

*O ENVELHECIMENTO NA PERCEPÇÃO
DE IDOSOS QUE FREQUENTAM
UMA UNIVERSIDADE ABERTA DA TERCEIRA IDADE*

Gilsenir Maria Prevelato de Almeida Dátilo¹
Maria José Sanches Marin²

resumo

Considerando que a concepção sobre o processo de envelhecimento está associada tanto a aspectos positivos como negativos, além de sofrer influências do contexto de vida, propõe-se, no presente estudo, compreender a percepção sobre o envelhecimento por idosos que frequentam a Universidade Aberta da Terceira Idade (UNATI). Trata-se de um estudo qualitativo que utilizou um roteiro com dados sociodemográficos e uma questão aberta sobre o significado do envelhecimento. Participaram 25 idosos da UNATI da Universidade Estadual Paulista, Campus de Marília. Os dados foram analisados na perspectiva interpretativa hermenêutica dialética. A maioria dos participantes são mulheres na faixa etária dos 60 a 69 anos e 40% deles contam com formação universitária. Para os participantes,

1 Graduada em Psicologia. Doutora em Educação. Docente do Departamento de Psicologia da Educação da Universidade Estadual Paulista "Julio de Mesquita Filho". E-mail: gdatilo@marilia.unesp.br

2 Graduada em Enfermagem. Doutora em Enfermagem. Docente do curso de Enfermagem e do programa de mestrado acadêmico Saúde e Envelhecimento da Faculdade de Medicina de Marília. E-mail: marnadia@terra.com.br

o envelhecimento é percebido como um balanço entre perdas e ganhos; há a possibilidade de viver mais livremente e, por outro lado, sentem-se ameaçados pela vulnerabilidade das condições de e pela proximidade com a finitude. Como conclusão, depreende-se que as percepções desses idosos sobre o envelhecimento perpassam, ao mesmo tempo, o vivido e o imaginário e, mesmo com as perdas se evidenciando, conseguem manter-se ativos, participativos e em pleno processo de avanço do conhecimento e interação social sem desconsiderar as fragilidades e vulnerabilidades decorrentes dessa fase da vida.

palavras-chave

Envelhecimento. Universidade. Educação Permanente. Idoso.

1 Introdução

O Brasil encontra-se em um intenso processo de envelhecimento populacional, fato que representa um desafio para o século XXI (JACOB FILHO, 2009). Este processo, que é resultante de múltiplas condições, incluindo tanto aspectos fisiológicos como sociais, culturais e econômicos, ocorre de forma distinta entre os indivíduos e os diferentes contextos sociais (DUARTE, 2001). Mesmo assim, mais tardiamente ou mais precocemente, os idosos se tornam vulneráveis à perda da autonomia e à dependência para as atividades de vida diária, com ou sem a presença de doenças.

Em nossa sociedade, o processo de envelhecimento, muitas vezes, é visto de forma negativa e preconceituosa, o que pode dificultar que as demandas oriundas dessa faixa etária sejam valorizadas até pelo próprio idoso. Em contraponto à concepção de velhice associada ao declínio, destaca-se a perspectiva do desenvolvimento possível no envelhecimento e, embora a cultura atual ainda atribua valor negativo à velhice, as pesquisas avançam e abrem novos horizontes para se viver melhor essa fase da vida (MOREIRA, 2012). Em complementaridade a esse avanço, é importante que se reconheça como os idosos percebem essa fase da vida.

As representações sobre envelhecimento de idosos que frequentam Unidades Básicas de Saúde (UBS) do interior de Pernambuco foram predominantemente negativas (CAVALCANTE et al., 2010). Verificaram-se atitudes preconceituosas sofridas por pessoas idosas praticantes de atividade física

em diversas situações do dia a dia, principalmente por se sentirem ignoradas ou não levadas a sério nas ocasiões em que emitem suas opiniões (MOURA; VIANA, 2011).

A investigação sobre o significado do processo de envelhecimento e as repercussões da saúde bucal na vida dos idosos apontou insatisfação estética ligada à ausência de dentes, o que contribui para desencadear sensações negativas na autoestima dos indivíduos e repercute nas relações sociais e afetivas (MOIMAZ et al., 2009).

Na opinião dos idosos, as dificuldades e as recompensas na velhice estão relacionadas às escolhas feitas ao longo da vida, às possibilidades internas de cada pessoa, à história de vida, à autopercepção do envelhecimento e ao engajamento social. Além disso, consideram que os recursos financeiros, o afeto da família, a rede social e os grupos de terceira idade influenciam na percepção do envelhecimento (GUERRA; CALDAS, 2010).

A comparação da autopercepção do envelhecimento entre mulheres idosas, casadas e viúvas, mostrou que as últimas apresentam maior sentimento de controle sobre as experiências decorrentes do envelhecimento e também manifestam menos tendência para acreditar em suas consequências negativas. Em relação ao fator idade, a faixa etária dos 70-79 anos revelou-se como a que tem percepção mais negativa do envelhecimento (KEONG, 2010).

Idosos moradores da zona rural do estado do Ceará expressaram que a velhice traz muitas perdas, principalmente quando acometidos pelo adoecimento. Por outro lado, reconhecem as conquistas pessoais, materiais e familiares, o que faz da experiência de envelhecer um acontecimento positivo (FREITAS; QUEIROZ; SOUSA, 2010).

É preciso reconhecer, no entanto, que o gênero, a classe social, a saúde, a educação e os aspectos ligados à personalidade e à história de vida são elementos que se associam à idade cronológica para determinar diferenças entre os idosos dos 60 aos 100 anos (GUERRA; CALDAS, 2010).

Tem-se observado que, com a possibilidade de se manter ativo e inserido no contexto social por meio do desenvolvimento de atividades e do processo de aprendizagem ao longo a vida, o envelhecimento está deixando de ser visto apenas como algo negativo, podendo se vislumbrar nessa fase aspectos positivos (ORDONEZ; CACHIONI, 2011), assim como também mostra o estudo de Lopes et al. (2014) com idosas longevas ativas e inativas fisicamente, as quais afirmam estabelecer estratégias de promoção da saúde para compensar as perdas decorrentes da idade.

Nesta perspectiva, os autores indicam que deve-se possibilitar a essas pessoas suporte para que possam conduzir a vida com saúde e qualidade.

Desta forma, movimentos como o de expansão das Universidades da Terceira Idade e as organizações de aposentados são indicadores de que a velhice vem ganhando visibilidade cada vez maior no Brasil. Esses espaços têm servido para contato intergeracional, para revisão de crenças e atitudes acerca da velhice e para evidenciação de que é possível aprender e se desenvolver durante esta fase da vida (DÁTILO; TAVARES, 2012; ORDONEZ; CACHIONI, 2011; MORAES; BARBOSA, 2014).

Na vivência com idosos que frequentam a Universidade Aberta da Terceira Idade, percebe-se o esforço e o entusiasmo em manterem-se ativos e participativos por meio da realização de atividades e busca de novos conhecimentos. Sendo assim, considerando que a concepção sobre envelhecimento está associada tanto a aspectos positivos como negativos e sofre influências do contexto da vida, além de ser necessário conhecer como essas pessoas compreendem o mesmo em distintos contextos de vida, visando estratégias adequadas às necessidades, o presente estudo propõe-se a compreender a percepção sobre o envelhecimento por idosos que frequentam a Universidade Aberta da Terceira Idade.

2 Metodologia

Trata-se de uma pesquisa qualitativa de caráter interpretativo realizada com idosos que frequentam a Universidade Aberta da Terceira Idade (UNATI) da Unesp de Marília, São Paulo. Optou-se por essa modalidade de pesquisa considerando que, por meio da mesma, é possível compreender o significado individual ou coletivo de um determinado fenômeno para a vida das pessoas (MINAYO, 2010).

A UNATI, da Unesp de Marília, é um projeto de extensão vinculado à Pró-Reitoria de Extensão Universitária da UNESP (PROEX) e tem, como finalidade, o desenvolvimento, a integração entre universidade e comunidade e a articulação entre ensino, pesquisa e extensão mediante o envolvimento de docentes, alunos, funcionários e a população em geral.

O desenvolvimento das atividades da UNATI possibilita ao idoso a aquisição de novos conhecimentos e a troca de experiências entre os participantes e a comunidade acadêmica. A UNATI de Marília iniciou suas atividades no ano de 1995 e oferece atividades como palestras com profissionais da UNESP e de outras instituições. Os temas são sugeridos por escrito pelos alunos em parceria com a equipe de coordenação. O curso desenvolve também oficina de voz, teatro, memória, leitura, informática, inglês, artesanato, cursos sobre direito, direitos do idoso, do consumidor, da família e filmes seguidos de

debates de modo que, todos os dias da semana, sejam oferecidas atividades para que os idosos participem de acordo com sua disponibilidade e interesse.

Participaram do estudo vinte e cinco idosos regularmente matriculados na UNATI de Marília no ano de 2013. Após assinarem o termo de consentimento livre e esclarecido, responderam a um questionário escrito com os dados socio-demográficos. Na sequência, responderam à pergunta aberta “Como percebem o envelhecimento?”, cujos dados foram gravados e transcritos na íntegra.

Para a análise, utilizaram-se dos pressupostos do pensamento hermenêutico-dialético (HD), o qual se insere na perspectiva interpretativa das metodologias qualitativas e permitiu analisar os dados resultantes das narrativas dos sujeitos em busca dos significados subjacentes a elas por meio da compreensão do sentido dos fatos que compõem a dinâmica do processo vivenciado (MINAYO, 2010; CAMPOS; ROGRIGUES; MORETTI-PIRES, 2012).

Para interpretação dos dados na ótica da HD, Minayo (2010) apresenta um caminho possível, pontuando que o pesquisador deve preocupar-se em “[...] diferenciar a compreensão do contexto da comunicação da compreensão do contexto do pesquisador”; explorar e deduzir as definições da situação a partir do mundo da vida do autor e de seu grupo social; compreender por que o autor do texto apresenta suas razões dessa forma e não de outra e entender o texto sem julgar ou tomar posição em relação aos fatos. Acrescenta ainda que a hermenêutica-dialética leva o intérprete a entender o texto, a fala e o depoimento como resultados de um processo social e de um processo de conhecimento resultantes de múltiplas determinações, mas com significado específico.

Nesta trajetória, as narrativas dos participantes foram transcritas e colocadas em um quadro que permitiu a visualização dos dados por participante, o que foi considerado como o momento “de encontro entre os fatos empíricos e a ordenação dos dados”. Num segundo momento, foi realizada a “classificação dos dados”, construída a partir de questionamentos sobre eles com base nos fundamentos teóricos para a identificação das estruturas relevantes das narrativas obtidas, as quais são agrupadas em núcleos de sentido. Por fim, foi feita “a análise final”, momento em que se estabelece a articulação entre os dados coletados e os referenciais teóricos da pesquisa num movimento dialético que considera a divergência, a contradição, o concreto e o abstrato, o particular e o geral, visando chegar ao concreto pensado (MINAYO, 2010).

O projeto foi enviado e aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da UNESP de Marília SP, CEP-2013-682. Os idosos foram esclarecidos quanto à finalidade do estudo e, para participar, assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

3 Resultados e discussão

No que tange aos resultados obtidos, referentes aos dados sociodemográficos, constatou-se que a faixa etária predominante dos 25 participantes do estudo foi a de 60 a 69 anos (40%) e a maioria é do sexo feminino (72%). Entre eles, 44% são casados, 60% têm curso superior e a renda mais presente oscilou entre quatro e nove salários mínimos (56%). A maioria mora com a família (68%); quanto à profissão anterior, destacaram-se a de professor, diretor de escola e supervisor de ensino, entre outras. Quanto ao tempo de frequência à UNATI, 44% têm menos de cinco anos.

Os dados mostram a predominância do sexo feminino e confirmam o que foi encontrado por Dátilo e Tavares (2012), Ordonez e Cachione (2011), Cótica (2011) e Cavalcante et al. (2010): a presença feminina nas Universidades da Terceira Idade é marcante.

Os idosos do estudo apresentam renda e escolaridade acima da média dos idosos em geral, o que também foi encontrado em estudos realizados em outras Universidades da Terceira Idade por autores como Irigaray e Schneider (2007), Moliterno et al. (2012) e entre idosos que realizam trabalho voluntário em uma organização não governamental de Porto Alegre, Rio Grande do Sul (SOUZA; LAUTERT; HILLESHEIN, 2011).

Na análise das respostas à pergunta aberta, a partir do reconhecimento dos consensos e dissensos expressos nas falas participantes, foram identificadas três categorias, temáticas apresentadas a seguir, ilustradas com as falas dos sujeitos e seguidas da interpretação e da análise.

Para preservar a identidade dos participantes, eles foram identificados apenas pelos números no decorrer da apresentação dos resultados.

3.1 O envelhecimento entre ganhos e perdas

Nas falas dos sujeitos, foi possível depreender que eles entendem o envelhecimento como o balanço entre ganhos e perdas tanto nos aspectos biológicos como emocionais e sociais, conforme se observa no depoimento que segue:

Hoje eu faço as mesmas coisas que eu fazia antes, se você quer saber. Mas eu não faço com a mesma intensidade, eu não faço. Mas eu faço as mesmas coisas. (S. 1)

Embora com alguma perda, quando afirma que “não faz com a mesma intensidade”, o que possivelmente decorre das alterações fisiológicas do processo de envelhecimento como a diminuição da força e a lentidão dos movimentos,

observa-se que, de alguma forma, a pessoa ainda consegue manter suas atividades.

O depoimento a seguir, em uma perspectiva emocional e social, também expressa o sentido de ganhos e perdas do envelhecimento:

O difícil foi aceitar que eu estava assim envelhecendo. Mas eu sou muito feliz em estar nessa idade. É tudo, acho que é mais fácil, o transporte coletivo, para o teatro, para o futebol, para as palestras, não é, e também para ter oportunidade, não é, de estar com vocês aqui na UNATI, que é uma felicidade muito grande. (S. 3)

A ênfase sobre os ganhos e perdas remete-nos à crença de que o desenvolvimento humano é um processo contínuo, multidimensional e multidirecional que sofre influências genético-biológicas e socioculturais (BALTES; BALTES, 1990, p. 20). Outros autores, como Guerra e Caldas (2010), também encontraram relatos de queixas e glórias do envelhecimento que podem ser consideradas dificuldades e recompensas. Salienta-se, assim, que o envelhecimento, enquanto um processo de ganhos e perdas, permeia distintos contextos.

Nesta mesma direção, encontra-se, segundo Duque e Silva (2013), a compreensão de envelhecimento como uma fase da vida em que, apesar das enfermidades e de outros fatores negativos, é possível perceber, entre os idosos, mecanismos de enfrentamento das perdas e dificuldades oriundas desta fase. O depoimento que segue reforça as estratégias para o enfrentamento das perdas por meio do amadurecimento emocional:

Eu não consigo viver só perdendo, independente de todas as limitações que nós temos. Hoje eu ouço menos, em termos de destreza, eu sou menos ágil, mas hoje eu aprendi a descartar, a me preocupar só com as coisas que de fato tem que se preocupar. Consigo ser mais sábia nas escolhas. (S. 23)

Este depoimento vem ao encontro da abordagem sobre vivências de felicidade em pessoas idosas, na qual os autores discutem que o fato de se encontrarem mais referências negativas do que positivas em relação ao envelhecimento ser decorrente de crenças errôneas, já que perdas e ganhos ocorrem em todas as fases da vida. Acrescentam que fatores como a religião, a ciência, a arte, a filosofia e a educação representam importantes caminhos para uma vivência mais positiva do envelhecimento (LUZ; AMATUZZI, 2008). Além disso, referindo-se ao bem-estar na velhice, estudos confirmam a importância do suporte social nessa fase da vida, o que inclui espaços para lazer e educação, apoio de amigos e parentes, relações sociais harmoniosas e participação efetiva em atividades (CACHIONI; BATISTONI, 2012).

3.2 O envelhecimento como conquista e liberdade

Os idosos abordam, também, como inerente ao envelhecimento a possibilidade de viver sem tantas obrigações, de forma que o tempo livre possa ser vivido de forma mais intensamente naquilo que lhe dá prazer.

Representa ficar um pouco livre das obrigações sistemáticas, tipo trabalho. Tudo que eu quiser fazer hoje é livre. Se eu tiver bem, tiver vontade, eu faço aquilo que eu quero fazer, e quando eu não quero, eu não faço, se eu não quiser levantar cedo, eu não levanto; o que é muito difícil. (S. 12)

O tempo livre é compreendido, então, como um movimento de reconstrução da imagem e de aprendizagem, sem ser pressionado pela obrigação e pelos mecanismos formais de controle do cotidiano, o que permite a produção no lugar da reprodução e pressupõe uma trajetória com dignidade (TEIXEIRA, 2007). Acrescenta-se que este movimento possibilita a realização social no envelhecimento mesmo diante de situações adversas como a presença de alguma doença.

Referindo-se ao lazer na terceira idade, Dumazedier (2008) discute que na sociedade científica, ainda não se atribui a ele o verdadeiro valor, o que possivelmente se deve ao pensamento dominante de supervalorização do trabalho e das obrigações familiares.

Envelhecimento... faz parte da vida. É uma coisa que a gente acha que é o fim, pelo contrário, aproveitar o que a gente aprendeu no passado, aprender a refazer nossa vida. Praticar esporte. Estar sempre no meio de tudo. Aprender coisas novas. Passear. (S. 16)

Apesar da aposentadoria, outras regalias eu tive, visitar os meus amigos, poder fazer cursos, fui aprender a fazer crochê, bordado, ter tempo para outras coisas. Aí, comprei meu computador, entrei na UNATI, são coisas assim que vieram somar aos conhecimentos que eu já tinha. (S. 17)

Eu acho que ninguém fica esperando esperançosamente pela velhice. Ela chega naturalmente e faz parte. Sorte da gente pra viver esse envelhecimento, porque muita gente não passou da juventude. (S. 20)

O envelhecimento como liberdade, experiência, conhecimento, participação, autonomia física e mental, presença de apoio e suporte familiar, e participação em grupo foi citado como recompensa na velhice por Guerra e Caldas (2010).

As falas acima também vêm ao encontro do que foi concluído em estudo realizado na capital do Ceará, Fortaleza, com idosos que frequentam grupos

de atividades. Depreende-se que, na atualidade, os idosos vêm assumindo papéis bastante diferenciados em relação àqueles do passado, pois assumem o protagonismo tanto dentro como fora de suas casas, com importante participação na dinâmica de reprodução familiar, em atividades religiosas e em grupos comunitários (SOARES, 2010).

3.3 Percebem o peso da idade e a proximidade da finitude

Em contrapartida à compreensão de envelhecimento como o equilíbrio entre ganhos e perdas e como conquista e liberdade, encontram-se depoimentos que mostram o envelhecimento como algo negativo principalmente no que se refere aos aspectos voltados às condições de saúde e da proximidade da finitude.

Eu me preocupo muito com o meu fim, com a doença. Essa coisa de terceira idade, como a idade boa, é complicada. O idoso sempre tem um problema, uma dor na perna. (S. 22)

Outros autores encontraram resultados semelhantes em suas pesquisas, como Cavalcante et al. (2010). Eles relatam que os idosos têm muitas preocupações com questões voltadas à saúde. Ribeiro, Alves e Meira (2009) encontraram também percepções dos idosos quanto ao envelhecimento voltadas a alterações cutâneas, musculoesqueléticas e neurológicas, à do sistema reprodutor e dos órgãos sensoriais. Grandes dificuldades no envelhecimento ligadas à perda da saúde e ao desgaste físico também foram evidenciadas no estudo de Guerra e Caldas (2010).

Então a gente fica à mercê do amanhã. Não tem como e fica aguardando a chegada, e vai vir, ou morre mais cedo, ou morre mais tarde. Mas isso aí, deixa pra lá. (S. 6)³

Ao encontrarmos depoimentos que enfatizam o retrocesso, corroboramos as conclusões de Guerra e Caldas (2010), que encontraram como dificuldades e problemas na velhice como incapacidade, perda da utilidade social, raciocínio lento, desgaste físico, perda de resistência, doença, demência, senilidade, degeneração física e mental, inatividade, dependência, inutilidade, isolamento, abandono, solidão, tristeza, depressão, institucionalização como morte social e proximidade da morte.

3 Nesta fala, o sujeito se refere de modo eufemístico à morte, sabendo que ela virá.

Na verdade, o envelhecimento para mim representa o termo mais adequado para o fim, é o fim da vida, é o fim do processo, a passagem. Mas é uma hora que você está com a cabeça boa para pensar e você tem que tomar cuidado para que esta passagem seja tão digna quanto o percorrer desses anos aí. E representa ver o projeto pronto, os filhos criados, inclusive em alguns momentos chega a me preocupar em passar para o lado de lá... (S. 10)⁴

Cótica (2011) enfatiza o medo que os idosos têm de ficarem sozinhos e prostrados no final da vida, dependendo de outras pessoas para se locomover ou realizar suas atividades cotidianas. Os entrevistados também referiram a proximidade da morte como uma preocupação.

Verificamos que mesmo idosos participantes de um mesmo contexto social possuem percepções diferentes acerca da questão do envelhecimento. Por isso, há a importância de os profissionais, ao interagirem, terem o cuidado de respeitar as individualidades dos idosos, fato este que, com certeza, melhoraria em muito as relações com eles estabelecidas, conclusão também encontrada na pesquisa de Schmidt e Silva (2012).

4 Considerações finais

Os idosos participantes do estudo apresentam um perfil sociodemográfico diferenciado da população de idosos brasileiros, principalmente no que se refere à escolaridade e à renda. Verificou-se que esses idosos possuem uma percepção do envelhecimento realista no sentido de não negarem as vicissitudes deste processo. Ao perceberem o envelhecimento como um processo de ganhos e perdas, reconhecem que, mesmo com as alterações que os tornam mais lentos e menos ágeis, conseguem se fortalecer em relação a aspectos sociais e culturais de forma a viver melhor. Identificam, também, como inerente ao envelhecimento a liberdade para organizar seu cotidiano segundo seus próprios critérios, considerando este fato como conquista só advinda nesta fase da vida.

Por outro lado, são claros ao afirmar que percebem o peso da idade e a aproximação da finitude ao evidenciar o temor em relação às doenças e às dificuldades que podem vir a acontecer nesta fase, pois já possuem um ritmo mais lento e sentem maiores dificuldades para as tarefas cotidianas.

Embora as distintas formas de perceber o envelhecimento que os idosos da UNATI tenham manifestado possam parecer contraditórias, elas perpassam, ao mesmo tempo, o vivido e o imaginário do que se concebe sobre essa fase da vida. Mesmo com as perdas se evidenciando, são idosos que conseguem se

4 "O lado de lá" significa a morte para este idoso.

manter ativos, participativos e em pleno processo de avanço do conhecimento e interação social. Conseguem identificar fragilidades e vulnerabilidades decorrentes dessa fase da vida.

Por fim, reconhece-se como limitação do estudo o fato de ter sido realizado em um único local, o que, por certo, não permite a generalização dos achados. Sugere-se, portanto, que haja mais estudos voltados para a percepção do envelhecimento, visando à compreensão deste processo sob diferentes olhares. A partir daí, a criação de políticas de integração social do idoso faz-se necessária, vislumbrando a este papéis e ações que contemplem o exercício da cidadania, com o fim de promover saúde e evitar preconceito e discriminação.

AGING IN THE PERCEPTION OF SENIOR CITIZENS ATTENDING AN OPEN UNIVERSITY FOR THE ELDERLY

abstract

Considering that the concept of the process of aging is associated to both positive and negative aspects which also suffers influences from life context, this study aims to understand the perception on aging by seniors who attend the *Universidade Aberta da Terceira Idade* – Open University for the Elderly (UNATI). This is a qualitative study, which used a script with demographic data and an open question about the meaning of aging. 25 senior citizens from UNATI at the *Universidade Estadual Paulista*, Marília Campus participated in the study. Data were analyzed in an interpretative hermeneutic dialectic perspective. Most participants were women; aged from 60 to 69 years old and 40% of them have college degrees. For participants, aging is seen as a balance between losses and gains; there is the possibility to live more freely and, on the other hand, feel threatened by the vulnerability of the conditions and proximity to the finitude. In conclusion it appears that the perceptions of these seniors about aging permeate is about the lived moments and the imaginary at the same time, and even with the losses becoming more evident, they remain active, participating, and in full process of getting new knowledge and social interaction, without disregarding the weaknesses and vulnerabilities resulting from this phase of life.

key words

Aging. University. Permanent Education. Elderly.

referências

- BALTES, Paul B.; BALTES, Margret M. Psychological perspectives on successful aging. The model of selective optimization with compensation. In: BALTES, Paul B.; BALTES, Margret M. (Ed.). *Successful aging: perspectives from behavioral sciences*. New York: Cambridge University Press, 1990. p. 1-34.
- CACHIONI, Meire; BATISTONI, Samila Sathler Tavares. Bem-estar subjetivo e psicológico na velhice sob a perspectiva do conviver e do aprender. *Kairós*, São Paulo, v. 15, n. 7, p. 9-22, dez. 2012.
- CAMPOS, Dalvan Antonio; RODRIGUES, Jeferson; MORETTI-PIRES, Rodrigo Otávio. Pesquisa qualitativa em Saúde Coletiva como instrumento de transformação social: uma proposta metodológica fundamentada na postura hermenêutica-dialética. *Saúde & Transformação Social*, Florianópolis, v. 3, n. 4, p. 14-24, ago. 2012.
- CAVALCANTE, Eliane Santos et al. Caracterização do idoso atendido numa UBSF em Campina Grande PB. *Revista InterSciencePlace*, Campos dos Goytacazes, v. 1, n. 17, p. 41-53, jan./fev. 2010. Disponível em: <<http://www.interscienceplace.org/interscienceplace/article/view/115/110>>. Acesso em: 17 abr. 2014.
- CÓTICA, Carolina Santin. Percepção de envelhecimento e finitude no final da vida adulta tardia. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, Rio de Janeiro, v. 5, n. 4, p. 201-213, ago. 2011.
- DÁTILLO, Gilsonir Maria Prevelato de Almeida; TAVARES, Fabíola da Costa. Percepção da importância da participação de idosos em uma Universidade Aberta da Terceira Idade. *Revista Equilíbrio Corporal e Saúde*, v. 4, n. 1, p. 28-41, 2012. Disponível em: <[http://periodicos.uniban.br/index.php?journal=RECES&page=article&op=viewFile&path\[\]=364&path\[\]=364](http://periodicos.uniban.br/index.php?journal=RECES&page=article&op=viewFile&path[]=364&path[]=364)>. Acesso em: 4 mar. 2014.
- DUMAZEDIER, Joffre. *Sociologia empírica do lazer*. 3. ed. São Paulo: Perspectiva, 2008.
- DUQUE, Andrews do Nascimento; SILVA, Iolete Ribeiro. Papéis sociais e envelhecimento em uma perspectiva de curso de vida. *Revista AMAzônica*, Manaus, v. 11, n. 1, p. 310-326, jan./abr. 2013.
- FREITAS, Maria Célia; QUEIROZ, Terezinha Almeida; SOUSA, Jacy Aurélio Vieira. O significado da velhice e da experiência de envelhecer para os idosos. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, São Paulo, v. 44, n. 2, p. 407-412, jun. 2010.
- GUERRA, Ana Carolina Lima Cavaletti; CALDAS, Célia Pereira. Dificuldades e recompensas no processo de envelhecimento: a percepção do sujeito idoso. *Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 15, n. 6, p. 2931-2940, set. 2010.
- IRIGARAY, Tatiana Quarti; SCHNEIDER, Rodolfo Herberto. Características de personalidade e depressão em idosos da Universidade para a Terceira Idade (UNITI/UFRGS). *Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul*, Porto Alegre, v. 29, n. 2, p. 196-175, maio/ago. 2007.
- JACOB FILHO, Wilson. Fatores determinantes do envelhecimento saudável. BIS. *Boletim do Instituto de Saúde*, São Paulo, s/v, n. 47, p. 27-32, abr. 2009.
- KEONG, Ana Marta Pequeto Antunes. *A auto-percepção do envelhecimento em idosas viúvas*. 2010. 58 f. Dissertação (Mestrado Integrado em Psicologia) - Faculdade de Psicologia, Secção de Psicologia Clínica e da Saúde/Núcleo de Psicologia Dinâmica, Universidade de Lisboa, Lisboa, 2010. Disponível em: <http://repositorio.ul.pt/bits-tream/10451/2793/1/ulfp037514_tm.pdf>. Acesso em: 20 mar. 2014.
- LOPES, Marise Amorim et al. Envelhecendo na percepção das pessoas longevas ativas e inativas fisicamente. *Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento*, Porto Alegre, v. 19, n. 1, p. 141-153, abr. 2014. Disponível em: <<http://www.seer.ufrgs.br/index.php/RevEnvelhecer/article/view/40524/31006>>. Acesso em: 3 nov. 2014.

LUZ, Márcia Maria Carvalho; AMATUZZI, Mauro Martins. Vivências de felicidade de pessoas idosas. *Estudos de Psicologia*, Campinas, v. 25, n. 2, p. 303-307, jun. 2008.

MINAYO, Márcia Cecília de Souza. *O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde*. 9. ed. São Paulo: Hucitec, 2010.

MOIMAZ, Suzely Adas Saliba et al. Envelhecimento: análise de dimensões relacionadas à percepção dos idosos. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, Rio de Janeiro, v. 12, n. 3, p. 361-375, 2009.

MOLITERNO, Aline Cardoso Machado et al. Viver em família e qualidade de vida de idosos da universidade aberta da terceira idade. *Revista Enfermagem UERJ*, Rio de Janeiro, v. 20, n. 2, p. 179-184, abr./jun. 2012.

MORAES, Sheylane de Queiroz; BARBOSA, Rita Maria dos Santos Puga. Educação acontece somente em escolas uma perspectiva sobre educação e envelhecimento. *BIUS – Boletim Informativo Unimotrisaúde em Sociogerontologia*, Manaus, v. 5, n. 1, p. 42-59, 2014. Disponível em: <<http://www.periodicos.ufam.edu.br/index.php/BIUS/article/view/736/422>>. Acesso em: 5 jun. 2014.

MOREIRA, Jacqueline de Oliveira. Mudanças na percepção sobre o processo de envelhecimento: reflexões preliminares. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, Brasília, v. 28, n. 4, p. 451-456, out./dez. 2012.

MOURA, Romila Martins; VIANA, Helena Brandão. Envelhecimento e preconceito: uma análise da percepção de pessoas de meia idade e idosos praticantes de atividades físicas. *EFDeportes, Revista Digital*, Buenos Aires, n. 152, enero 2011. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd152/envelhecimento-e-preconceito-percepcao-de-pessoas.htm>>. Acesso em: 2 mar. 2014.

ORDONEZ, Tiago Nascimento; CACHIONI, Meire. Motivos para frequentar um programa de educação permanente: relato dos alunos da universidade aberta da terceira idade da Escola de Artes, Ciências e Humanidades da Universidade de São Paulo. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, Rio de Janeiro, v. 14, n. 3, p. 461-474, jan. 2011.

RIBEIRO, Liliane da Consolação Campos; ALVES, Pâmela Braga; MEIRA, Elda Patrícia. Percepção dos idosos sobre as alterações fisiológicas do envelhecimento. *Ciência, Cuidado e Saúde*, Maringá, v. 8, n. 2, p. 220-227, abr./jun. 2009.

SCHIMIDT, Teresa Cristina Gioia; SILVA, Maria Julia Paes. Percepção e compreensão de profissionais e graduandos de saúde sobre o idoso e o envelhecimento humano. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, São Paulo, v. 46, n. 3, p. 612-617, jun. 2012.

SOARES, Elydiana de Souza. *A cadeira de balanço está vazia: os papéis sociais dos idosos participantes de grupos de convivência na cidade de Fortaleza*. 2010. 162 f. Dissertação (Mestrado Acadêmico em Políticas Públicas e Sociedade), Universidade Estadual do Ceará, Fortaleza, 2010. Disponível em: <http://www.uece.br/politicasesuece/index.php/arquivos/doc_view/124elydianadesouzasoares?tmpl=component&format=raw>. Acesso em: 2 mar. 2014.

SOUZA, Lucas de Melo; LAUTERT, Liana; HILLESHEIN, Eunice Fabiani. Qualidade de vida e trabalho voluntário em idosos. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, São Paulo, v. 45, n. 3, p. 665-671, jun. 2011.

TEIXEIRA, Solange Maria. Lazer e tempo livre na "terceira idade": potencialidades e limites no trabalho social com idosos. *Kairós*, São Paulo, v. 10, n. 2, p. 169-188, dez. 2007.

