

José Dantas Lima Pereira  
Marcelino de Sousa Lopes  
Tânia M. Moreira Rodrigues  
(Coordenadores)

ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL, GERONTOLOGIA  
EDUCAÇÃO INTERGERACIONAL

Estratégias e métodos de intervenção para um envelhecimento ativo

José Dantas Lima Pereira  
Marcelino de Sousa Lopes  
Tânia M. Moreira Rodrigues

(Coordenadores)

ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL, GERONTOLOGIA  
EDUCAÇÃO INTERGERACIONAL

Estratégias e métodos de intervenção para um envelhecimento ativo



INTERVENÇÃO



Neste sentido, a criatividade, a escuta activa e princípios bioéticos claros e consolidados, seriam as três qualidades principais.

#### Bibliografia

- Abays Analistas, S.L. (2008) *La participación social de las personas mayores*. Madrid, Imserso.
- CARBONELL, M.C., Medina, M.E., 2006. *Las personas mayores y el voluntariado. Acciones e investigaciones sociales*, ISSN 1132-192X, Nº Extra 1, 2006, pp. 434-469.
- CID, X., Peres, A., eds. (2007) *Educação Social, Animação Sociocultural e Desenvolvimento Comunitário*. Vigo, Universidade de Vigo/UTAD.
- EDE Fundazioa (2013) *La participación social de las personas mayores en la CAPV. Sistema de indicadores*. [http://www.fundacione.de.org] (Último acceso: 15 febrero 2015).
- GIRÓ, J., coord. (2006) *Envejecimiento activo. Envejecimiento en positivo*. Logroño, Universidad de La Rioja, Servicio de Publicaciones.
- GRACIA, E., Herrero, J. (2007) *La participación en la sociedad de la información. Brecha digital y calidad de vida de las personas mayores*. Proyecto 127/Imserso. Madrid, Imserso.
- GRACIA, E., Herrero, J., 2006. *La comunidad como fuente de apoyo social: evaluación e implicaciones en los ámbitos individual y comunitario*. Revista Latinoamericana de Psicología, 38, pp.327-342.
- Innobasque (2012) *Euskadien vejece. Inno basque en el ámbito del envejecimiento activo y saludable. Enfoque, actuaciones y agentes*. Bilbao: Innobasque.
- PEREIRA, J.D., Lopes, M., coord. (2009) *Animação Sociocultural na Terceira Idade*. Chaves, Intervenção.
- PEREIRA, J.D., Lopes, M., Rodrigues, T., coord. (2013) *Animação Sociocultural, Gerontologia e Geriatria. A Intervenção Social, Cultural e Educativa na Terceira Idade*. Chaves, Intervenção.
- RAMIRO, D., coord. (2012) *Una vejez activa en España. Informe del Grupo de Población del CSIC*. Madrid, Editores Médicos, S.A.
- RODRÍGUEZ, G., Rodríguez, P., Castejón, P., Morán, E. (2013) *Las personas mayores que vienen. Autonomía, Solidaridad y Participación social*. [www.fundacionpilares.org] (Último acceso: 15 febrero 2015).
- VV.AA. (2009) *Hacia la búsqueda de nuevos procesos participativos en los colectivos de personas mayores*. Bilbao: HartuEmanak.
- VV.AA. (2011) *Envejecimiento activo. Libro Blanco*. Madrid, Imserso.

#### “VIDA ATIVA EM VEZ DE ENVELHECIMENTO ATIVO: O CONTRIBUTO DA ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL”

Fernando Pereira

*Instituto Politécnico de Bragança; Centro de Investigação e Intervenção Educativas da Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto; Núcleo de Investigação e Intervenção no Idoso da Escola Superior de Saúde de Bragança.*

Lúcia Cunha

*Mestranda da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro*

#### Resumo

Nesta comunicação procuramos conceptualizar o envelhecimento ativo à luz do paradigma da continuidade do ciclo de vida e da assunção do idoso, ele próprio, como um recurso enquanto pessoa, como o ator principal da sua vida, na sua dimensão biopsicossocial, com todas as suas virtudes e fragilidades próprias de uma vida vivida.

Esta forma de conceptualizar o idoso e o envelhecimento conduz-nos a privilegiar a ideia de vida ativa em detrimento da ideia de envelhecimento ativo. A ideia de vida ativa tem vários méritos que asseguram com mais eficácia os desideratos do envelhecimento ativo, designadamente: desdramatiza a questão do momento da senescência e do declínio psicossocial dos indivíduos; atenua o risco de crise identitária da entrada na reforma; é facilitadora do desenvolvimento de atividades intergeracionais espontâneas; diminui o risco de idadismo e outras estereotipias; e, é uma estratégia potenciadora da saúde e qualidade de vida das pessoas.

A ideia de vida ativa sugere, igualmente, a importância dos indivíduos, em qualquer idade, poderem disfrutar da cidadania plena sem serem alvo de qualquer tipo de exclusão social. A ideia de vida ativa tem implícita a aprendizagem ao longo da vida e, neste sentido, destacamos o papel fundamental da Animação Sociocultural nos processos educacionais e de socialização dos indivíduos.

#### Palavras-Chave:

Envelhecimento, vida, educação, socialização, animação sociocultural, cultura e identidade.

**Envelhecimento ativo: limitações e insuficiências do conceito**

Em 2002 a Organização Mundial de Saúde (OMS) cunhou o conceito inspirador de envelhecimento ativo como sendo “o processo de otimização das oportunidades para a saúde, participação e segurança tendo em vista o incremento da qualidade de vida das pessoas idosas”(WHO, 2002).

Esta definição do conceito de envelhecimento ativo, quase lapidária, sugerida pela OMS, correta e abrangente nos seus exatos termos, é, todavia, vaga e conducente a equívocos, sobretudo ao nível das práticas. Isto acontece por duas ordens principais de razões. Por um lado, porque esta definição é muitas vezes tomada como isolada, ignorando-se que, no mesmo texto, a OMS realça que o envelhecimento ativo deve potenciar o bem-estar físico, social e mental das pessoas ao longo de todo o ciclo de vida, assim como a sua participação na sociedade de acordo com as suas necessidades, desejos e capacidades, enquanto lhes são providenciadas proteção, segurança

e cuidados adequados; e que, ainda no mesmo texto a OMS define os designados determinantes do envelhecimento ativo: cultura e gênero (que considera determinantes transversais); determinantes sociais e económicos; determinantes do ambiente físico e do acesso à saúde e serviços sociais; e, ainda, determinantes comportamentais e individuais. Por outro lado, porque a comunidade científica e técnica produziu um vasto conjunto de conceitos similares que originam inúmeras sobreposições de ideias e também confusões, designadamente: envelhecimento saudável, envelhecimento positivo, envelhecimento com êxito, envelhecimento produtivo, qualidade de vida do idoso, entre outros.

Em resultado deste equívocos, frequentemente, de forma real e ou simbólica, são tomadas e propostas como atividades de envelhecimento ativo atividades que revelam uma pobreza extrema de forma e sobretudo conteúdo. Atividades pouco adequadas aos seus propósitos, pouco atrativas, efêmeras a maioria das vezes. Atividades que, não poucas vezes, levam a situações de infantilização dos idosos, estereótipias, idadismo e desagregação intergeracional, por exemplo.

### Vida ativa: virtudes do conceito

Tendo em vista mitigar estes equívocos podemos elencar um conjunto de condições (ou determinantes) *sine qua non* para a ideia de vida ativa (que inclui o envelhecimento ativo). Sem surpresa, estes determinantes para a vida ativa estão próximos dos determinantes do envelhecimento ativo propostos pela OMS.

Primeiro determinante. Acesso às condições para o desenvolvimento humano. Piaget (1977) e Erikson (1972) sugerem que o desenvolvimento humano tem uma dimensão individual (subjéctiva-cognitiva) e uma dimensão social (interação-comunicação) e que, gradualmente, por estádios (que são tratados diferentemente por aqueles autores) o indivíduo, idealmente, vai consolidando equilíbrios cognitivos e equilíbrios de desempenho social progressivamente mais complexos. A vivência positiva destes estádios de desenvolvimento é fundamental à construção de uma identidade saudável e coerente capaz de enfrentar os desafios da vida durante toda a vida. Por seu turno, Bronfenbrenner (1979) assinala a interação entre o organismo humano biopsicológico ativo em evolução e as pessoas, objetos e símbolos do ambiente externo, imediato e mais distante, assim como a influência da forma, o vigor, o conteúdo e a direção, das mudanças sociais, que ocorrem continuamente, no espaço e no tempo, ao longo do ciclo de vida. O mesmo autor valoriza as características pessoais dos indivíduos na interação social, designadamente: características de demanda (de estímulo pessoal imediato em relação ao outro), de recurso (cognitivo e emocional) e de força (temperamento, motivação e persistência).

Segundo determinante. Respeito pela identidade e singularidade dos indivíduos. Giddens (2001) destaca a importância dos indivíduos manterem a continuidade de uma narrativa (identidade biográfica) que deve integrar eventos escolhidos da interação contínua dos indivíduos com os outros e com o mundo exterior. Mendes (2001), por seu turno, realça que enquanto as interações sociais e os arranjos sociais exigem flexibilidade quanto aos processos identitários, exige uma adaptação e negociação permanentes, o sujeito, por outro lado, tem necessidade de manter a coerência interna. Já Lucas (2012) assinala que a identidade é uma construção permanente, o resultado de um processo histórico que não se esgota jamais, mas que, por outro lado, consegue produzir uma unidade no meio da tanta multiplicidade e transformação; o autor sublinha que, ao se constituir

como um rastro do ser, a identidade revela-se como historicidade presente no ser, como realidade que se transforma em compreensão de uma dada posição do ser no mundo.

Terceiro determinante. Acesso à saúde e a proteção social, entendendo-se saúde à luz do conceito cunhado pela OMS em 1948, como um estado de completo bem-estar físico, social e mental. Moret, Desfilis, & González (2007) em consonância com vários estudos internacionais, verificaram que as perceções dos idosos podem ser reduzidas a três categorias principais: a saúde física (saúde, atividade e bom aspeto); a saúde psicológica (capacidade de superação, abertura intelectual, personalidade positiva, boa capacidade cognitiva, saúde mental e equilíbrio); e, saúde social (relações sociais positivas, participação e vinculação), ou seja, justamente as três áreas constantes da definição anterior.

Quarto determinante. Acesso à cidadania e a inclusão social, dado que, qualquer pessoa idosa deve ter acesso, em condições de equidade, à educação, justiça e saúde e segurança, próprios da sociedade em que está inserido; deve ter pleno gozo dos seus papéis e a valorização das qualidades do indivíduo, incluindo o direito ao trabalho; o respeito integral pela sua liberdade e opções de vida; e não deve ser alvo qualquer tipo de discriminação (etéria, racial, sociocultural, intelectual, deficiência física e/ou mental, etc.).

Quinto determinante. A possibilidade de expressão plena e valorização das competências cognitivas, psicomotoras e afetivas do indivíduo. Durante toda a vida, na medida das suas possibilidades e interesses, o indivíduo deve ter oportunidade de experimentar atividades relacionadas com as suas competências e gostos pessoais, por exemplo, no campo das artes, cultura, desporto, artesanato, entre outras. Sem esquecer, todavia, que a sua agenda pessoal, deve acomodar a ideia de “Que bom que é ter um livro para ler e não o fazer”...

*Mutatis mutandis*, os cinco determinantes da vida ativa assinalados são válidos para qualquer faixa etária em que o indivíduo se encontre. Infância ativa, juventude ativa ou a idade adulta ativa, velhice ativa, pressupõe sempre cidadania, inclusão e acesso à saúde, educação e cultura. Não há, por isso, vantagem alguma em pensar os estágios de vida de forma isolada. Estes estágios de vida, infância, juventude, adultez e velhice, são singulares nos seus condicionalismos e vicissitude, todavia são altamente interdependentes. O envelhecimento ativo será uma continuidade lógica de uma vida ativa e inclusiva, vivida de forma participada, tão saudável quanto o possível, na medida das possibilidades e desejos pessoais de cada indivíduo. O envelhecimento ativo deve ser a expressão plena, vivida em total liberdade, do último estágio do desenvolvimento dos indivíduos, na lógica de Erikson (1972), em que a integridade do *self*, ideias, desejos, sonhos, devem ser na medida do possível potencializados.

O conceito de vida ativa salvaguarda melhor os valores perseguidos pelo conceito de envelhecimento ativo, designadamente: (1) desdramatiza a questão controversa de se determinar com exatidão o momento da senescência e do declínio psicossocial dos indivíduos; (2) atenua o risco de crise identitária da entrada na reforma, pois, de facto, na atualidade, os marcos de passagem das diferentes etapas de vida (que são construções sociais) são cada vez mais difusos e flutuantes; (3) é facilitadora do desenvolvimento de atividades intergeracionais espontâneas; (4) diminui o risco de idadismo; (5) diminui o risco de substituição da estereótipia baseada na incapacidade do idoso pela estereótipia da sua capacidade plena (Fonseca, 2006); (6) é uma estratégia potenciadora de qualidade de vida.

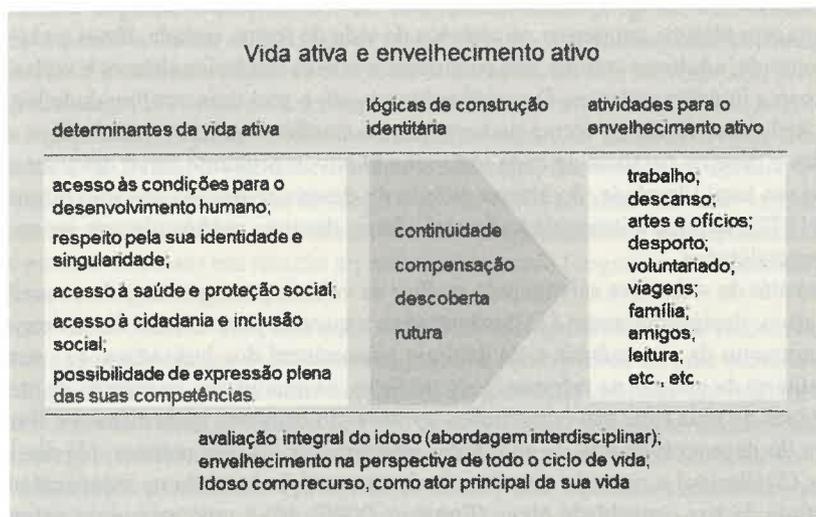
A interiorização desta ideia e a sua observação ao nível das práticas é um processo que

carece de ser construído socialmente, é uma mudança geracional a ser alcançada gradualmente. O reforço de programas educacionais (nível escolar e profissional) no sentido da inclusão social e da vida ativa e, outros sim, a melhor articulação das políticas sociais e dos atores institucionais no terreno são instrumentos essenciais para o alcance de uma vida mais ativa, mais compensadora, mais feliz.

Idosos que aproveitem bem os seus dias (ativos) representam ganhos em toda a linha, pois, contribuem menos para os encargos com a saúde dos cidadãos e contribuem mais, eles próprios, para a constituição de riqueza do país. Algumas alterações a introduzir nas práticas sociais e profissionais que contribuem para o alcance deste desiderato nem custam dinheiro, outras custam mas são investimentos altamente compensadores no futuro.

### Repensar o envelhecimento ativo

Numa publicação anterior Pereira (2012) procuramos estabelecer uma relação entre os determinantes do envelhecimento ativo, as lógicas de construção identitária e as atividades de envelhecimento ativo. Na altura escrevemos que o processo exige que o envelhecimento seja perspetivado como mais uma etapa do ciclo de vida e que seja sustentado na avaliação integral do idoso, isto é, que sejam avaliadas as condições biológicas, psicológicas e sociais que caracterizam cada idoso, o que obriga a adoção de uma abordagem interdisciplinar. Atualizamos essa conceitualização, introduzindo algumas modificações, designadamente: substituindo os determinantes do envelhecimento ativo propostos pela OMS pelos determinantes da vida ativa; propondo uma outra possível lógica de construção identitária (rutura); e acrescentando a ideia da necessidade de encarar o indivíduo (no caso a pessoa idosa) como um “recurso”, quicá o recurso mais importante na construção da sua própria vida e ao longo de toda a vida (Figura 1).



Adaptado de Pereira (2012)

Figura 1 – Vida ativa e envelhecimento ativo

Passamos a explicar em detalhe as quatro lógicas de construção identitária e a forma como elas se devem articular com os determinantes da vida ativa e inspirar as atividades para o envelhecimento ativo.

A lógica da continuidade ou da coerência identitária, na terceira e quarta idade, aliviados das obrigações da atividade profissional, os indivíduos devem aproveitar o dia (*carpen diem*) para se dedicarem a outras atividades, do seu agrado e da sua escolha, que antes se encontravam restringidas ou comprometidas; todos os indivíduos têm um qualquer interesse para além da sua atividade profissional o qual pode então ser explorado e desenvolvido. Ainda nesta lógica, a própria continuidade da atividade profissional deve ser incentivada, embora num ritmo e com objetivos diferentes; o trabalho a tempo parcial, o voluntariado, o trabalho a título gracioso, ou os “biscates” descomprometidos, encontram aqui condições de expressão.

A lógica da compensação, ou do equilíbrio, a terceira e quarta idade, são etapas que podem ser aproveitadas para compensar uma vida dura de trabalho, seja do ponto de vista físico ou intelectual, ou então para compensar uma vivência relativamente isolada, ou ainda para corrigir e minimizar vulnerabilidades do foro físico, mental ou social. Tem lugar o descanso e a vontade de descansar (tantas vezes ouvido aos idosos), ou poderá fazer sentido iniciar uma atividade estimulante que ajude a desentorpecer o corpo ou a alma, ambos cansados ou mesmo maltratados. A ideia de “mimo”, autoconcedido e/ou proporcionado por outrem parece-nos fazer aqui todo o sentido. Esta lógica é ainda um meio de excelência para a consecução de programas e de atitudes pessoais de promoção da saúde, ideia básica de onde afinal emerge o conceito de envelhecimento ativo proposto pela OMS.

A lógica da descoberta ou da experimentação, a neotenia do ser humano dispõe a que a terceira e quarta idade sejam igualmente etapas de aprendizagem, de curiosidade e apetência pelo lúdico, potenciando a experimentação de novas atividades. Todavia a experimentação deve partir de um impulso interior do idoso, que pode ao não, ser suscitado pelo contexto em que está inserido. Os idosos nunca devem ser forçados a participar em atividades nas quais não estejam minimamente interessados, particularmente em atividades que tenham um caráter regular. A não observação deste cuidado pode conduzir a fenómenos de desintegração do *self* como é o caso da infantilização dos idosos e da omissão ou minimização do determinante género e cultura que, tal como refere o texto da OMS, é transversal a todas as atividades dos indivíduos. Este erro é muito comum em atividades de animação social dos idosos, ou em alguns elementos decorativos de algumas instituições.

Por fim, a lógica da rutura, poderá ser útil nos casos em que, no seu percurso de vida, os indivíduos tenham vivido situações, de algum modo prejudiciais a si próprios, aos seus outros significativos (família sobretudo) ou sociedade em geral. Estamos a pensar em situações prejudiciais da saúde, de marginalização e/ou exclusão social, de precariedade, privação, provação, entre outras com caráter negativo. Nestes casos, na terceira e quarta idade, os benefícios das lógicas de descoberta e de compensação, de que falamos anteriormente, poderão assumir um lugar ainda mais importante na vivência da velhice.

Estas lógicas de construção identitária não são mutuamente exclusivas, pelo contrário, é perfeitamente possível e até desejável, que a escolha de uma atividade ou ação com os idosos possa ser simultaneamente de descoberta e de compensação, como por exemplo: a natação ou a hidroginástica podem constituir-se como atividades de descoberta e ao mesmo tempo de compensação de alguma vulnerabilidade física ou postural devida a uma vida de trabalho; o desenvolvimento

da literacia, poderá por mitigar a falta de acesso ao conhecimento escrito; uma vida partilhada com novos amigos e colegas, poderá por fim a dezenas de anos de solidão; os benefícios de uma residência com condições de conforto (nem que seja uma residência de longa permanência) poderá compensar dezenas de anos de desconforto, de frio no inverno, de caminhos “mal andanosos”, de lareiras sem chaminés, etc. etc.

O esquema não evidencia qualquer mecanismo de retroação, como seria conveniente, todavia os mesmos deverão emergir, naturalmente, da reflexão dos atores sociais envolvidos nas práticas, sobretudo os cuidadores, seja em contexto familiar ou institucional. O que é fundamental em que as atividades propostas façam sentido para o idoso e que lhe reforcem o sentimento de utilidade.

### O contributo da animação sociocultural

Num estudo recente (Cunha, Lopes, & Pereira, 2013) no qual procuramos estabelecer uma relação entre a qualidade das redes sociais e a satisfação com a vida, concluímos que a educação tem um papel primordial na aquisição de competências que que facilitem a inclusão social dos indivíduos. Em conformidade, realçamos a importância da implementar esta ideia ao longo do ciclo de vida, propondo torná-la um princípio orientador na prática educativa.

Assim, a ideia de vida ativa deve ser trabalhada ao longo do desenvolvimento do indivíduo, através de processos educativos integrados numa estratégia de desenvolvimento social. É importante que todos os contextos educativos formais, informais e não formais, sejam orientados por princípios que concorram para a formação de cidadão ativos, responsáveis e empenhados no seu próprio desenvolvimento pessoal e desenvolvimento da sociedade. É importante que esses princípios sejam orientadores de toda a prática educativa. Ao defendermos a importância da aquisição de competências e de atitudes (crítica, implicação e participação), subjacentes a qualquer planificação e programa disciplinar, está-se a valorizar uma atitude proactiva no desenvolvimento pessoal e societário.

A questão fundamental que pretendemos trazer a este encontro é a seguinte: Qual ou quais as melhores formas de promover a interiorização da ideia de vida ativa como estratégia de prevenir a exclusão social? Não nos preocupa preparar o ser humano para a vivência de uma velhice feliz, mas contribuir para o desenvolvimento do ser humano para uma vida harmoniosa, da qual fazem as várias etapas do ciclo de vida, incluindo a última, tal como nos ensinam Balte & Mayer (2001) e Erikson (1972).

De certo modo, no educar para uma vida ativa está subjacente a ideia de educar para a cidadania, valorizando competências como: “julgar, escolher, decidir, justificar, argumentar e discutir, responder” (Leleux, 2006). A autora sublinha que educar para a autonomia implica potenciar as capacidades do indivíduo, nomeadamente para “pensar e julgar autonomamente” e, em simultâneo, “decidir sobre o que lhe é mais favorável” (p.28). Paralelamente a esta ideia achamos que é possível educar para uma vida plena e feliz, e, de certo modo, educar para a autonomia, para a cooperação e participação é educar para o desenvolvimento harmonioso do cidadão. Assim depreendemos que subjacente à noção de autonomia está a ideia de responsabilidade e liberdade subjetiva.

Leleux (2006) ao se referir à dimensão educativa para a participação pública revela a importância de desenvolver competências individuais e incentivar uma participação ativa em ques-

tões públicas de interesse para os cidadãos. Deste modo os indivíduos devem adquirir competências de diálogo, discussão e compreensão que lhe permitam analisar a conformidade das normas, reconhecer direitos e deveres, entre outros aspetos. O indivíduo constrói-se na aprendizagem contínua pela adoção de uma postura proactiva e na relação como os outros.

Só é possível conceber uma ideia de vida ativa em consonância com o *sapere aude*, o ousar saber que nos torna superiores, segundo Kant recordado por Leleux (2006), que também nos lembra que saber e conhecer não são a mesma coisa e que “uma mentalidade autónoma e crítica” não resulta de um acumular de conhecimentos (p.43). Neste seguimento a autora refere que se deveria apostar mais nas «questões-problema», isto é, em estratégias pedagógicas que partem de situações-problema conhecidas dos educandos cuja resolução implica uma abordagem do tipo interdisciplinar e de trabalho em equipa. Ao questionarmo-nos sobre o melhor contexto pedagógico para desenvolver a ideia de vida ativa, concluímos que os processos educativos baseados nas referidas questões-problema poderão ser um contributo de elevada utilidade.

Neste âmbito interessa-nos lançar a discussão sobre as potencialidades da ASC como metodologia ao serviço do desenvolvimento integral do ser humano em perspetiva de uma vida ativa, integrado socialmente, de certo modo na prevenção deste problema.

A ASC, enquanto metodologia de intervenção e resolução de questões sociais, pode constituir o contexto pedagógico privilegiado para o desenvolvimento de aprendizagens para uma autonomia individual, uma cooperação social e uma participação pública. A ASC pode através da prática promover o desenvolvimento de competências individuais que animem o indivíduo à sua constante reinvenção e superação. Animar, no sentido de encorajar, motivar, envolver, empoderar os indivíduos de forma a serem construtores ativos e de revigorarem os valores democráticos (Foth, 2006). Significa também promover a qualidade de vida dos cidadãos, pela participação, interação e comunicação social (Mingorance, 2008).

A ASC constitui o campo privilegiado de intervenção socioeducativa. Esta, como metodologia de intervenção tem características próprias, embora não exclusivas, enquanto prática social e terá um contributo significativo na resolução destas questões sociais. Aguillar Idañes (2011) sustenta que “a ASC está a passar a ser considerada pela maioria dos autores (...) como uma função profissional ou uma metodologia transversal de intervenção socioeducativa ou sociocultural que pode ser utilizada em diversos âmbitos de intervenção ou ação social” (p.48). Lopes (2006) sublinha que não poderá haver uma definição única de ASC, que seria, necessariamente, redutora e parcial, sobretudo quando tem a pretensão de fixar o que, por natureza, é infixável. O mesmo autor realça que as definições têm subjacente objetivos que implicitamente remetem para: “processo de consciencialização”; “desenvolvimento e autodesenvolvimento”; “participação”; “transformação”; “metodologia ativa/método”; “conjunto de práticas”; “intervenção”; “estímulo”; e “conjunto de técnicas”.

A ASC permite compreender e intervir na realidade social dos indivíduos e, por extensão, dos idosos e do envelhecimento, designadamente: intergeracionalidade, educação ao longo de todo o ciclo de vida, inclusão social, envelhecimento ativo (ou, na nossa conceção de vida ativa).

Os idosos não são todos iguais, como às vezes parece. Os idosos são todos diferentes, são pessoas com singularidades próprias de qualquer indivíduo em qualquer idade, acrescendo as particularidades próprias da mesma. Feito o alerta, a pertença a uma faixa etária contribui para a existência de algumas especificidades biopsicossociais, nomeadamente: a tendência para a dimi-

nuição da sua rede de relações sociais, uma maior disponibilidade de tempo livre, o descomprometimento com algumas das suas responsabilidades sociais inerentes ao trabalho, limitações devidas ao envelhecimento primário e/ou secundário, grupo possuidor de um capital de conhecimento e de experiência de vida que importa preservar, entre outros. Todos estes aspetos podem ser facilmente articulados com as lógicas de construção identitária anteriormente apresentadas e, de igual modo, considerados em processos de intervenção de ASC. Ou seja, a ASC como metodologia ao serviço do desenvolvimento integral do ser humano em perspetiva de uma vida ativa e inclusiva.

Voltando ao esquema da vida ativa e do envelhecimento ativo (Figura 1), o conjunto de atividades propostas no lado direito do esquema, embora muito variado, sugere um elemento comum, que é o fator tempo.<sup>1</sup> Tempo, tempo livre para viver no dizer de Mingorance (2008); tempo de lazer, na conceção de Dumazedier (1979), citado por Lazaretti da-Conceição & Cammarosano-Onofre (2013) em que lazer é definido como:

“Um conjunto de ocupações às quais o indivíduo pode entregar-se de livre vontade, seja para repousar, seja para divertir-se, recrear-se e entreter-se, ou, ainda, para desenvolver sua informação social voluntária ou sua livre capacidade criadora após livrar-se ou desembaraçar-se das obrigações profissionais, familiares e sociais”.

E aqui chegamos a um quiasmo favorável que cruza a ideia de vida ativa e a ASC enquanto processo socioeducativo. De facto, os processos educativos decorrentes das atividades de lazer são mais significativos que os decorrentes de atividades formais (Mingorance, 2008) e isto, tanto se aplica a jovens que frequentam programas educativos como refere a autora, como se aplica a idosos que frequentam programas educacionais.

Deste modo está subjacente à ideia de lazer o descanso, o divertimento, o desenvolvimento e possibilidade de transcendência. Possibilidade de transcendência aliada à reflexão e direcionada para uma formação crítica que permitirá uma reivindicação social e o resgate da cidadania através da participação cultural. Assim, porque associado a aspetos prazerosos que proporcionam benefício e proveito para o indivíduo, o lazer possibilita aprendizagens significativas e emocionalmente ricas. O lazer ligado ao descanso, ligado ao divertimento, a atividades compensatórias e ou de descoberta que libertam o indivíduo. O indivíduo que procura aquilo gosta de fazer, torna a aprendizagem mais significativa e, ao mesmo tempo, o próprio facto disso implicar uma reflexão sobre o que gosta, contribuirá para o desenvolvimento pessoal na procura das emoções e motivações e, deste modo, a responsabilização na sua própria construção como ator social. Dumazedier (1979) fala de um processo que se reflete a necessidade inata de romper com o cotidiano, atrevíamo-nos a dizer, uma espécie de evasão e catarse, uma necessidade de compensação.

Na prática, todas os atores ligados aos processos educativos (escola, associações de cidadãos, e mesmo organizações públicas, na qualidade de lugares privilegiados para integração e inovação social, têm como missão a pesquisa constante de soluções diferentes, seja por reconstrução

e reinvenção de elementos já existentes, seja pela incorporação de novas componentes materiais, organizativas ou no âmbito dos princípios nos seus projetos e trabalho quotidiano. E isto deve ser feito num quadro de partilha e de cooperação, com o objetivo de promover, de modo direto ou indireto, a integração de indivíduos mais vulneráveis, valorizando as suas competências e o capital coletivo dos grupos a que pertencem, num contexto marcado pelo empoderamento dos atores sociais envolvidos.

### Síntese conclusiva

A vida ativa não é um desiderato alcançável com políticas ou programas de desenvolvimento avulso e sectoriais. A vida ativo deve fazer parte de uma estratégia de desenvolvimento que proporcione a cada cidadão toda uma vida vivida em saúde, segurança e conforto possíveis. Fundamental nessa estratégia de desenvolvimento são os processos educativos nas suas diferentes formas, os quais devem incorporar e refletir, cada qual da sua maneira própria, o desiderato último de alcançar uma vida ativa para todos os cidadãos.

Pensar o desenvolvimento ativo apenas por alturas da entrada na terceira idade é demasiado tarde. Mais eficaz é pensar o envelhecimento ativo como uma continuidade de toda uma vida vivida de forma ativa e empenhada no desenvolvimento societário.

Aqui temos de fazer uma ressalva, resultado dos tempos de crise e de retrocesso civilizacional do nosso país, extensível, infelizmente, a outros países. Neste contexto, temos muitos idosos que não têm oportunidade de ser idosos, de viverem a velhice de forma digna e descansada. Pior, alguns destes idosos, também já foram crianças sem oportunidade de o serem e, possivelmente, adultos em idade ativa sem oportunidade de serem ativos (desemprego, subemprego, e outros efeitos nefastos do capitalismo sem regra). Sim, é uma nota de cariz político num texto científico, mas que se justifica, porque, julgamos, a sua omissão seria danosa e encobridora da verdade.

### Bibliografia

- AGUILLAR IDAÑES, M. (2011). ASC e o trabalho Social. In J. Dantas Lima Pereira & M. de S. Lopes (Eds.), *As Fronteiras da ASC* (pp. 43–56). Chaves: Intervenção.
- BALTE, P., & Mayer, K. (2001). *The Berlin Aging Study: Aging from 70 to 100* (1ª ed.). Cambridge: University Press.
- BRONFENBRENNER, U. (1979). *The ecology of human development. Experiments by nature and design*. (Harvard University Press, Ed.) *European Review* (Vol. 13). Cícero, M. T. (1998). *Da Velhice*. Lisboa: Edições Cotovia.
- CUNHA, L. P., Lopes, M. S., & Pereira, F. A. (2013). Papel da educação para a promoção do suporte social e nível de satisfação com a vida. In *Congresso Internacional de Pedagogia Social* (pp. 228–235). Oviedo: Universidade de Oviedo.
- DUMAZEDIER, J. (1979). *Sociologia empírica do lazer*. São Paulo: Perspectiva.
- ERIKSON, E. (1972). *Identidade, Juventude e Risco*. Rio de Janeiro: Zahar Editores.
- FONSECA, A. (2006). O Envelhecimento. Algumas Questões Éticas. *Cadernos de Bioética*, 40, 105–121.
- FOTH, M. (2006). Sociocultural animation. *Encyclopedia of Developing Regional Communities with ...*, 640–642.
- GIDDENS, A. (2001). *Modernidade e Identidade Pessoal* (2ª ed.). Oeiras: Celta Editora.
- LAZARETTI da-Conceição, W., & Cammarosano-Onofre, E. M. (2013). Adolescents deprived of liberty: the practices of leisure and its educational process. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez Y Juventud*, 11(2), 573–585.
- LELEUX, C. (2006). *Educar para a Cidadania*. Bruxelas: Edições Gailivro.
- LOPES, M. de S. (2006). Animação sociocultural em Portugal. *Edita Intervenção*.
- LUCAS, D. (2012). A identidade como memória biográfica do corpo e sua proteção jurídica: itinerários de um paradoxo. *Sequência (Florianópolis)*, 125–154.
- MENDES, J. M. (2001). O Desafio das Identidades. In B. S. Santos (Ed.), *Globalização. Fatalidade ou Utopia?* (pp. 489–523). Porto: Edições Afrontamento.
- MINGORANCE, Á. (2008). El tiempo libre de las personas mayores a través de la animación sociocultural representado como una “educación formal no escolarizada.” *Revista Iberoamericana de Educación*, 45, 1–12.
- MORET, M., Desfilis, E., & González, J. (2007). Que Dicen los Mayores sobre el Envejecimiento Óptimo? Um Estudio Desde el Conocimiento Lego. *Revista de Psicología INFAD*, 3(1), 545–558.
- PEREIRA, F. A. (2012). A Ideia de Vida Ativa. In F. Pereira (Ed.), *Teoria e Prática da Gerontologia. Um Guia para Cuidadores de Idoso* (pp. 208–213). Viseu: Psicosoma.
- PIAGET, J. (1977). *Estudos Sociológicos*. Barcelona: Ariel.
- WHO. (2002). Active Ageing. A Policy Framework.

## Capítulo III

# Animação Sociocultural na Terceira Idade realidade portuguesa e perspetivas europeias