



UNATI/UNICRUZ ONLINE: ALTERNATIVA CONTRA O ISOLAMENTO SOCIAL OCASIONADO PELA COVID-19

Unati online as an alternative against social isolation

Eduarda Krames Maldaner¹, Djulia da Silva¹, Solange Beatriz Billig Garces²,
Wendel Henrique Morais de Moura³, Rafael Oliveira da Luz⁴, Gabriel Oliveira Hollas⁴
Maria Aparecida Santana Camargo⁵, Patrícia Mariotto Mozzaquatro Chicon⁶
Rodrigo de Rosso Krug⁷, Dinara Hansen Costa⁸

Resumo: O artigo apresenta a UNATI como uma alternativa contra o isolamento social de idosos. Desde o segundo semestre de 2020 e primeiro de 2021 as oficinas da UNATI vêm sendo elaboradas e também executadas de forma online, via *Google Meet*. A UNATI é um programa de extensão aberta às pessoas idosas (60 anos ou mais) e aos pré-idosos (pessoas que ainda não completaram 60 anos). É uma proposta interdisciplinar e por isso tem a participação de professores de diferentes áreas do conhecimento. As atividades incluem oficinas de atividades físicas, inclusão digital, momento de artes as quais são oferecidas nos dias previstos de forma síncrona, palestras e produção de materiais educativos que ficam disponibilizados de forma assíncrona na página da UNATI.

Palavras-chave: UNATI. Envelhecimento. Saúde. Pandemia.

Abstract: The article presents UNATI as an alternative against the social isolation of the elderly. Since the second half of 2020 and the first half of 2021, UNATI workshops have been designed and also carried out ONLINE, via Google Meet. UNATI is an outreach program open to the elderly (60 years and over) and pre-elderly people (people under 60 years of age). It is an interdisciplinary proposal and that is why it has the participation of professors from different areas of knowledge. The activities include physical activity workshops, digital inclusion, art moments which are offered on the days scheduled synchronously and lectures and production of educational materials that are made available asynchronously on the UNATI website.

Keywords: UNATI. Aging. Health. Pandemic.

¹ Discente do curso de Fisioterapia - UNICRUZ, Cruz Alta, Brasil. Bolsista do Projeto Institucional de Extensão – UNATI/UNICRUZ.

² Líder e Pesquisadora do GIEEH – Grupo Interdisciplinar de Estudos do Envelhecimento Humano. Docente do PPGPSDS/UNICRUZ e Curso de Educação Física. Coordenadora do Projeto Institucional de Extensão UNATI - E-mail: sgarces@unicruz.edu.br

³ Discente do curso de Ciência da Computação - UNICRUZ, Cruz Alta, Brasil. E-mail: w-endel@hotmail.com

⁴ Discente do curso de Fisioterapia, - UNICRUZ, Cruz Alta, Brasil. Acadêmico voluntário do Projeto Institucional de Extensão – UNATI/UNICRUZ.

⁵ Docente do PPGPSDS/UNICRUZ e Cursos de Pedagogia e Arquitetura e Urbanismo. E-mail: mcamargo@unicruz.edu.br

⁶ Docente do Curso de Ciência da Computação – UNICRUZ, Cruz Alta, Brasil. E-mail: patriciamozzaquatro@gmail.com

⁷ Docente do PPGAIS/UNICRUZ/UNIJUI e do Curso de Educação Física – UNICRUZ, Cruz Alta, Brasil. E-mail: rkrug@unicruz.edu.br

⁸ Docente do Curso de Fisioterapia – UNICRUZ, Cruz Alta-RS, Brasil. E-mail: dhansen@unicruz.edu.br

1 CONSIDERAÇÕES INICIAIS

O envelhecimento da população é um fenômeno mundial que se iniciou nos países de alta renda e vem crescendo nos países de média e baixa renda, incluindo o Brasil (SOUZA; SILVA; BARROS, 2021). O Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) estima que até 2060, as pessoas idosas com mais de 65 anos sejam 25,5% da população, representando 1 em cada 4 brasileiros. Os estudos também apontam para um aumento na expectativa de vida, sendo os homens entre 85 e 90 anos e as mulheres entre 90 a 95 anos (BRASIL, 2019).

A população com 60 anos ou mais, considerada idosa pelo Estatuto do Idoso (BRASIL, 2003), era de 25,4 milhões no ano de 2012; em 2017, a população com 60 anos ou mais somou 30,2 milhões, ou seja, em cinco anos, o país teve um acréscimo de 18,8% no número de idosos. No ano de 2019 o número de pessoas idosas chegou a 32,9 milhões, portanto, os 7,5 milhões de novos idosos que ganhamos de 2012 a 2019 representam um aumento de 29,5% neste grupo etário (BRASIL, 2019).

Todavia, viver mais não é sinônimo de viver melhor. Desta maneira, desenvolveu-se o conceito de envelhecimento saudável, ou envelhecimento ativo, termo adotado pela Organização Mundial de Saúde no final dos anos 1990 que “[...] consiste no processo de consolidação das oportunidades para a saúde, a participação e a segurança, com o intuito de melhorar a qualidade de vida, à medida que as pessoas envelhecem [...]” (OMS, 2002).

A OMS ainda reitera que as políticas sociais de saúde, do mercado de trabalho e de educação auxiliem no processo de envelhecimento ativo. Adiante, teremos menores números de pessoas com deficiências ligadas a doenças crônicas, mortes prematuras em estágios altamente produtivos da vida, além de mais qualidade de vida ao longo do processo de envelhecimento, mais idosos ativos nos aspectos sociais, culturais, políticos e econômicos da sociedade, e também menos gastos com serviços de assistência médica e tratamentos médicos (OMS, 2002).

Até os dias atuais, a ideia de que para os idosos é impossível aprender é propagada, de forma errada pela sociedade. No entanto, há estudos que comprovam que se há vontade e disposição de aprender, o indivíduo será capaz, pois a aprendizagem continua a ocorrer no envelhecimento. Isso é extremamente importante para as pessoas idosas manterem a sua cognição preservada. Esta capacidade de aprendizagem é muito importante, visto que o cenário que se manifesta é de grandes mudanças, principalmente pelo desenvolvimento da ciência e da tecnologia (VERAS; CALDAS, 2004). Além disso, também é importante para os

idosos a conservação da flexibilidade e funcionalidade durante o processo que envolve adaptação a mudanças biológicas, fisiológicas, psicológicas e sociais (VAZ, 2020). Neste sentido, Roldão (2009, p. 64) coloca que:

Entende-se que, como um ser sociocultural que é o ser humano, a aprendizagem é um fenômeno central em seu processo de existência. Quanto mais bem equipada para viver em sociedade e quanto mais atualizada e conectada com as rápidas mudanças que acontecem na contemporaneidade, mais apta a pessoa se encontra para desfrutar das possibilidades da vida que lhe são oferecidas.

Segundo Roldão (2009) vários motivos mostram a importância de se manter a aprendizagem contínua entre os idosos e dentre estes, destaca a derrubada do mito de que o idoso não é mais capaz de aprender explicitando que “[...] manter a aprendizagem contínua, especialmente em adulto-idosos, é a função protetora que a educação pode ter sobre a saúde.” É importante manter a atividade intelectual de forma permanente, especialmente quando vai se envelhecendo para que a pessoa possa ter uma reserva cognitiva. Ainda Roldão (2009, p.65) cita Caixeta (2007, p. 82), o qual coloca que “é consenso que a atividade intelectual permanente parece protelar a idade de aparecimento das demências porque permite a formação contínua de novas sinapses, promovendo o que se conhece por reserva cerebral”, funcionando como “poupança de sinapses”.

Diante do exposto, fica explícita a importância da criação de espaços que atendam a população que envelhece e que promovam a qualidade de vida das mesmas. Com esta ideia, surgiram programas universitários voltados à população idosa. De início, foi criado na França por Pierra Vellas, em 1973, um espaço com o objetivo de trazer melhoras a saúde do idoso e também mudar sua imagem diante da sociedade. Este modelo passou por uma adaptação no Brasil pelo Doutor Américo Piquet Carneiro em 1992, no Rio de Janeiro. O programa passou a ser denominado como Universidades Abertas para a Terceira Idade (UnATI), estimulando os idosos a utilizar seu tempo livre de maneira social, esportiva e cultural, proporcionando a integração das pessoas idosas com outras gerações, atualizando e adquirindo novos conhecimentos, permitindo uma participação integral, elevando a autoestima e melhorando sua qualidade de vida (CACHIONI, 2003; 2012). A autora Cachioni é uma estudiosa do envelhecimento que vem fazendo suas pesquisas nesta área do ensino e da pesquisa para o envelhecimento, especialmente no contexto das universidades, pois segundo ela “Práticas inovadoras no ensino, pesquisa e extensão impulsionam para a construção de uma sociedade que valoriza todas as idades” (CACHIONI; FLAUZINO, 2020, p.17). Esta autora teve

publicado um livro intitulado: Quem educa o idoso? onde coloca essa reflexão sobre o papel das universidades. Portanto, esse papel das Universidades é de responsabilidade social, pois o envelhecimento populacional tornou-se uma questão social que precisa de políticas públicas em diversas áreas, dentre estas na área educacional. Segundo Cachioni(2003) as universidades da Terceira idade “estreitaram as relações entre as universidades e a sociedade desde sua criação em 1973, primeiro na Europa, depois na América, e atualmente presente nos cinco continentes” (CACHIONI, FLAUZINO, 2020, p.19).

Na Universidade de Cruz Alta, a UNATI é um projeto que foi desenvolvido pelo Grupo Interdisciplinar de Estudos do Envelhecimento Humano – GIEEH, instituído no ano de 2008, priorizando a saúde e a qualidade de vida dos idosos e a troca de saberes, de forma interdisciplinar e com a presença dos idosos no campus universitário se inserindo nos espaços institucionais, aprendendo com, e ensinando às novas gerações, em uma troca intergeracional importante e necessária.

Neste período incomum em que estamos vivendo, de pandemia causado pelo SARS-CoV-2 (COVID-19), levou a população a adotar de forma coercitiva o isolamento social. Os idosos foram os que mais sentiram, pois isso impôs pouco, restrito ou nenhum envolvimento social com outras pessoas, interferindo na sua qualidade de vida. E isso precisou acontecer com maior incidência entre os idosos em razão da sua fragilidade e pelo fato, de no início da Pandemia se pensar que a maior letalidade da doença estaria nesta população (BEZERRA; NUNES; MOURA, 2021). Pensando na necessária proteção da saúde dos idosos e como alternativa para amenizar o isolamento social, a UNATI/UNICRUZ proporcionou diferentes atividades à população idosa de forma online, através de oficinas de artes, inclusão digital e atividade física. Além de proporcionar palestras, dicas de saúde e em relação aos cuidados preventivos quanto ao COVID – 19, exercícios para memória, entre outras possibilidades.

Assim, este artigo tem como objetivo trazer as narrativas que ressaltam o propósito e a importância da UNATI manter-se de forma online durante a pandemia de COVID-19, tornando-se assim, um subterfúgio contra o isolamento social e a continuidade da aprendizagem e qualidade de vida dos idosos.

2 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Trata-se de um estudo de cunho qualitativo do tipo narrativa da experiência produzida por um grupo interdisciplinar de professores e alunos de diferentes cursos (Fisioterapia;

Enfermagem; Educação Física; Direito; Ciência da Computação e Arquitetura e Urbanismo) da UNICRUZ (Universidade de Cruz Alta) por meio das atividades oferecidas aos participantes da UNATI (Universidade Aberta a Terceira Idade), de forma online, no período da Pandemia, como projeto institucional de extensão.

A UNATI por si só abrange a metodologia de experiência baseada na produção de conhecimentos compartilhada entre os acadêmicos, professores e idosos com o intuito de proporcionar convívio social, inclusão, conhecimento e aumento na qualidade de vida deste público.

A fundamentação teórica realizou-se por meio de buscas em artigos científicos a partir dos seguintes descritores: UNATI, Envelhecimento, Aprendizagem, Saúde e Pandemia. Ao total foram selecionados 21 (vinte e um) artigos relacionados ao assunto.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

3.1 Principais narrativas das vivências

Abstraindo de dificuldade, obstáculos e de o ano ser incomum, as atividades da UNATI na Universidade de Cruz Alta foram mantidas, visto que as mesmas contribuem para amenizar os impactos do isolamento social e ainda favorecer o envelhecimento ativo. Em 2020, houve a criação de um site da UNATI, onde semanalmente são divulgadas atividades e dicas. Do mesmo modo, foram criados grupos no *WhatsApp* onde os bolsistas e coordenadores mantêm os alunos informados e fazem os convites para as oficinas, que acontecem de forma online em dias previamente definidos e divulgados aos idosos. Como a Pandemia ainda se mantém, as atividades neste ano de 2021 ainda continuam de forma online. Assim, quem tem interesse e condições de participar nessa configuração prossegue com as atividades de forma síncrona nos dias das oficinas ou acessa posteriormente a página da UNATI.

Em 2020 e no primeiro semestre de 2021 foram ofertadas diversas atividades de forma remota, síncrona e assíncrona, durante as aulas e no site da UNATI. Foram trabalhados jogos de memória, caça-palavras, quebra cabeça, dentre outras atividades de cognição. Ainda foram trabalhadas dicas de educação em saúde, como remoção de tapetes e demais cuidados para evitar quedas dentro de casa, visto que o ambiente domiciliar está entre os principais causadores de lesão entre idosos.

Considerando a gravidade do momento presente, foram oferecidos também recomendações constantes de como proteger-se do COVID-19. Desenvolveram-se cartilhas

online com dicas de cuidados de prevenção, como lavar bem as mãos com água e sabão, fazer uso de máscara e álcool gel, e sempre ressaltando a importância do isolamento social.

É importante ressaltar que o número de participantes de forma remota foi bem menor, se comparado ao número de idosos que participavam na forma presencial. Nesta situação pode-se inferir que a maioria dos idosos não detém o conhecimento necessário para se fazer incluído digitalmente. Contudo, as atividades foram realizadas com o propósito de ampliar essa inclusão digital, promover a saúde física/mental do idoso e como um apoio social frente ao isolamento imposto pela Pandemia.

No segundo semestre de 2020 foi a primeira experiência de oferta online da UNATI, em forma de oficinas online que aconteciam três vezes na semana, onde em média participavam 38 a 40 idosos nas oficinas presenciais, passaram a participar 22 idosos nas oficinas online. Já, na continuidade da proposta online da UNATI/UNICRUZ, durante o primeiro semestre do ano de 2021 o projeto continuou acontecendo três vezes por semana, de forma online via *Google Meet*, no período da tarde, durante uma hora, com oficinas de atividade física, inclusão digital e momento de arte. Também foram realizadas palestras informativas, atividades cognitivas buscando o desenvolvimento contínuo da capacidade mental dos idosos, através de dinâmicas de memorização, técnicas de aprendizagem, socialização e concentração.

3.2 Oficina de Inclusão Digital

Vivemos, atualmente, um período de intensas transformações com o desenvolvimento da ciência e da tecnologia. Para as gerações mais novas (nativos digitais) o domínio das tecnologias é algo visível, todavia, conforme Cachar (2010, p.135) “a geração adulta e mais velha, de origem anterior à disseminação do universo digital e da internet, não consegue acolher e extrair tranquilamente os benefícios dessas evoluções na mesma presteza de assimilação dos jovens.” Eis então, que fica uma lacuna de aprendizagem e exclusão, da qual entende-se que as universidades precisam dar conta.

Considerando a importância que a internet e a informática assumiram no cotidiano de todas as pessoas, a Oficina de Inclusão Digital visa proporcionar conhecimentos dessa área aos idosos, a fim de diminuir a lacuna que há entre os idosos e a vida tecnológica. Essa Oficina é de suma importância, visto que a tecnologia digital pode ser um instrumento libertador e emancipatório que pode levar a autonomia e ampliação dos limites da convivência

social e também familiar (BRASIL, 2019). Esta importância pode ser observada neste tempo de pandemia e de isolamento social, em que a tecnologia poderia ter sido muito bem aproveitada pelos idosos, porém, através das atividades de forma remota, notou-se a dificuldade que os idosos ainda têm com o meio digital.

Portanto, com o objetivo de ampliar o conhecimento dos idosos em relação ao uso das tecnologias, durante o semestre foram abordados assuntos de alta relevância, como por exemplo:

- Conceitos iniciais e apresentação do computador;
- Área de trabalho e arquivos do computador;
- Atividades interativas sobre Microsoft Word, dentre outros assuntos;
- Personalização do Windows;
- Tipos de vírus;
- Em alguns encontros também foram realizadas atividades informativas sobre o COVID-19.

Todos os encontros eram muito interessantes, pois os participantes gostavam de conversar e contar sobre seu dia-a-dia e de quanto apreciavam a Oficina de Inclusão Digital, a qual lhes proporcionava muito conhecimento.

3.3 Oficina Momento de Arte

Segundo Fontes (2015), as artes têm o poder de potencializar a comunicação, a criatividade, a iniciativa, a descoberta dos interesses e aptidões do “eu” e também são primordiais para o desenvolvimento de aspectos como imaginação, discurso, capacidade de simbolização, emoção, autoestima, sentimento de empatia e autonomia. Estes são aspectos de suma importância para uma melhor qualidade de vida durante o processo de envelhecimento.

Nos encontros da Oficina Momento de Arte, a primeira atividade proposta foi a criação de um vaso e uma cesta de flores de dobradura, em comemoração ao dia das mães. A cada encontro que se seguiu elas faziam o trabalho juntas, visto que o objetivo era a troca de experiências e a conversa entre as participantes.

Um segundo trabalho foi a confecção de uma maquete. Para este trabalho foi proposto que as participantes relembassem sua casa ou algum lugar que marcou sua infância ou uma casa que elas gostariam de ter. A maquete foi composta com dobraduras, que trabalha muito com a memória, a criatividade e a motricidade.

Os trabalhos da Oficina Momento de Arte são de uma extrema relevância e as participantes relatam gostar muito. Cabe ressaltar que esta oficina é frequentada exclusivamente por mulheres. As atividades são sempre realizadas em grupo e em meio a conversas que ajudam as participantes a espantar a solidão, principalmente em tempos de isolamento social. Os trabalhos também despertam lembranças, emoções, dentre outros sentimentos que ajudam em diversos aspectos da vida.

3.4 Oficina de Atividade Física

Nas oficinas de atividade física foram realizadas atividades seguindo uma linha de aquecimento dinâmico, alongamentos antes das atividades, por meio de técnicas terapêuticas ajudando a prevenir lesões nos músculos e tendões, evitando dores musculares, aumentando a flexibilidade, extensibilidade dos tecidos moles e a amplitude de movimento de cada articulação e condicionamento por meio de exercícios que exijam força e resistência muscular e respiratória.

A prática de atividade física ocupa um papel fundamental na busca por um envelhecimento exitoso. Índícios afirmam que a realização assídua de atividades físicas possui diversas vantagens à saúde do idoso (MELO *et al.*, 2012). No entanto, despertar o interesse e principalmente manter a participação dos idosos na prática de atividade física não se tornou um encargo simples, ainda em um ano atípico de Pandemia.

A Oficina de Atividade Física realizava-se de forma online, ao vivo, oferecendo aos idosos um momento de socialização. Foram executadas diversas atividades, dentre elas atividades de aptidão física, coordenação motora, habilidades fundamentais, raciocínio lógico, além de exercícios de musculação adaptados para a prática em casa, contando com materiais encontrados no domicílio, como cadeiras, cabo de vassoura, halteres de garrafas pet, dentre outros. O desempenho, em todos os momentos, era acompanhado pelos bolsistas, que garantiam que os idosos efetuassem o exercício de forma correta.

Esta oficina tem o objetivo de auxiliar na manutenção e reforço da musculatura do idoso, cooperando na preservação de seu bem-estar e qualidade de vida. Além dos exercícios em aula, foram orientados exercícios para continuidade das atividades em casa, sempre rememorando a importância da prática de atividade física e da importância de uma caminhada segura, mesmo no ambiente domiciliar.

3.5 XXVI Semana Municipal da Pessoa Idosa

No segundo semestre de 2020, para evidenciar a Semana da Pessoa Idosa que se comemora na última semana de setembro e se encerra no dia 01 de outubro, o qual foi definido pela Organização das Nações Unidas (ONU) como o Dia Internacional do Idoso, organizamos a XXVI Semana Municipal da Pessoa Idosa. Essa atividade foi realizada pela UNATI – Universidade Aberta à Pessoa Idosa da UNICRUZ, juntamente com os alunos dos Programas de Pós-Graduação – Mestrado em Atenção Integral à Saúde e Mestrado em Práticas Socioculturais e Participação Social da UNICRUZ. Essa atividade também teve o apoio do COMID - Conselho Municipal do Idoso e da Secretaria de Desenvolvimento Social de Cruz Alta. As palestras foram realizadas de forma online e contaram com o apoio dos alunos dos referidos PPG. As temáticas trabalhadas foram prevenção a quedas, saúde geral do idoso, especialmente relacionado aos casos de idosos com neoplasias e saúde mental do idoso, em razão do período de isolamento social ocasionado pela Pandemia de COVID-19.

3.6 Semana de Combate à Violência Contra a Pessoa Idosa

No ano de 2021, em razão de no mês de junho, o dia 15 ser dedicado ao combate à violência contra a pessoa idosa, a UNATI organizou a Semana de Combate a Violência Contra a Pessoa Idosa, que ocorreu nos dias 15, 16 e 17 de junho, de forma online pelo Google Meet, com palestras para os idosos da UNATI e aberto para a população em geral e os acadêmicos e professores da UNICRUZ. Nestes dias transcorreram as seguintes palestras:

- 15/06/2021 – Palestra Prevenção À Violência Contra A Pessoa Idosa- com a psicóloga Dr.^a Silvia Virginia Coutinho Aersa, da UNISC;
- 16/06/2021 – Palestra Convivência Intergeracional e Práticas Socioculturais de Apoio Social entre Gerações, com egressa do PPG em Práticas Socioculturais e Desenvolvimento Social da UNICRUZ Adriana da Silva Silveira;
- 17/06/2021 – Palestra Quando Os Idosos Se Tornam Objetos De Tutela Do Estado, com a egressa do PPG em Práticas Socioculturais e Desenvolvimento Social da UNICRUZ e atualmente doutoranda deste mesmo programa, onde apresentou os dados de sua dissertação de mestrado, realizada em 2016 com dados sobre o município de Cruz Alta.

As palestras contaram com a presença de idosos participantes da UNATI, além de alunos de diversos cursos de graduação da Unicruz e dos PPGs, professores, dentre outros participantes. Ações como esta são imprescindíveis na formação de cidadãos detentores do saber e na construção de cidadãos conscientes que tenham o poder de evitar possíveis situações como a violência contra a pessoa idosa.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) define a violência contra a pessoa idosa como um “[...] ato único ou repetido, ou falta de ação apropriada, ocorrendo em qualquer relacionamento onde exista uma expectativa de confiança, que cause dano ou sofrimento a uma pessoa idosa [...]”. Estudos da OMS de 2017 mostram que um a cada seis idosos é vítima de violência em todo o mundo, e ainda apontam que 16% das pessoas com mais de 60 anos já sofreram algum tipo de abuso (BRASIL, 2021; ESTÂNCIA VALE VERDE, 2020).

Até este tempo, o abuso de idosos é visto como um tabu e subestimado e ignorado pelas sociedades mundialmente e já pode ser considerado um problema de saúde pública (BRASIL, 2020).

O Secretário Geral das Nações Unidas (2020) reitera que durante a pandemia do COVID-19, o medo e o sofrimento foram incalculáveis às pessoas idosas em todo o mundo, colocando-os em maior risco de isolamento, pobreza e discriminação. O isolamento social pode levar ao desenvolvimento de casos de ansiedade, depressão e violência, além de atrapalhar ou impedir o acesso do idoso a benefícios essenciais que atendem suas necessidades básicas e serviços de saúde (SOUZA *et al*, 2020).

O Ministério da Saúde elenca os tipos de violência praticada contra a pessoa idosa, que podem ser violência física, psicológica, negligência, violência institucional, patrimonial, sexual, abuso financeiro e discriminação. As mais frequentes são aquelas que não podem ser percebidas, como empurrões, beliscões, tapas ou agressões que não evoluem com sinais físicos, mas que provocam sofrimento, depressão, medo e desesperança. Lamentavelmente, a maioria das agressões acontecem dentro da própria casa do idoso, podendo ser cometida por familiares, filhos, netos, cônjuges ou cuidadores familiares (BRASIL, 2020).

O ato de reconhecer a violência e denunciá-la pode ser um grande desafio, logo, fica clara a importância de campanhas para conscientização sobre o tema. Com este intuito, o dia 15 de junho ficou conhecido como o Dia Mundial de Conscientização da Violência Contra a Pessoa Idosa, oficialmente reconhecido pela Assembleia Geral das Nações Unidas em 2011. É

um dia em o mundo evidencia sua oposição aos abusos e sofrimentos causados às gerações mais velhas.

Com essas narrativas das vivências ofertadas, entende-se que a UNATI vem desempenhando seus objetivos, uma vez que além de programas com atividades sociais e intelectuais, também oferece semanalmente programas específicos de atividade física para essa população e ainda, está atenta às discussões e temáticas atuais sobre o envelhecimento que precisam ser discutidas.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do exposto, constata-se a relevância do programa para os idosos o qual possibilita um envelhecimento prazeroso e mais independente. As oficinas permitiram aos idosos trocas de experiências, baseado no uso de dispositivos tecnológicos, com planejamentos remotos que levam momentos de inclusão digital, artes e atividades físicas, contribuindo também para a manutenção da saúde mental dos mesmos, levando em conta que muitos estão longe de familiares e amigos. É considerável salientar que a tecnologia tem reduzido o distanciamento e colaborando para que os efeitos do isolamento sejam amenizados pelos momentos de convívio online. Entretanto, também é a tecnologia que impossibilitou muitos idosos de participarem da UNATI online por não terem esse total domínio, demonstrando que essa é uma área que exige uma oferta maior para esta população.

A UNATI serviu como apoio social, em um período de isolamento, cenário que tende a se intensificar na Pandemia, por meio das oficinas, dos vídeos conferências, das oficinas que objetivaram também precaver a falta de ânimo e motivação, o esgotamento e até mesmo prevenir possíveis doenças mentais, como a depressão.

Na área acadêmica, nota-se o entrosamento dos universitários com os longevos e sua realidade, oportunizando o diálogo entre a graduação e a pós-graduação em temáticas relacionadas ao envelhecimento, o que é fulcral para formação acadêmica, além de possibilitar processos intergeracionais entre os estudantes (jovens) e as pessoas idosas que usufruem da UNATI.

Por fim, enquanto a pandemia não se finda, é de suma importância que as atividades prossigam de forma online, pois assim a Universidade exerce sua função, compromisso e responsabilidade social, viabilizando práticas socioculturais de saúde e bem-estar, em um período de Pandemia, que ocasionou isolamento social.

REFERÊNCIAS

BEZERRA, P. A.; NUNES, J. W.; MOURA, L. B. D. A. Envelhecimento e isolamento social: uma revisão integrativa. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 34, n. 02661, p. 1-9, 2020.

BRASIL. **Programa Viver: Envelhecimento Ativo e Saudável**. Disponível em: <https://www.gov.br/mdh/pt-br/assuntos/noticias/2019/marco/ProgramaViver.pdf>. Acesso em: 4 ago. 2021.

BRASIL. **Violência contra a pessoa idosa. Vamos falar sobre isso?** Disponível em: <https://www.gov.br/mdh/pt-br/assuntos/noticias/2020-2/junho/cartilhacombateviolenciapessoaidosa.pdf>. Acesso em: 9 ago. 2021.

BRASIL. SENADO FEDERAL. **Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003**: Estatuto do Idoso. Brasília-DF, 2003.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. BIBLIOTECA VIRTUAL EM SAÚDE- BVS. **15/6 – Dia Mundial de Conscientização da Violência Contra a Pessoa Idosa**. Disponível em: <https://bvsm.sau.gov.br/15-6-dia-mundial-de-conscientizacao-da-violencia-contr-a-pessoa-idosa-2/>. Acesso em: 9 ago. 2021.

CACHIONI, M. Universidade da Terceira Idade: história e pesquisa. **Revista Temática Kairós**, São Paulo, v. 15, n. 12, p. 1-8, dez. 2012.

CACHIONI, M.; FLAUZINO, K. de L. Ensino e aprendizagem para o envelhecimento no contexto da universidade. **Revista Kairós-Gerontologia**, São Paulo, n. 23, p. 17-24, 2020.

CACHIONI, M. **Quem educa os idosos?** Um estudo sobre professores de universidades da Terceira Idade. Campinas, SP: Alínea, 2003.

ESTÂNCIA VALE VERDE: INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA PARA IDOSOS. **Violência Contra o Idoso**. Disponível em: <https://estanciavaleverde.com.br/violencia-contr-a-idoso/>. Acesso em: 6 ago. 2021.

FONTES, A. As artes enquanto estratégias de intervenção da animação sociocultural na Terceira idade. **Rede Iberoamericana de Animação Socio-Cultural, Escola Superior de Educação e Ciências Sociais/Ipleiria**, n. 22, p. 1-13, 2015. Disponível em: http://quadernsanimacio.net/ANTERIORES/veintidos/index_htm_files/As%20artes.pdf. Acesso em: 9 de ago. 2021.

KACHAR, V. Envelhecimento e perspectivas de inclusão digital. **Revista Kairós Gerontologia**, São Paulo, v.13, n.2, p.131-147, 2010.

MELO, R. C. D. *et al.* Desempenho físico-funcional e nível de atividade física de participantes da Universidade Aberta à Terceira Idade da Escola de Artes Ciências e Humanidades da Universidade de São Paulo: (UnATI EACH-USP). **Revista Temática Kairós**, São Paulo, v. 15, n. 14, p. 129-154, 2012.

ROLDÃO, F. D. Aprendizagem contínua de adulto-idosos e qualidade de vida: refletindo sobre possibilidades em atividades de extensão nas universidades. **RBCEH**, Passo Fundo, v. 6, n. 1, p. 61-73, 2009.

SOUZA, E. M. D.; SILVA, D. P. P.; BARROS, A. S. D. Educação popular, promoção da saúde e envelhecimento ativo: uma revisão bibliográfica integrativa. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, n. 4, p. 1355-1368, 2021.

SOUZA, E. M. S. D.; *et al.* Violência contra a pessoa idosa em tempos de pandemia. **Enfermagem gerontológica no cuidado do idoso em tempos da COVID-19**, Brasília, v. 2, n. 2, p. 144-149, 2020.

VAZ, S. D. S. A inclusão educacional do idoso através da Universidade Aberta da Terceira Idade: UNATI, na Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Brasil. **Revista Científica UAA**, Paraguay, p. 1-154, dez. 2020.

VERAS, R. P.; CALDAS, C. P. Promovendo a saúde e a cidadania do idoso: o movimento das universidades da terceira idade. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 9, n. 2, p. 423-432, 2004.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Active Ageing A Policy Framework**. 2020. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/67215>.