



Atelier Convívio - um espaço comunitário para pessoas idosas

Atelier Convívio - a community place for seniors

Susana Fonseca, Maria João Amante, Lia Araújo
Escola Superior de Educação e CI&DETS do Instituto Politécnico de Viseu

Resumo

Este estudo procura analisar o impacto de um Atelier Convívio para pessoas idosas, com base em informações recolhidas em *focus group*. A amostra foi constituída pelos dinamizadores, estagiários da licenciatura em Educação Social, e pelos participantes nas atividades. As informações recolhidas foram objeto de análise de conteúdo categorial e realçam benefícios a nível psicológico e social. Este tipo de intervenção permite a construção simultaneamente de prazer, compromisso e significado. Ao apelar ao convívio em grupo, potencia a interação social, comunicação e suporte mútuo, que constituem importantes recursos na fase avançada de vida. *Palavras-chave*: educação social, pessoas idosas, estimulação, intervenção comunitária.

Abstract

This study aims to analyse the impact of a Atelier Convívio for elderly people, based on information gathered in focus group. The sample was constituted by the facilitators, trainees of the degree in Social Education, and by the participants in the activities. The information collected has been the subject of categorial content analysis and highlights the benefits at the psychological and social level. This type of intervention allows the creation of pleasure, commitment and meaning. By involving group activities, it enhances social interaction and communication and mutual support, which are important resources in the advanced stage of life.

Keywords: social education, elderly people, stimulation, community intervention.

Assistimos atualmente ao envelhecimento da população mundial em geral e da população portuguesa de uma forma mais específica, onde o número de pessoas idosas com incapacidade e dependência de outros, a viver em contexto familiar, tem vindo a aumentar. O último recenseamento da população portuguesa, apresentado pelo Instituto Nacional de Estatística, em 2011, acentua esta realidade, na medida em que 19% da população possui 65 ou mais anos e o índice de envelhecimento do país se situa nos 129, o que se traduz num predomínio da população idosa face à jovem (Pordata, 2016). Este facto representa um desafio para a sociedade, sendo notório que esta fase da vida corresponde a um período de grandes alterações físicas, psicológicas e sociais, marcada por exigências para poder ser vivida de forma integral e plena (WHO, 2002).

O Ano Europeu do Envelhecimento Ativo e da Solidariedade entre Gerações, nomeadamente o ano de

2012, marcou a tomada de consciência mundial para a necessidade de mudar as práticas sociais no que respeita às pessoas idosas (Oliveira, 2013). As políticas de envelhecimento ativo surgem nesse sentido, com vista a introduzir melhorias no estado de saúde e a reduzir doenças crónicas, através de medidas, tais como, apoiar a independência e interdependência das pessoas idosas com doenças ou incapacidades, proporcionando serviços de reabilitação e apoio comunitário para as famílias; reduzir os riscos de solidão e isolamento social, promovendo grupos comunitários geridos por pessoas mais velhas, grupos de auto e interajuda, visitas entre vizinhos, programas de apoio telefónicos, contactos intergeracionais; informar sobre os benefícios da atividade física; criar oportunidades agradáveis e acessíveis para se ser ativo (e.g., áreas seguras de passeio e parques); Informar sobre a importância de se permanecer ativo à medida que se envelhece; e reconhecer a experiência dos mais velhos, reforçando a sua autoestima (WHO, 2002).

Em matéria de proteção das pessoas idosas, a oferta no âmbito da ação social é, em Portugal, bastante ampla, uma vez que existem como respostas sociais, as estruturas residenciais para pessoas idosas, o sistema de acolhimento familiar de idosos, o acolhimento temporário de emergência para idosos, os centros de noite, os serviços de apoio domiciliário, os centros de dia, etc. (Cardoso, Santos, Baptista, & Clemente, 2012). No entanto, estes serviços estão mais centrados na satisfação das necessidades básicas, investindo insuficientemente em aspetos de ordem socioafetiva e psicossocial, bem como nas medidas de promoção do envelhecimento ativo referidas anteriormente (Martín & Brandão, 2012).

Diversos autores salientam a importância das pessoas idosas se envolverem em (diferentes) atividades, segundo os interesses pessoais de cada uma, nomeadamente, atividades físicas, intelectuais, manuais e artísticas, no sentido de promover o seu envelhecimento positivo (Oliveira, 2013). A pessoa idosa tem direito a uma ocupação constante, devendo esta contemplar atividades que contribuam para o seu divertimento e enriquecimento, contudo, esta necessidade de lazer é por vezes negligenciada, principalmente em contexto comunitário (Gomes & Pinto, 2006).

Importa, ainda, enfatizar a importância das dimensões sociocultural e educativa da intervenção com a população idosa, como basilares para o cumprimento dos princípios

do envelhecimento ativo, proposto pela Organização Mundial de Saúde, nomeadamente, o envelhecer com saúde, segurança, participação e educação ao longo da vida (ILC-Brazil, 2015). Sendo a solidão e o isolamento comprometedores de um envelhecimento positivo, importa que as pessoas idosas mantenham relações familiares e de amizade e se continuem a preocupar com os outros, que continuem a planear, a ter objetivos e metas para o futuro, dando sentido à vida e salvaguardando perspectivas de realização pessoal, de forma a garantir o equilíbrio psicológico (Araújo & Melo, 2011). Uma das formas de o fazer passará por se encontrarem espaços de convívio, que promovam uma ocupação com sentido nesta fase de vida, estimulando a criatividade, agilidade mental, a atenção, a memória e favorecendo a interação e participação social e encontrando fontes de motivação que potenciem a sua participação social e contrariem as meras declarações de intenção de participação (Rodríguez, 2006).

Este estudo procura, assim, analisar o impacto e os benefícios de um Atelier Convívio para pessoas idosas, segundo a perspectiva dos seus dinamizadores e participantes.

Método

A amostra deste estudo foi constituída pelos dinamizadores do atelier, com idades compreendidas entre os 20 e os 22 anos de idade (n=6, todos do sexo feminino), estagiários do curso de licenciatura em Educação Social, que se encontravam a desenvolver um projeto de intervenção socioeducativa numa junta de freguesia urbana, e pelos participantes com uma assiduidade igual ou superior a 50% nas atividades implementadas, com idades superiores a 55 anos (n=11, sendo apenas um elemento do sexo masculino). A discussão foi feita através de focus groups que incluíram questões acerca do impacto e benefícios das sessões, do tipo de atividades com maior satisfação e das dificuldades e constrangimentos deste tipo de intervenção, sendo que estas questões foram consideradas na definição das categorias de análise. As informações recolhidas foram, assim, objeto de análise de conteúdo categorial com a utilização do software Nvivo, versão 11.

Resultados

Em relação aos resultados encontrados, verificou-se que as dimensões definidas à priori (Tabela 1), relativas ao impacto/benefícios e atividades com maior satisfação, foram referidas em ambos os focus groups, com 19 e 22 referências respetivamente. Ao nível do impacto foram definidas duas subcategorias, benefícios psicológicos e sociais, ambas referidas 14 vezes. Ao nível dos benefícios psicológicos, a grande maioria das referências (13), surge por parte das pessoas idosas, que destacam a importância do Atelier Convívio na partilha de conhecimentos, aprendizagens e como forma de “se sentirem úteis” e “de contrariar a vontade de ficar em casa sozinho”. Ao nível social também se verifica um predomínio de referências a essa subcategoria por parte

das pessoas idosas (11), sendo enfatizada a importância do convívio e do “ouvir palavras amigas”.

Tabela 1.

Categorias definidas à priori

Categorias	Fontes	Referências
Impacto e benefícios	2	19
Atividades com maior satisfação	2	22
Dificuldades e constrangimentos	1	8

No que diz respeito à segunda categoria, atividades com maior satisfação, referida catorze vezes pelas estagiárias e oito pelos participantes do atelier, verifica-se uma grande diversidade de atividades, mas concordância entre ambos os grupos. Pela frequência com que foram referidas, destacaram-se as seguintes atividades:

- atividades intergeracionais (comemoração de dias festivos com a interação entre crianças, adultos e idosos),
- dinâmicas de grupo (de conhecimento pessoal e interpessoal);
- visitas a espaços da cidade (biblioteca, museu, jardins);
- ateliers de trabalhos manuais.

A última categoria definida à priori, dificuldades e obstáculos, foi referida apenas pelas estagiárias (8), que evocam as condições físicas (ex.: ausência de espaços específicos para a dinamização de determinados tipos de atividades, como de culinária), condições materiais (ex.: carência de materiais para o desenvolvimento de atividades quando a adesão é muito elevada) mas, sobretudo, as características do grupo. A este nível, enfatizam a sua dimensão e heterogeneidade, ambas elevadas, tornando-se difícil desenvolver atividades direcionadas às características pessoais e aos interesses de todos os participantes, tal como presente nas seguintes transcrições “os ateliers são mais complicados por serem mais pessoas e não dá para chegar tão perto de cada um” e “é difícil chegar a todas e agradar a todas. É muita gente”.

Além das categorias já apresentadas, foram referidas pelos participantes deste estudo, informações importantes para a análise dos ateliers de convívio, as quais foram agrupadas em categorias definidas à posteriori (Tabela 2).

Tabela 2.

Categorias definidas à posteriori

Categorias	Fontes	Referências
Novas tecnologias	2	3
Melhorias	2	27
Avaliação global	2	18
Particularidades deste tipo de intervenção	2	6

Um dos aspetos que se considera importante dar a conhecer, foi o interesse das pessoas idosas por atividades que envolvam a utilização de novas tecnologias, pelo que se optou por codificar esta

informação numa categoria distinta. Neste âmbito foram destacadas as atividades desenvolvidas, como a projeção de fotografias das atividades, de filmes e vídeos, bem como a utilização do computador com acesso à internet, mas também a importância de se apostar mais neste tipo de atividades, as pessoas “acham importante” e “estão interessadas”.

Foram também referidos diversos aspetos a serem melhorados neste tipo de intervenção (27). Os estagiários destacam a necessidade da intervenção ser realizada com grupos mais pequenos, sugerindo a divisão das pessoas em pequenos grupos durante o desenvolvimento de atividades ou a criação de outros espaços de convívio que permitissem a distribuição dos participantes pelos mesmos; a realização de mais atividades nos espaços exteriores da comunidade e o desenvolvimento de novas atividades, i.e., “melhorar seria levar mais coisas inovadoras pois elas querem sempre mais e coisas variadas”.

Já as pessoas idosas, nesta mesma categoria, destacam a importância de terem um papel mais ativo e interventivo nos ateliers, “sugerindo atividades e dinamizando as mesmas”, ensinando conhecimentos/habilidades que dominam a outras pessoas, como por exemplo a pintar ou a cozinhar, ou propõem a realização de reuniões entre os envolvidos (participantes e dinamizadores) para “refletirem sobre estas questões e para no futuro darem sugestões de atividades”. Sugerem, ainda, um aumento da frequência das sessões para duas vezes por semana e uma maior cativação de elementos do sexo masculino, visto que estão substancialmente em menor representatividade. Por fim, propõem atividades extra-atelier, que o possam complementar, nomeadamente uma horta/jardim comunitário e a formação de um grupo para se encontrar, por exemplo para tomar café, em dias em que não há atelier.

Visto que os participantes do estudo emitiram opiniões sobre a importância deste tipo de intervenção e sua mais-valia face a outros projetos em que participam, definiram-se duas categorias à posteriori, uma sobre a avaliação global do Atelier Convívio e outra sobre as particularidades deste tipo de intervenção. Ao nível da avaliação global, estagiários (6) e pessoas idosas (12) partilham da opinião de que o resultado é francamente positivo, tal como expresso nos seguintes comentários “nota-se que adoram, andam a contar os dias”, “uma amiga gosta a chama a outra para ir. Se não gostassem não iam assim tanto” e “existe rotina”. Sobre as particularidades deste tipo de intervenção, os estagiários (3) destacam a criação de laços, mas a dificuldade que têm, face ao número elevado de participantes e à periodicidade semanal das sessões, em conhecer bem e apoiar individualmente cada uma das pessoas. As pessoas idosas, ao compararem o Atelier Convívio com outras atividades desenvolvidas no mesmo âmbito (visitas domiciliárias, atividade física sénior), consideram-nas complementares pois “atelier e visitas são ambas importantes, dependendo das necessidades de cada um, uma não invalida a outra”.

Discussão

O facto dos participantes deste estudo terem apontado benefícios ao nível do bem-estar psicológico e social, permite apresentar o atelier de convívio como uma estratégia de intervenção importante para a promoção do envelhecimento ativo, no sentido em que contribui para potenciar o bem-estar psicológico e social e para aumentar a participação na comunidade (ILC-Brazil, 2015).

Esta modalidade, baseada nos princípios da intervenção socioeducativa com pessoas idosas (Bermejo, 2009), procura motivar e envolver os indivíduos em atividades apropriadas ao seu desenvolvimento pessoal e social, aumentando a consciência, responsabilidade e participação nas questões associados ao próprio processo de envelhecimento e à qualidade do mesmo. Por outro lado, ao ser uma atividade desenvolvida na comunidade, com apoio do município, procura aumentar a visibilidade dos mais velhos e envolver a sociedade na responsabilidade de garantir oportunidades suficientes e adequadas ao desenvolvimento e realização das potencialidades individuais na fase avançada de vida (Kruse, 2012). As próprias pessoas idosas, participantes neste estudo, apelam à dinamização de mais atividades no exterior, na sua cidade, e de carácter intergeracional. Este interesse por atividades intergeracionais, apontado nos focus groups, é também devidamente reconhecido em publicações de referência na área do envelhecimento. Programas de educação, transferência e solidariedade intergeracional são apresentados como estratégias importantes de intervenção social, no sentido em que permitem a cooperação e interação, providenciando suporte mútuo, e troca e partilha de conhecimento e recursos entre gerações (Oliveira, 2013).

Rodriguez (2006) ao descrever os Centros Sociais para pessoas idosas existentes em Espanha, similares ao modelo aqui apresentado, destaca as suas potencialidades na recuperação do enfoque comunitário da intervenção gerontológica e na capacitação e autogestão das pessoas idosas. Estes espaços de apoio psicossocial, onde são desenvolvidas atividades lúdico-recreativas, de estimulação e participação na comunidade, devem reconhecer a heterogeneidade do coletivo dos mais velhos, da diversidade das suas necessidades, interesses e capacidades (Rodriguez, 2006), aspeto este que foi enfatizado pelos estagiários. No mesmo sentido, também a dimensão do grupo foi apontada como limitação, pois não permite uma atenção mais individualizada às características pessoais, dimensão esta considerada fulcral no trabalho socioeducativo (Bermejo, 2005).

Um último apontamento, no sentido de reforçar a mais-valia de incluir os envolvidos (participantes e dinamizadores) na fase de avaliação dos projetos, tal como sugerido por Serrano (2014) como boa prática em projetos sociais, e também reconhecido pelos participantes no estudo.

Em conjunto, os dados apresentados permitem reconhecer o potencial do Atelier Convívio como estratégia de promoção do envelhecimento ativo, com ênfase nos pilares da educação e participação.

Referências

- Araújo, L. & Melo, S. (2011). Relacione-se com os outros. In Ó. Ribeiro & C. Paúl (Coords.), *Manual de Envelhecimento Activo* (pp. 141-170). Lisboa: Lidel.
- Bermejo, L. (2009). *Envejecimiento Activo y Actividades Socioeducativas con Personas Mayores*. Madrid: Editorial Medica Panamericana.
- Cardoso, S., Santos, M. L., Baptista, M. I., & Clemente, S. (2012). Estado e políticas sociais sobre a velhice em Portugal (1990-2008). *Análise Social*, 204(xlvii), 2012, 606-630.
- Gomes, C. & Pinto, G. (2006). O lazer na velhice: reflexão sobre as experiências de um grupo de idosos. *Revista Kairós*, 9(2), 113 – 133.
- Pordata (2016). Indicadores de envelhecimento – Portugal. Obtido de <http://www.pordata.pt/Portugal/Indicadores+de+envelhecimento-526>
- ILC-Brazil, International Longevity Centre Brazil (2015). *Active ageing: a policy framework in response to the longevity revolution*. Rio de Janeiro: ILC-Brazil. Obtido de http://ilcbrazil.org/wp-content/uploads/2016/02/Active-Ageing-A-Policy-Framework-ILC-Brazil_web.pdf
- Kruse, A. (2012). *Active Ageing: Solidarity and Responsibility in an Ageing Society*. Brussels: Centre for European Studies.
- Martín, I., & Brandão, D. (2012). Políticas para a terceira idade. In C. Paúl & Ribeiro O. (Coord.), *Manual de Gerontologia: Aspectos biocomportamentais, psicológicos e sociais do envelhecimento* (pp. 273-288). Lisboa: Lidel.
- Oliveira, A. (2013). *Promoting conscious and active learning and aging: How to face current and future challenges?* Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra.
- Rodríguez, T. (2006). Los Centros Sociales de Personas Mayores en el Principado de Asturias. In T. Rodríguez, B. Pérez, & C. Caballero (Coords.), *Los centros sociales de personas mayores como espácos para la promoción del envejecimiento activo y la participación social* (pp.13-43). Oviedo: Gobierno del Principado de Asturias, Consejería de Vivienda y Bienestar Social.
- Serrano, G. (2014). *Elaboração de Projetos Sociais: Casos práticos*. Porto: Porto Editora.
- World Health Organization, WHO (2002). *Active ageing: A policy framework*. Geneva: WHO.

Agradecimentos

Agradecemos ao CI&DETS, IPV, bem como aos estagiários do curso de Licenciatura em Educação Social, da Escola Superior de Educação de Viseu e às pessoas idosas que participaram no Atelier Convívio.