi feito por agrupamento de respostas, pois embora houvesse diversificação, por outro lado havia também semelhanças.

As dificuldades dos pesquisados fazerem a ligação entre passado/futuro; realidade/fantasia não nos permitiu traçar o perfil do idoso conforme havíamos planejado.

Por ser um primeiro trabalho de pesquisa com esta faixa etária e a equipe não ter formação específica nesta área, encontramos também dificuldades em analisar aspectos subjetivos das respostas.

Acreditamos que não pudemos ser mais explícitos, entretanto, foi o melhor que pudemos realizar.

As pessoas analfabetas tiveram mais dificuldades para responderem as perguntas abertas. Outro fator analisado foi também a faixa etária das pessoas acima de 70 anos, que por não ouvirem bem não conseguiam se expressar adequadamente, demonstrando confusão nas respostas.

Para desenvolvermos a pesquisa utilizamos o universo de amostragens de 102 pessoas que frequentam o Projeto.

Em seguida apresentaremos o resultado da pesquisa.

PERGUNTAS FECHADAS

IDADE	%
50 à 60 anos	39%
61 à 70 anos	43%
71 à 80 anos	20%
+ de 80 anos	04%

No quadro da faixa etária fica evidenciado que a população idosa realmente se situa na faixa acima dos 60 anos, o que confirma a Organização Mundial de Saúde quando a estabelece como o marco do envelhecimento.

SEXO	%
Masculino	22%
Feminino	80%

A pesquisa veio confirmar que a grande maioria da população idosa brasileira é constituída de mulheres, devido ao fato dos homens morrerem mais na 1ª infância, nas guerras, acidentes automobilísticos, doenças coronárias, etc.

ESTADO CIVIL	%
Viúvos	46%
Casados	40%
Solteiros	8%
Desquitados	4%

Este quadro vem confirmar que a viuvez é predominante entre os idosos frequentadores de Projetos destinados à 3ª idade.

RENDA MENSAL

1 a 3 Salários	39%
+ de 3 salários	51%
não tem renda	12%

Os dados obtidos demonstram que a concentração de rendas no país gera a pauperização da população, em especial das aposentadorias insuficientes para a massa de trabalhadores que já se desligaram do sistema produtivo, cuja consequência é a diminuição de status social e econômico.

LOCAL DE ORIGEM

Costa e Silva	28%
Distrito de Barão Geraldo	10%
Jardim Nã Srã Auxiliadora	12%
Taquaral	68%
Outros	47%

A origem dos idosos que frequentam o Projeto é proveniente de grupos já formados pela Associação dos Idosos, vindo dos bairros Costa e Silva, Barão Geraldo e Jardim Nã Srã Auxiliadora, devido à proximidade com a Lagoa do Taquaral, onde as atividades são desenvolvidas. Os demais grupos vêm dos bairros periféricos visto que a programação atende as suas expectativas e interesses.

COM QUEM VIVE

Conjuge	38%
Filhos	32%
Sozinhos	28%
Outros	04%

O resultado obtido nesta questão é interessante, pois, sendo a maioria viúvos, na questão com quem vivem, mostra um número superior ao da viuvez. Isto porque quando interrogados, não consideraram como casamento a situação atual, ou seja, morando com um outro companheiro.

SAÚDE

DOENÇAS + FREQUENTES	VISITA O MÉDICO	DEFICIÊNCIAS FÍSICAS
Hipertensão - 30%	Sim - 76%	Sim - 6%
Diabete - 8%	Não - 26%	Não - 96%
Coluna - 25%	-	-
Cardíacos - 25%	-	-
Outros - 14%	-	-

Com relação a este dado, pode-se notar que os idosos têm frequência acentuada aos consultórios médicos, o que evidencia a preocupação com a saúde. É surpreendente o número mínimo de deficientes físicos, num país onde o sistema de saúde é precário.

As doenças mais frequentes são decorrentes desta faixa etária, dando destaque para a hipertensão, cardíacos e problemas de coluna.

LAZER

Ginástica	49%
Dançar	45%
Artesanato	45%
Outros	14%

Os dados relativos ao Lazer, ultrapassaram o total da porcentagem, devido a maioria ter escolhido as três (3) opções. Embora os teóricos afirmem que a atividade física não é um traço cultural do idoso brasileiro, a pesquisa demonstrou o contrário, pois a porcentagem nos mostra o quanto este segmento dá importância às atividades físicas.

Pode-se considerar a inatividade, descrita anteriormente como sendo decorrente das dificuldades das adversidades da vida, pois a maioria é oriunda de zona rural onde não há lugar para a prática de atividades físicas e lazer.

PERGUNTAS ABERTAS

Antes de passarmos à análise das perguntas, queremos esclarecer que a forma de tabular os dados estatisticamente, somente foi possível nas duas (2) primeiras perguntas e mesmo assim com dificuldades, devido à fatores emocionais na hora das respostas.

As respostas subsequentes foram mais difíceis de serem agrupadas, pois o número de respostas diversificadas, abriu um leque de dados, levando-nos a analisar as mais significativas, para poder traçar o Perfil do Idoso.

1ª - O Senhor(a) gosta de sua vida atual?

Sim	80%
Não	12%
Mais ou Menos	6%

Com relação a 1ª pergunta, 80% dos entrevistados, afirmaram que a vida atual é melhor, pois têm mais liberdade, e autonomia de resolverem os próprios problemas. Com os 12% que responderam não, verificou-se, que eram pessoas dependentes dos conjuges, e cuja viuvez recente, remeteu-os à dependência dos filhos, parentes e outros, perdendo em alguns casos a moradia, fator de segurança, como veremos em outras respostas. Os 6% que responderam mais ou menos, não sabiam relacionar a vida passada com a atual. Algumas pessoas têm muito medo da vida atual, por causa da violência urbana, dos preconceitos e das dificuldades em assimilarem as rápidas mudanças sociais.

2ª - O Senhor(a) gostava de sua vida passada?

Sim	61%
Não	31%
Mais ou Menos	10%

Na pergunta número 2 os 61% que responderam sim, o fizeram por motivos de: segurança econômica, companheirismo com o cônjuge e filhos, respeito pelos mais velhos; eram pessoas ativas que viviam no mundo da produção, tinham planos de vida, eram au-

tônomos e o mais importante, eram pessoas que dirigiam e davam sentido à própria vida. Os 31% que responderam não, foram unânimes, especialmente as mulheres, em afirmar que a repressão familiar enquanto solteiras, e depois de casadas e na viuvez, pelos filhos e noras foi o dado mais significativo. Os homens afirmaram como fator negativo o trabalho iniciado precocemente na zona rural, a falta de oportunidades para exercer um trabalho gratificante na luta pela sobrevivência.

Os 10% que responderam mais ou menos, não sabiam se era melhor agora ou antigamente ficando muito na dúvida. Nesta pergunta houve dificuldades para se relacionar passado e presente e estabelecer a co-relação entre eles.

38 - Que relações o Senhor(a) acha que sua vida atual tem com sua vida passada?

Era melhor	15%
Prefere hoje	23%
Nenhuma	21%
Igual	16%
Não soube responder	27%

Os 27% não souberam responder, dando bem uma noção de como os idosos não conseguem fazer relação passado e presente. Isto foi comprovado, quando responderam que não há diferença entre os períodos, e 16% afirmaram ser igual, o passado e o presente.

4ª - Cite 3 coisas positivas da 3ª Idade.

Saúde	30
Lazer	41
Liberdade	11
Viver Bem	10
Experiência	13
Carinho/Amor/Amizade	29
Tranquilidade/Sossego	11
Não Tem Nada de Bom	05
Autonomia	04
Religião	07
Netos e Filhos	07
Respeito	04
Falta dos Dentes	01
Não Soube Responder	04

Na pergunta número 4 a maioria das respostas foram relacionadas às coisas mais positivas da 3ª Idade, tais como: lazer, saúde, experiência, liberdade, etc...

Se fizermos uma co-relação entre as respostas anteriores, veremos que o lazer para os velhos é mais importante pois têm uma história de vida baseada apenas no trabalho. Na fase produtiva não há lugar para o lazer, pois este é visto como sinônimo de "vagabundagem", não como forma libertadora de tensão e prazer, para reposição de energia e o despertar da criatividade.

Para o desfrute do prazer, fica evidenciado pelas respostas, a necessidade de se ter saúde, que infelizmente é tão precária no País.

Em seguida ao lazer, 29 pessoas citaram o carinho, amor e amizade como um fator positivo na velhice, constatando com afirmação de estudiosos, que a solidão e rejeição na velhice são fatores preponderantes.

Numa visão simplista, querem tranquilidade e sossego, dentro de uma sociedade violenta, preconceituosa, em que haja lugar para pessoas não produtivas, como as crianças, deficientes e outros dependentes.

Os velhos também entraram na categoria de não produtivos, quando dependentes e desengajados da produção.

Um dado surpreendente é a questão do fator religioso como um dos últimos fatores na escolha de prioridades; o que chamou atenção em quase todas as respostas, foi a afirmativa do não respeito à velhice.

A experiência também foi um fator bastante positivo para esta faixa etária. O pessimismo se fez presente, quando responderam não haver nada de bom na velhice. Na co-relação de outras perguntas fantasiaram o mito de "juventude eterna". E finalmente os netos, filhos e a autonomia, entraram também como fatores positivos da velhice.

5ª - Cite 3 coisas negativas da 3ª Idade

Doença	45
Solidão	38
Falsidade/Impertinência/Fofoca/Desprezo	21
Falta de Dinheiro	08
Preconceito Contra a Velhice	13
Limitações Físicas	07
Perda da Autonomia/Independência	07
Morte	06
Violência	04
Falta Ânimo para Viver	04
Morar com os Outros	04
Dificuldade de Locomoção	04
Falta de Respeito	04
Nada Negativo	03
Falta de Oportunidade	03
Insegurança	03

Insonia	02
Perda dos Dentes	02
Não Soube Responder	07

A questão da saúde no país, como sendo precária, levou as pessoas durante o processo de envelhecimento, a uma maior preocupação com as doenças, em especial as degenerativas.

Das entrevistadas 45 pessoas apontam como fator negativo as doenças.

Confirmando os estudos, 38 responderam que a solidão é um fator preponderante no envelhecimento. Um dado surpreendente foi o número reduzido de pessoas que afirmaram como fator negativo, a falta de dinheiro, pois a maioria está aposentada ou é pensionista, geralmente sendo beneficiados com a renda mensal vitalícia. Sabemos que esta renda é irrisória e insuficiente, daí a surpresa da resposta.

Tínhamos expectativa que a falta de dinheiro, fosse fator relevante. Entretanto, dados mais significativos apareceram como doenças, solidão, falsidade, impertinência, fofoca, desprezo e preconceito. Nas demais respostas, de menor relevância, apareceram: limitações físicas (07), perda de autonomia/Independência (07), morte (06), violência (04), falta ânimo para viver (04), morar com os outros (04), dificuldade de locomoção (04), falta de respeito (04), nada negativo (03), falta de oportunidade (03), insegurança (03), insonia (02), perda dos dentes (02), não souberam responder (07).

42 - Se você fosse Deus o que faria pelos idosos?

Faria tudo de bom	28
Saúde	23
Melhora de vida	12
Juventude Eterna	06
Proteção/União/Amor	04
Ânimo de viver	04
Moradia	04
Mais Respeito	04
Alimentação	04
Paz	03
Morrer sem sentir dor	03
Mais Divertimento	02
Não soube responder	04

As respostas obtidas nesta questão, evidenciaram o "pensamento mágico" (que é a pessoa não ser o agente de seus próprios atos, delegando poderes às divindades, autoridades ou pessoas de relevância, na resolução de suas aspirações) das pessoas que não tiveram a oportunidade de frequentar escolas ficando à margem da realidade em que vivem.

Isto é confirmado por 28 respostas que "fariam tudo de bom para os velhos". A saúde aparece novamente como fator relevante com 23 respostas. A seguir "melhora de vida" aparece como terceira opção, ficando subentendido como complemento da resposta número 01.

Ainda confirmando o pensamento mágico, temos 06 respostas, relacionadas ao mito da juventude eterna. Como dado de não consciência de realidade, temos ainda: ânimo de viver, mais respeito, proteção/união/amor, na mesma escala de valores que são básicos na vida como a alimentação e moradia.

As outras respostas complementaram o pensamento mágico como: morrer sem sentir dor, mais divertimento e paz. Esta questão 04 pessoas não conseguiram responder.

7ª - Se você fosse o Presidente da República o que faria pelos idosos?

Mais apoio e melhor aposentadoria	50
Auxiliava o mais possível	23
Melhora no atendimento dos órgãos da Saúde	12
Moradia	09
Cuidar dos velhos abandonados	08
Mais lazer	06
Alimentação	06
Mais Respeito	04
Combate a violência	04
Integração	03
Bênção	03
Mais emprego	02

Novamente nesta questão, os dados foram relevantes em alguns aspectos fundamentais da realidade. Embora nos itens anteriores a questão da aposentadoria ter aparecido como um fator menor na escala de valores, nesta questão ela é fundamental pois obteve 50 respostas.

A seguir, confirmando o pensamento mágico, temos respostas indefinidas (auxiliava o mais possível "deduzindo que os fatores externos é que poderiam melhorar suas vidas". A saúde também aparece como fator relevante. A expressão com moradia e cuidar dos velhos abandonados demonstra a preocupação da realidade brasileira, que não tem uma política social de atendimento à velhice.

O fator econômico está subentendido em todas as respostas como alimentação, saúde, moradia, abandono, respeito, violência, emprego e o lazer. O misticismo se faz também presente nas respostas integração e benção.

Tendo em vista as respostas obtidas no questionário sobre o perfil do idoso que frequenta o Centro de Vivência dos Idosos de Campinas, podemos concluir que: os idosos situam - se numa faixa acima dos 60 anos com predominância do sexo feminino com 80% de sua totalidade.

O estado civil, confirmando os teóricos situam - se na categoria de viuvez. A renda mensal é mais que três salários mínimos. Um dado importante não levantado no questionário, foi a questão de escolaridade, pois a maioria não a tem completa, pois são oriundos da zona rural.

Ressaltamos que a pesquisa foi feita apenas com os idosos que frequentam o Projeto Idoso, pessoas que em sua maioria não tiveram acesso à educação, não sabendo portanto fazer a "leitura" da realidade. A saúde aparece como uma preocupação do idoso que frequenta o Projeto e isso se deve às condições sócio-econômicas, com reflexos do sistema previdenciário e da saúde pública.

A proposta do Projeto foi a de atender os idosos de Campinas, pertencentes às várias camadas sociais, verificandose que apenas a classe média baixa e carente é que predominou. Isso nos levou a considerar que as diferenças de classes sociais são fatores que influenciaram na convivência entre as classes e também na existência do preconceito.

Quando à pesquisa de perguntas abertas em que ficou evidenciado o "pensamento mágico", presumiu-se que tenha sido em decorrência da falta de acesso das pessoas aos bens e serviços da sociedade.

O fator cultural que possibilitou o discernimento entre realidade e fantasia também ficou evidenciado no tipo das respostas obtidas. O misticismo também apareceu como consequência levando as pessoas idosas a não serem os agentes de suas próprias mudanças, deixando que os fatores externos o determinassem, tornando-se assim pessoas influenciáveis e passíveis de manipulação.

CAPÍTULO III

REESTRUTURAÇÃO DO PROJETO IDOSO

O segundo questionamento do nosso trabalho, era até onde as atividades diversificadas atingiam os objetivos propostos, como:

- Facilitar a integração do idoso com os demais grupos;
- Inserção do idoso na comunidade;
- Resgate da cidadania;
- Desenvolvimento de atividades diversificadas, visando estimular a participação a fim de evitar a instalação de possíveis doenças degenerativas.

Após 03 anos de implantação e execução do Projeto houve a possibilidade de avaliá-lo e reestruturá-lo em decorrência dos bloqueios, dificuldades e distorções surgidas. A equipe multidisciplinar e as entidades assessoras reformularam o Projeto para melhor adequá-lo às novas propostas.

Na avaliação do trabalho, constatou-se que:

- Havia número excessivo de participantes nas atividades físicas. Isto porque o CVI como centro desentoador das ações, ficou sendo o polo de atração das atividades físicas, sociais, lazer e jogos diversos.
- As atividades sociais em conjunto com atividades físicas, sobrecarregaram o professor de educação física. Isto aconteceu em função das características diferenciadas do CVI dos demais grupos periféricos,

pois nestes as atividades estão centradas nas comemorações diversas, viagens e produção de trabalhos manuais.

- Falta de recursos para atender o idoso com menos de 65 anos para as atividades em geral. No início, optou-se por trabalhar com o idoso carente de recursos financeiros, pois as dificuldades de locomoção dos bairros de origem para o CVI acabava onerando os poucos recursos das pessoas, sendo que o passe idoso atende aos idosos apenas à partir de 65 anos.
- Competição negativa entre os grupos anulando lideranças.
- O mínimo excessivo de participantes no CVI, a falta de programas de determinados elementos para monitorar grupos, o ciúme e questões menores, levaram os grupos a se dividirem anulando o processo de liderança que começava a despontar.
- Falta de profissionais nas áreas de Educação Física e Serviço Social para execução direta no Projeto.

Um dos pontos negativos do projeto, foi a dificuldade para se encontrar professores de Educação Física para trabalhar com idosos, devido a falta de experiência nesse segmento, como também dificuldades burocráticas da Prefeitura Municipal de Campinas, que só pode contratar funcionários através de concurso público. Outra dificuldade foi a não contratação de assistentes sociais para execução direta junto aos grupo.

Diante do resultado da avaliação, o grupo técnico e o grupo assessor reformulou o Projeto procurando superar as dificuldades através de:

- Divisão de turmas para aulas de ginástica no máximo de 40 alunos, para um melhor atendimento.
- As atividades físicas e esportivas, separadas das atividades sociais objetivando não sobrecarregar os profissionais.
- Reuniões periódicas com as diversas Secretarias Municipais e órgãos assessores para agilizar as atividades de suporte ao Projeto.
- Avaliação contínua e periódica a fim de evitar as distorções que possam comprometer o Projeto.
- Estudar junto a Prefeitura Municipal a possibilidade de novas contratações de professores de Educação Física, para a expansão do Projeto nas diversas Praças de Esportes do Município.
- Realizar encontros, congressos, seminários, palestras, objetivando informar e esclarecer a população sobre o processo de envelhecimento e principalmente a convivência grupal.
- Capacitar e reciclar os profissionais que atuam no Projeto, para um melhor desempenho de suas funções.
- Reuniões mensais dos técnicos e assessores do Projeto para acompanhar o desenvolvimento das atividades.

Estas reformulações foram implantadas a partir do mês de fevereiro de 1993, onde deverão melhor atender os lucos, par-

ticipantes do Projeto, objetivando fazê-los os próprios agentes da sua integração e ação.

CONCLUSÕES

Podemos concluir que o Projeto Idoso desenvolvido na cidade de Campinas, atingiu os objetivos propostos através das atividades diversificadas que contribuíram para a melhoria da qualidade de vida dos participantes.

Os depoimentos de familiares, dos profissionais da área de saúde dos técnicos envolvidos no Projeto e principalmente o do próprio aluno, nos permitiu esta afirmação, pois a medida que o idoso participou, resgatou a cidadania fez projeto de vida, se integrando na sociedade que lhe é excludente.

As atividades físicas em muito contribuíram para as transformações obtidas, inclusive fortificando e multiplicando os grupos de idosos existentes na cidade.

Finalmente, sugerimos que este relato da experiência realizada pela Prefeitura Municipal de Campinas, em parceria com as demais entidades que se uniram objetivando o bem estar do idoso, sirva de estímulo para os demais municípios e para os profissionais que se preocupam com a população idosa.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BOB, A. Alonga-se. (Tradução de Maria Silvia Mourão Neto). Summus, São Paulo, 1983.
- BATISTA, E. e VIVER, J. Exercício de ginástica (flexibilidade e força). Manole, 1984.
- BAUN, R. E EGELER, R. Ginástica, jogos e esportes para idosos. Educação Física - Série Prática, v. 9, CIP - Brasil - Catalogação na fonte do Sindicato Nacional dos Editores de Livros, Rio de Janeiro.
- DIEN, C. Atividade física para deficientes. SEED/MED, p. 75, 1981.
- de FARIA, C. C. J. Velhice é preconceito. Prefácio. Ed. Serviço de Geriatria da Santa Casa de Misericórdia - SP.
- FONSECA, V. Psicomotricidade (contribuição para o estudo da gênese da psicomotricidade). Editorial Notícias, Lisboa, outubro, 1989.
- HOLANDA, BUARQUE de. A. Novo Dicionário da Língua Portuguesa. Nova Fronteira S.A., p. 1211.
- HOTE, J. M. Brasil uma política para a velhice já. 1ª edição Brasil, Ed. Brascous Gráfica Ltda, pag. 199, 1988.
- JORDÃO NETO, A. Porque estudar gerontologia social. V Semana do Idoso, Outubro, Campinas, São Paulo, 1989.
- LUDKE, M. e ANDRÉ, M. E. D. A. Pesquisa em educação - Abordagens qualitativas. EPU, São Paulo, 1986.
- NOGUEIRA, P. Jogos - Educação Física feminina integral. CIA Brasil Ed., p. 07.

- OTTO, E. Exercício físico para a 3ª idade. Monole, p. 88, 1987.
- PINDOTTI, J. A. Mulher conhecendo a sua saúde. p. 88, 1992.
- SALGADO, M. A. Velhice, uma nova questão social. SEEC, Administração Regional no Estado de São Paulo, 1990.
- WIRE, S. Exercício sem esforço. Edição 70, pág. 20-21, 1986.

ANEXOS

QUESTIONÁRIO PARA LEVANTAMENTO DO PERFIL DO IDOSO DE CAMPINAS -
SÃO PAULO

01. Nome: _____

02. Endereço: _____

03. Idade: _____

04. Estado Civil: ☐ casado☐ viúvo☐ solteiro☐ separado/desquitado/divorciado05. Com quem vive: ☐ conjuge☐ filhos☐ sobrinhos☐ amigos☐ outros: _____

06. Quantas pessoas há em casa, além de si próprio?

☐ adulto☐ crianças

07. Tem rendimentos próprios?

☐ sim☐ não

08. Total mensal: Cr\$ _____

09. Contribui para a manutenção da família?

☐ sim☐ não

10. Como soube deste evento (reunião, festa, etc)?

☐ jornais☐ rádio☐ TV

☐ amigos

☐ parentes

11. Como veio até aqui?

☐ ônibus

☐ automóvel

☐ a pé

☐ outro: _____

12. Veio...

☐ sozinho

☐ acompanhado. Por que: _____

13. Quantas horas pretende passar aqui? _____ horas

14. Quanto à alimentação:

☐ trouxe lanche de casa

☐ vai comer em bar aqui perto

☐ vai comer em casa do amigo ou parentes aqui perto

☐ vai voltar para casa para comer

15. Por que veio?

☐ para ver como é

☐ para encontrar pessoas

☐ para espantar a solidão

☐ para se divertir

16. O que gostaria de encontrar?

☐ oportunidades para conversar

☐ crianças e jovens

☐ outros idosos

☐ recreação

☐ esportes

☐ música/dança

☐ outros _____

17. O que mais gosta de fazer para se divertir?

☐ praticar esportes _____ (tipo)

☐ ouvir música _____ (tipo)

☐ tocar instrumentos musicais _____

☐ dançar _____ (tipo)

☐ cultivar passatempos _____ (tipo)

☐ outra _____

18. Pratica regularmente alguma atividade física?

☐ Sim

☐ Não

19. Qual? _____

20. Há quanto tempo? _____

21. Há quanto tempo não pratica nenhuma atividade física? _____

22. Por que?

☐ falta de tempo

☐ falta de oportunidade

☐ falta de dinheiro

☐ não gosta

☐ não tem quem leve

☐ não tem companhia

☐ outra _____

23. Como vai sua saúde?

- Vai ao médico ou ao posto com regularidade?

☐ Sim

☐ Não

- Toma algum remédio regularmente?

☐ Sim

☐ Não

- Qual? _____ Para que? _____

- Tem alguma doença?

☐ Sim

☐ Não

- Qual?

☐ diabetes

☐ pressão alta

☐ coração

☐ coluna

☐ ataque

☐ outras _____

- Já teve derrames?

☐ Sim

☐ Não

- Se trata para não ter outro?

☐ Sim

☐ Não

24. (PARA O APLICADOR, OBSERVE E ASSINALE)

- Tem alguma deficiência física? Qual? _____

Aparência

☐ saudável

☐ doentia

☐ forte

☐ fraco

☐ ativo

☐ passivo

☐ cuidada

☐ descuidada

☐ firme

☐ trêmulo

Campinas, ____/____/____

Entrevistador: _____

QUESTIONÁRIO PARA LEVANTAMENTO DO PERFIL DO IDOSO DE CAMPINAS -
SÃO PAULO

01. O senhor(a) gosta de sua vida atual?

02. O senhor (a) gostava de sua vida passada?

03. Que relações o senhor(a) acha que sua vida atual tem com sua vida passada?

04. Cite 03 coisas positivas da 3ª Idade:

-----, -----, -----

05. Cite 03 coisas negativas da 3ª Idade:

-----, -----, -----

06. Se você fosse Deus o que faria pelos idosos?

07. Se você fosse o Presidente da República o que faria pelos idosos?
