

UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ

VANESSA APARECIDA QUALHO MUNIZ

EDUCAÇÃO EM SAÚDE E EDUCAÇÃO AMBIENTAL: CONTRIBUIÇÕES DA TERCEIRA IDADE PARA INTEGRAÇÃO DOS CAMPOS

PALOTINA

2023

VANESSA APARECIDA QUALHO MUNIZ

EDUCAÇÃO EM SAÚDE E EDUCAÇÃO AMBIENTAL: CONTRIBUIÇÕES DA  
TERCEIRA IDADE PARA INTEGRAÇÃO DOS CAMPOS

Dissertação apresentada como requisito à obtenção do grau de Mestre em Educação em Ciências, Educação Matemática e Tecnologias Educativas, no curso de Pós-Graduação em Educação em Ciências, Educação Matemática e Tecnologias Educativas, Setor de Palotina, da Universidade Federal do Paraná.

Orientador: Tiago Venturi

Co-orientadora: Valéria Ghislotti Iared

PALOTINA

2023

Universidade Federal do Paraná. Sistemas de Bibliotecas.  
Biblioteca UFPR Palotina.

M966 Muniz, Vanessa Aparecida Qualho  
Educação em saúde e educação ambiental: contribuições  
da terceira idade para integração dos campos / Vanessa  
Aparecida Qualho Muniz. – Palotina, PR, 2023.

Dissertação (Mestrado) – Universidade Federal do Paraná,  
Setor Palotina, PR, Programa de Pós-Graduação em Educação em  
Ciências, Educação Matemática e Tecnologias Educativas.

Orientador: Tiago Venturi.

Coorientadora: Valéria Ghislotti Iared.

1. Bem viver. 2. Socioecológica. 3. Epistemologias ecológicas.  
I. Venturi, Tiago. II. Iared, Valéria Ghislotti. III. Universidade  
Federal do Paraná. IV. Título.

CDU 37

Bibliotecária: Aparecida Pereira dos Santos – CRB 9/1653



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
SETOR PALOTINA  
UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ  
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EDUCAÇÃO EM  
CIÊNCIAS, EDUCAÇÃO MATEMÁTICA E TECNOLOGIAS  
EDUCATIVAS - 40001016174P1

## TERMO DE APROVAÇÃO

Os membros da Banca Examinadora designada pelo Colegiado do Programa de Pós-Graduação EDUCAÇÃO EM CIÊNCIAS, EDUCAÇÃO MATEMÁTICA E TECNOLOGIAS EDUCATIVAS da Universidade Federal do Paraná foram convocados para realizar a arguição da dissertação de Mestrado de VANESSA APARECIDA QUALHO MUNIZ intitulada: EDUCAÇÃO EM SAÚDE E EDUCAÇÃO AMBIENTAL: CONTRIBUIÇÕES DA TERCEIRA IDADE PARA INTEGRAÇÃO DOS CAMPOS, sob orientação do Prof. Dr. TIAGO VENTURI, que após terem inquirido a aluna e realizada a avaliação do trabalho, são de parecer pela sua APROVAÇÃO no rito de defesa.

A outorga do título de mestra está sujeita à homologação pelo colegiado, ao atendimento de todas as indicações e correções solicitadas pela banca e ao pleno atendimento das demandas regimentais do Programa de Pós-Graduação.

Palotina, 21 de Setembro de 2023.

Assinatura Eletrônica  
25/09/2023 14:12:03.0  
TIAGO VENTURI  
Presidente da Banca Examinadora

Assinatura Eletrônica  
28/09/2023 11:02:25.0  
ADRIANA MOHR  
Avaliador Externo (UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA)

Assinatura Eletrônica  
25/09/2023 14:41:14.0  
ROBSON SIMPLICIO DE SOUSA  
Avaliador Interno (UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ)

Assinatura Eletrônica  
25/09/2023 18:44:08.0  
DIANA PAULA SALOMÃO DE FREITAS  
Avaliador Externo (UNIVERSIDADE FEDERAL DE PELOTAS)

## AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente à Deus, por ter me proporcionado saúde, perseverância e discernimento durante todo o percurso da Pós-Graduação.

Aos meus orientadores, Prof. Dr. Tiago Venturi e Prof. Dra. Valéria Ghislotti lared, por todos os ensinamentos, empatia, discussões e contribuições essenciais para o desenvolvimento desta pesquisa. À Prof. Dr. Adriana Mohr e Prof. Dr. Diana Salomão de Freitas que aceitaram ser banca avaliadora desta pesquisa, da qual contribuiu imensamente para a construção deste trabalho. Também ao Prof. Dr. Robson Simplicio de Sousa que também foi avaliador por membro do PPGECEMTE.

Agradeço, portanto, a todos os professores do Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências, Educação Matemática e Tecnologias Educativas por toda construção de conhecimentos que me proporcionaram. Assim como a toda Instituição, a Universidade Federal do Paraná, Setor Palotina, que já faz parte da minha vida à sete anos, e só me trouxe bons frutos.

Aos idosos que aceitaram participar da pesquisa, que foram o foco da pesquisa. O compartilhamento de suas experiências e vivências trouxeram muitas contribuições para a comunidade acadêmica, e mais ainda, sempre lembrarei com carinho dos momentos de nossas caminhadas.

Aos meus pais, minha base em toda minha vida e agora não seria diferente. Agradeço pelo incentivo aos estudos e aos sacrifícios que fizeram em meu benefício. Agradeço aos abraços, aos choros, aos conselhos e aos sorrisos. Sem vocês, eu não seria nada.

Sou grata ao meu esposo, que desde o início do processo seletivo esteve ao meu lado, sempre me apoiando e incentivando meu sonho. Obrigada por segurar minha mão nas incertezas, pelos abraços de acalento e comemoração.

À minha maior alegria, meu presente, minha filha Aurora, que chegou no meio do percurso da pesquisa, mas que chegou para somar. Todo empenho e dedicação agora torna-se não apenas para benefício próprio, mas por ela principalmente. Tê-la em minha vida, me faz querer viver e ser melhor.

Aos meus amigos de dentro e fora do programa de mestrado, que somaram com minhas alegrias e incertezas, principalmente ao meu colega Rafael Margatto Aloisio, que foi e é meu grande amigo e tanto me ajudou. E por fim, à todos que de alguma forma contribuíram para que este trabalho pudesse ser concluído.

## EPÍGRAFE

*Você pode desperdiçar sua vida desenhando linhas. Ou pode viver sua vida atravessando-as.*

*GREYS ANATOMY, TEMP.1, EP.2.*

## RESUMO

A educação ambiental e a educação em saúde são campos de estudos e práticas com diferentes origens, abordagens e arcabouços teóricos. A educação ambiental contempla autores que trabalham com as epistemologias ecológicas, conceito definido pela necessidade de superação das dualidades modernas e das dicotomias entre ser humano-mundo-ambiente. Autores que fazem parte desse *guarda-chuva*, defendem o engajamento do corpo no mundo como resultado dos movimentos de fluxos da vida, a corporeidade e a necessidade de uma educação da atenção. A educação em saúde ao ser trabalhada em aspectos socioecológicos, formadores e pedagógicos oportunizam que o sujeito seja protagonista para a compreensão e mudança de sua realidade, abrangendo aspectos culturais, sociais, econômicos, ambientais, dentre outros. Apesar de iniciativas que integram saúde e ambiente e de suas perspectivas interdisciplinares, raras são as iniciativas que colocam educação ambiental e educação em saúde em diálogo. Portanto, o objetivo desse trabalho é compreender as possibilidades e potencialidades de articulação entre educação ambiental e educação em saúde, a partir da percepção de sujeitos da terceira idade. Metodologicamente, esta pesquisa configura-se como qualitativa, e pauta-se na etnografia sensorial como produção de dados. Os dados foram produzidos a partir de cinco entrevistas semiestruturadas realizadas em 2022 e 2023 durante caminhadas pelo Parque Estadual São Camilo, Palotina/PR. Metodologia denominada de *walking ethnography*, que reconhece as experiências vividas, percepções e construção de saberes mediante o local e contexto social. Alguns autores indicam o *walking ethnography* como possibilidade de apreensão das multissensorialidades, o que pode direcionar a corporeidade como central para análise das afetividades, ética e estética. Os dados apontaram para a emergência de três categorias: atencionalidades, ética e presentidade. A atencionalidade traz aspectos sobre as percepções dos idosos durante a caminhada, pela observação local e em sintonia com o ambiente, desacelerando os passos e a mente. A ética aborda sobre as nuances de políticas públicas e sua importância, relacionada com os aspectos da justiça ambiental. A categoria de presentidade vê a vida como um presente, no sentido temporal, pelo modo como afetamos e somos afetados, em afetividade e memórias apresentadas pelos idosos. São elementos que evidenciam a filosofia do Bem Viver como possibilidade para articulação da educação em saúde e educação ambiental, contribuindo para diálogos entre os campos de investigação. Entretanto, podem favorecer as práticas educativas, seja no contexto escolar ou comunitário, que privilegiam as sensações e emoções, motivadas pela corporeidade e que tragam novas perspectivas para pensar a educação ambiental e a educação em saúde.

**Palavras-chave:** *Walking Ethnography*; Bem Viver; Socioecológica; Epistemologias Ecológicas

## ABSTRACT

Environmental education and health education are fields of studies and practices with different strands, approaches and theoretical frameworks. Environmental education includes authors who work with ecological epistemologies, a concept defined by the need to overcome modern dualities and the dichotomies between human being-worldenvironment. Authors who form part of this umbrella defend the engagement of the body in the world as a result of the movements of life flows, corporeity, of an education of attention. When health education works on socio-ecological, educational and educational aspects, it makes it possible for the subject to be a protagonist in changing their reality, covering cultural, social, economic and environmental aspects. Therefore, the objective of this work is to understand the possibilities and potentialities of articulation between environmental education and health education, based on the perception of elderly subjects. In this way, the elderly public was chosen to be a community that has invaluable experiences, experiences and wisdom, talking with the theoretical framework of this research. Methodologically, this research is characterized as qualitative, and is based on sensory ethnography as data production. Data were produced from five semi-structured interviews in 2022 and 2023 while taking a walk through São Camilo State Park, Palotina/PR, a practice called walking ethnography, which confirms the vivid experiences, perceptions and construction of knowledge through the place and context Social. Some authors indicate the itinerant ethnography as a possibility of apprehending multisensorialities, which can direct corporeality as central to the analysis of affectivities, ethics and aesthetics. The data pointed to the emergence of three categories: attention; ethics and; presentness. Attention brings aspects about the perceptions of the elderly during a walk, through local observation and in tune with the environment, slowing down the steps and the mind. Ethics addresses the nuances of public policies and their importance, related to aspects of environmental justice. The category of presentness sees life as a present, in the temporal sense, by the way we affect and are affected, in affectivity and memories presented by the elderly. This is evidence that Good Living offers potential and possibilities for articulating health education and environmental education, as it favors educational practices that favor sensations and emotions, motivated by corporeality.

**Keywords:** *Walking Ethnography;* Good Living; Socioecological; Ecological Epistemologies

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO</b> .....	<b>10</b>
<b>2 EDUCAÇÃO EM SAÚDE E EDUCAÇÃO AMBIENTAL: O QUE DIZ A LITERATURA</b> .....	<b>13</b>
2.1 EDUCAÇÃO EM SAÚDE .....	13
2.2 EDUCAÇÃO AMBIENTAL .....	18
2.3 OS IDOSOS NA EDUCAÇÃO EM SAÚDE NA E EDUCAÇÃO AMBIENTAL .....	22
<b>3 CAMINHOS DA PESQUISA</b> .....	<b>27</b>
3.1 PESQUISA QUALITATIVA .....	27
3.2 PRODUÇÃO DE DADOS .....	29
3.2.1 Etnografia .....	29
3.2.2 O Caminhar .....	30
3.2.3 Seleção de participantes e realização das entrevistas .....	33
3.3 ANÁLISE DOS DADOS À LUZ DA FENOMENOLOGIA .....	35
<b>4 RESULTADOS: OLHARES E COMPREENSÕES</b> .....	<b>38</b>
4.1.1 (Eco)Narrativa do participante "Palmeira" .....	39
4.1.2 (Eco)Narrativa do participante "Disposição" .....	43
4.1.3 (Eco)Narrativa do participante "Ligeirinho" .....	49
4.1.4 (Eco)Narrativa do participante "Erva" .....	54
4.1.5 (Eco)Narrativa do participante "Satisfação" .....	60
4.2 (ECO)NARRATIVA: ANÁLISES E DISCUSSÕES .....	65
4.2.1 Atencionalidade.....	66
4.2.2 Ética .....	69
4.2.3 Presentidade.....	72
<b>5 CONSIDERAÇÕES INICIAIS</b> .....	<b>74</b>
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	<b>76</b>
<b>APÊNDICE 1 - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)</b> .....	<b>86</b>
<b>APÊNDICE 2 - QUESTÕES PARA A ENTREVISTA SEMIESTRUTURADA</b> .....	<b>89</b>
<b>APÊNDICE 3 - TRANSCRIÇÃO DAS ENTREVISTAS</b> .....	<b>90</b>
<b>APÊNDICE 4 - UNIDADE DE SENTIDO, UNIDADE DE SIGNIFICADO E CATEGORIZAÇÃO</b> .....	<b>144</b>

## 1 INTRODUÇÃO

É comum que pessoas cresçam sabendo qual será sua profissão e de fato se tornam esse profissional, porém comigo foi diferente, no decorrer da infância e adolescência mudava meus pensamentos sobre a carreira todo ano, e professora e bióloga não estavam presentes nesses pensamentos. Então, chegou o ano de prestar vestibular, e com a incerteza, decidi fazer o vestibular para Ciências Biológicas na Universidade Federal do Paraná, Setor Palotina, pois se tratava de uma instituição pública, em cidade próxima a minha cidade natal, e fui aprovada.

Com a aprovação no vestibular e início do curso, comecei a sentir apreço pela área e decidi que seria minha profissão, mas sempre “gostei de tudo um pouco”, então decidir em qual área seguir foi um desafio, tinha apenas certeza da licenciatura. A defesa de trabalho de conclusão de curso, o temido TCC, estava se aproximando, e ao refletir sobre com o que trabalhar, todos os meus pensamentos direcionavam para a temática ambiental, e assim foi. Realizei minha pesquisa com educação ambiental e formação de professores.

Agora, formada, o que fazer? Teve início o Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências, Educação Matemática e Tecnologias Educativas (PPGECEMTE) no Setor de Palotina, e prestei o processo seletivo para mestrado acadêmico. Nesse momento, mais um desafio, o que pesquisar? A educação ambiental era um fato, mas faltava algo. Então, considerando a pandemia do coronavírus (SARSCoV2) em ascensão e as leituras realizadas, refleti sobre a relação entre saúde e o ambiente. Escrevi, então, um projeto que visava integrar a educação ambiental e a educação em saúde.

Naquele momento e contexto, a educação e a ciência passavam por um processo de desvalorização, com constantes cortes financeiros, avanço de posturas que negam a ciência, desmantelamento de órgãos públicos, dentre outros ataques, que merecem vigilância neste novo governo que se inicia. Perante essa situação, é necessário problematizar questões que envolvem educação e ciência. A contribuição deste estudo se pretende por meio da integração de dois campos de pesquisa: a educação em saúde e a educação ambiental.

O interesse em trabalhar com educação em saúde e educação ambiental surgiu quando percebi que a saúde e o ambiente estão intimamente interligados, tanto por aspectos científicos, relacionados à qualidade da vida humana, quanto por

discussões recentes como o conceito de Bem Viver, da atenção que o ambiente evoca no ser humano e mundo mais-que-humano, e como os processos de saúde estão relacionadas com essas atencionalidades.

A educação em saúde e a educação ambiental são campos de estudos e práticas que contemplam diversas vertentes, abordagens e arcabouços teóricos. Schall e Struchiner (1999) apontam que a origem da educação em saúde foi pautada por imposição de hábitos sanitaristas, originando uma abordagem simplista que impede que a população compreenda os motivos de informações científicas, reflita sobre elas, para assim, tomar suas próprias decisões. Venturi e Mohr (2021) discutem sobre a instituição da educação em saúde tradicional no âmbito escolar, com palestras e conteúdos isolados, geralmente ministrados por profissionais da saúde. Esses aspectos culminam em uma educação bancária unidirecional, dificultando a construção de conhecimentos pelo aluno e o desenvolvimento de sua autonomia de aprendizagem, reflexões e discussões.

Baseada nisso, Mohr (2002) propôs uma educação em saúde com uma visão formadora, priorizando os processos de ensino e aprendizagem, as práticas e o cotidiano, o pensamento crítico e reflexivo e a autonomia para a vida cidadã. Pautado nessa visão formadora da educação em saúde, Venturi (2018) sugeriu uma educação em saúde com perspectiva pedagógica para o contexto escolar. O autor considerou objetivos e práticas interdisciplinares para a construção de conhecimentos de modo reflexivo, o que pode proporcionar ao aluno inter-relações cognitivas sobre os temas. Nesse sentido, Martins (2017) aponta a perspectiva socioecológica da saúde como promissora, pois integra problemas sociais, fatores do processo saúde-doença, questões ambientais e políticas, reforçando o dever do sujeito no processo da transformação social, o que oportuniza ser protagonista para a mudança de sua realidade.

Diferentemente da educação em saúde que teve origem em propósitos de imposição de hábitos sanitaristas, a educação ambiental surgiu como um campo interdisciplinar desde suas primeiras conceituações na Carta de Belgrado (1975) e na Declaração da Conferência Intergovernamental sobre Educação Ambiental de Tbilisi (1977). A pluralidade no campo da educação ambiental propiciou o surgimento de diferentes práticas e tendências. Alguns estudos se debruçaram sobre esses vários endereçamentos, como por exemplo, o apresentado por Sauv  (2005), que identificou 15 correntes práticas, desde vertentes pragmáticas, que preconizam práticas

pontuais, ingênuas e prescritivas, até vertentes com estímulos ao pensamento crítico e reflexivo.

Alguns pesquisadores do campo da educação ambiental têm se aproximado de teóricos que podem ser concebidos como integrantes do *guarda-chuva* das epistemologias ecológicas, um conceito definido por Steil e Carvalho (2014), que abrange disciplinas de diferentes áreas que convergem com a proposta de superação das dualidades modernas, como a natureza-cultura, sujeito-sociedade, corpo-mente, artifício-natureza, sujeito-objeto, argumentando pela horizontalidade entre um mundo humano e mais-que-humano.

Destaco Tim Ingold (2011) como um dos autores que tem trabalhado sob o *guarda-chuva* das epistemologias ecológicas, o qual apresenta uma *educação da atenção* com o propósito de cicatrizar dicotomias, como razão-emoção, mente-corpo, natureza-cultura. Para Ingold, educação da atenção é a capacidade de mostrar algo, permitindo que se torne presente para o indivíduo, para aprender *em tempo real*, olhando, ouvindo, sentindo. Ainda, pode-se compreender como uma *sintonia fina do sistema perceptivo* (INGOLD, 2010; 2016) que responde e corresponde às multissensorialidades do mundo humano e mais-que-humano.

A partir dessa perspectiva, compreendo a amplitude interdisciplinar que os campos oferecem e vislumbro aproximações entre a educação em saúde e a educação ambiental, aprofundadas nesta pesquisa. Devido aos poucos trabalhos que englobam esses campos, parto do pressuposto que os idosos podem oferecer contribuições significativas para essa aproximação. Isso se deve ao fato de minha vivência pessoal com idosos, ao refletir que os mesmos possuem um olhar e cuidado atento à sua saúde e ao ambiente que os cercam, relacionando seu Bem Viver com a presença de um ambiente “verde”, “da natureza”, “do ar puro”, dentre outros adjetivos. Embasada por Miranda, Modena e Schall (2005) e Janini, Bessler e Vargas (2015), os idosos são considerados um grupo que possui autonomia e criticidade para participar de projetos comunitários que envolvem temáticas formativas, como a educação em saúde e a educação ambiental.

Diante do exposto, entendo que a educação em saúde e a educação ambiental, como campos interdisciplinares e transversais, podem convergir em alguns de seus pressupostos, entretanto, poucos estudos vêm apontando essas articulações teóricoepistemológicas. Dessa forma, questiono o que os idosos tem a contribuir com os campos de pesquisa de educação em saúde e educação ambiental sob a ótica das

epistemologias ecológicas e da saúde socioecológica? Motivo pelo qual o **objetivo geral** deste estudo é compreender as possibilidades e potencialidades de articulação entre educação ambiental e educação em saúde, por meio de (eco)narrativas produzidas a partir de relatos de sujeitos da terceira idade.

Para tanto, **são objetivos específicos:**

a) Descrever as experiências de saúde e ambiente e suas relações na visão da pessoa idosa;

b) Discutir a valorização dos saberes na educação em saúde e educação ambiental mobilizados nas (eco)narrativas dos sujeitos da terceira idade;

c) Contribuir para o campo de pesquisa em educação em saúde e educação ambiental, a partir das discussões dos saberes da terceira idade.

Este estudo encontra-se dividido em cinco capítulos. Na sequência desta introdução e contextualização, no capítulo dois, encontra-se a revisão de literatura realizada com base nos campos de estudo, com foco nas vertentes de educação em saúde e educação ambiental que embasarão a pesquisa. No capítulo três, descrevo a metodologia de pesquisa utilizada, com detalhamento para a produção e coleta de dados, com fundamentos na pesquisa qualitativa, etnografia, o uso das caminhadas em pesquisas e à luz da fenomenologia. No capítulo quatro encontram-se os resultados das entrevistas, os quais organizam-se por meio de (eco)narrativas e às análises e discussões. Por fim, o capítulo cinco destina-se às considerações iniciais.

## **2 EDUCAÇÃO EM SAÚDE E EDUCAÇÃO AMBIENTAL: O QUE DIZ A LITERATURA**

Nesta seção, serão apresentados os campos de estudo e pesquisa base para este trabalho, educação em saúde e educação ambiental, juntamente com as perspectivas correspondentes. Também será discutido sobre o grupo de participantes e sua influência para este trabalho.

### **2.1 EDUCAÇÃO EM SAÚDE**

A educação em saúde, enquanto termo conceitual, começou a se apresentar no Brasil por volta da década de 1920, influenciada pelos movimentos da Primeira Reforma Sanitária, entretanto, a saúde pública já estava presente no mundo, voltada

apenas para classes nobres (LEVY *et al.*, 2002). Tratava-se de uma perspectiva de educação em saúde com propósito de imposição de hábitos higienistas (FREITAS; MARTINS, 2008), prevalecendo até a década de 1970, quando começaram a surgir discussões a respeito do campo e a levar em consideração aspectos coletivos, sociais, ambientais e pedagógicos (WENDHAUSEN; SAUPE, 2003). Diniz, Figueiredo e Schall (2009), abordam a importância da médica e educadora Hortênsia Hurpia de Hollanda para a educação em saúde, prevenção e controle de endemias no Brasil. Segundo as autoras, Hortênsia apresentava sensibilidade para os problemas sociais, destacava a importância da participação da população em práticas originais e inovadoras, cujas defesas perduram até os dias atuais, com destaque àquelas em que ouvir a comunidade é prioridade. Ainda na década de 1970, o Ministério da Saúde implementou a educação em saúde na escola, com o objetivo de promover uma vida mais saudável (WENDHAUSEN; SAUPE, 2003).

Ao final da década de 1990, especialmente em 1997, a educação em saúde começou a ganhar espaço no ambiente escolar de modo interdisciplinar e transversal, sendo apresentada nos Parâmetros Curriculares Nacionais, os PCN (BRASIL, 1997). No documento em questão, o campo de estudo era chamado de “Educação para a Saúde”, considerada como um “fator de promoção e proteção à saúde e estratégias para a conquista dos direitos de cidadania”, e incluí-la no currículo corresponde a uma demanda social, “para que o direito à saúde seja encarado como prioridade” pela população e o governo (BRASIL, 1997, p. 65). Ainda no PCN, o documento abordava que “a escola, sozinha, não levará os alunos a adquirirem saúde. Pode e deve, entretanto, fornecer elementos que os capacitem para uma vida saudável” (BRASIL, 1997, p. 65). De acordo com Souza, Guimarães e Amantes (2019), com o novo documento normativo curricular da educação básica brasileira, a Base Nacional Comum Curricular, a BNCC, (BRASIL, 2018), o termo da educação em saúde ou educação para a saúde foi excluído, abordando o contexto da saúde com uma estrutura normativa, principalmente pela imposição de hábitos considerados saudáveis, excluindo a interdisciplinaridade do campo. Pode-se considerar um retrocesso ao percurso da educação em saúde e ao ensino brasileiro.

Adentrando no contexto da educação em saúde, em termos conceituais, de acordo com Schall e Struchiner (1999, p. 4), a educação em saúde pode ser entendida como

um campo multifacetado, para onde convergem diversas concepções, das áreas tanto da educação, quanto da saúde, as quais espelham diferentes compreensões do mundo, demarcadas por distintas posições políticas e filosóficas sobre o homem e a sociedade.

Compreende-se assim que a educação em saúde possui origens no encontro de duas grandes áreas, a educação e a saúde, as quais apresentam objetivos, conteúdos e metodologias diferentes e, por vezes, divergentes (VENTURI, 2013). Pode-se discutir que a designação do campo é polissêmica, “educação em saúde”, “educação para a saúde”, “educação e saúde”, “educação sanitária”, configuração esta, resultado de alguns de seus problemas e dificuldades, sendo insuficiente para a compreensão por parte de seus atores (VENTURI; MOHR, 2011), em especial docentes e àqueles que possuem o compromisso de elaborar políticas públicas.

Como apresentado anteriormente, a educação em saúde sempre foi, e é, pautada na transmissão de informações científicas, profilaxias, tratamentos, a fim de evitar a contaminação por doenças, por meio da imposição de hábitos (SCHALL; STRUCHINER, 1999; MARINHO; SILVA, 2012). A defasagem de apenas apresentar imposições é nítida, uma vez que impede, mesmo que indiretamente, que a população compreenda os motivos dessas informações de precaução, que formem opiniões próprias a partir de reflexões críticas. Para Venturi e Mohr (2021), as atividades de cunho normativo possuem o objetivo de promover mudanças comportamentais imediatas, resultando em uma visão equivocada de uma compreensão sobre saúde, suas relações, fatores e condicionantes.

A necessidade de oferecer discussões promissoras sobre a educação em saúde de forma que priorize o pensamento crítico e reflexivo e considere os objetivos e práticas interdisciplinares, foi proposta por Adriana Mohr (2002), com uma educação em saúde formadora. Sistematizada por Venturi (2018), a educação em saúde sob a perspectiva pedagógica busca oferecer subsídios para trabalhar com objetivos e práticas interdisciplinares, a respeito de temas de saúde em contexto escolar. O autor ainda discute que a educação em saúde é um campo interdisciplinar com diferentes compreensões e percepções em áreas de Saúde, Educação e principalmente no Ensino de Ciências (VENTURI, 2018).

A educação em saúde com perspectiva pedagógica adota uma abordagem

centrada na construção de conhecimentos sobre o tema da saúde e tem o objetivo de ensinar conhecimentos através da reflexão e do pensamento autônomo, de forma a promover no aluno inter-relações cognitivas

entre os diversos conhecimentos envolvidos nas decisões acerca da saúde individual e coletiva (VENTURI, 2018, p. 29).

Concomitante a essas discussões, na visão de Schall (2005), a educação em saúde deve propor um trabalho que vá além da prevenção de doenças, deve ser desenvolvida por meio de objetivos que considerem a promoção de saúde, construção da cidadania e comprometimento com a transformação social dos alunos. A autora complementa que é momento de superar a tendência de memorização de ciclos de transmissão de endemias, de posicionar passivamente regras e hábitos de higiene, e sim evidenciar noções e práticas a partir de “motivações internas que as justifiquem e apreciem, compreendendo o contexto em que se encontram, não se restringindo a elas”, favorecendo na educação em saúde as situações de escolha, reflexão e decisão (SCHALL, 2005, p. 53).

Liziane Martins (2017) aponta para uma educação em saúde com abordagem socioecológica, a qual considero que se articula com a perspectiva pedagógica. A abordagem socioecológica

emerge como alternativa para a superação das abordagens de saúde centradas em ações apenas individuais e que se norteiam geralmente pela unicausalidade no entendimento da saúde e da doença. Isso porque, ainda que os métodos diagnósticos e terapêuticos, a vacinação, a educação em saúde etc., sejam dirigidos aos indivíduos, haveria que se privilegiar uma maior democratização do acesso à saúde e à compreensão da saúde como direito, a conjugação da compreensão e da ação sobre os aspectos socioambientais associados à saúde, a participação mais crítica do cidadão em relação à promoção de sua saúde, a dimensão coletiva da saúde e da doença (MARTINS, 2017, p. 29).

Oliveira e Egrý (2000) retratam que esses aspectos se apresentam mais promissores em relação à manutenção da qualidade de vida e saúde, pois sensibilizam as pessoas e as comunidades das quais pertencem, por meio de uma aproximação interativa, incorporando ações individuais e coletivas. Ou seja, a abordagem da educação em saúde socioecológica não está empenhada na distinção de atribuições e ações individuais e coletivas, mas voltada para as práticas de saúde tanto para o indivíduo quanto para a sociedade (MARTINS, 2017).

Quintero (2007) argumenta que esta perspectiva surgiu junto com as buscas pelas causas de doenças no ambiente, investigando o caráter biológico, mas principalmente os fatores físicos, sociais, econômicos e políticos referentes à saúde.

Portanto, a abordagem socioecológica possui uma de suas raízes na visão sanitaria, pela preconização de discussão de saúde e doença pautada em questões ambientais.

Entretanto, essa visão sanitaria foi silenciada pela hegemonia da abordagem biomédica (MARTINS, 2017; OLIVEIRA; EGRY, 2000; RIZZOTTO, 2006), o que complexificou a disseminação de uma visão interativa de saúde e doença pautadas em questões ambientais, considerando aspectos socioeconômicos (MARTINS, 2017).

Em outras palavras, enquanto a abordagem biomédica/sanitaria, se ocupa com a visão negativa do processo de saúde-doença, a abordagem socioecológica almeja ultrapassar esses limites, considerando a saúde como presença de um estado de capacidades e funcionalidades humanas, em pensamento, sentimento e comportamento e não apenas como ausência de doenças (KEYES, 2007; MARTINS, 2017). Imersa nisso, menciono a corporeidade, da qual é condizente com essa percepção, uma relação intrínseca entre corpo-mente-mundo, conceito detalhado mais adiante. A abordagem socioecológica discute a “saúde e a doença a partir de pilares integradores, abrangendo os aspectos culturais, sociais, econômicos e ambientais” (MARTINS, 2017, p. 31).

De acordo com Buss (2000), essa abordagem abrange uma visão afirmativa da saúde associada com Bem Viver e qualidade de vida. Nesta visão pode-se considerar que “a saúde deixa de ser vista como um estado estático, biologicamente definido, para ser compreendida como um estado dinâmico, socialmente produzido” (MARTINS, 2017, p. 34).

Martins (2017) discorre sobre os principais objetivos das estratégias desenvolvidas na abordagem socioecológica, que devem ser desenvolvidos pela comunidade, com os profissionais da área de saúde pública. Os objetivos destacam

reconhecer as pessoas como principal recurso para se ter saúde; reorientar os serviços de saúde para promover a saúde, e não apenas prevenir e tratar doenças; capacitar as pessoas de modo a permitir a aprendizagem sobre saúde durante toda a vida; propiciar condições para o desenvolvimento de habilidades individuais; orientar sobre os conhecimentos e as atitudes necessárias para reforçar a ação comunitária; criar espaços saudáveis etc. (MARTINS, 2017, p.34).

Destaco que não é objetivo destas discussões negar ou inferiorizar distintas abordagens de educação em saúde, mas que ao tratar de aspectos reflexivos, discussões e de autonomia cidadã defendidas neste trabalho, as perspectivas

pedagógica e socioecológica oferecem subsídios necessários para os objetivos propostos.

Dessa forma, compreendo que os aspectos reflexivos que permeiam a educação em saúde podem oferecer subsídios para que ocorra articulação com outros campos de pesquisa, como a educação ambiental, sobre a qual discutirei no próximo tópico. A educação ambiental também possui variadas abordagens e caminhos a serem seguidos, e não se pretende negar nenhum deles, e sim priorizar discussões reflexivas e de correspondência, correlacionando com a educação em saúde.

## 2.2 EDUCAÇÃO AMBIENTAL

O termo “educação ambiental” foi cunhado na década de 1970, com a Conferência de Estocolmo (1972), mas desde 1800 que pesquisadores vem apontando a necessidade de conservação de recursos naturais, pela sua exploração desenfreada (TALAMONI *et al.*, 2018). Esse campo de estudo e práticas surgiu com propósito democrático, chegando ao Brasil na década de 1980, presente na Constituição Federal Brasileira de 1988 (BRASIL, 1988). Mas é na década de 1990 que avança na legislação nacional e torna-se presente no currículo escolar brasileiro, nos PCN (Parâmetros Curriculares Nacionais) como um tema interdisciplinar e transversal.

Em 1999, foi instituída a Lei nº 9.795, nomeada Política Nacional de Educação Ambiental (PNEA), e foi resultado de um intenso movimento e lutas constituintes das políticas públicas na educação ambiental, e esta compreende a educação ambiental como os processos por meios dos quais o indivíduo e a coletividade constroem valores sociais, conhecimentos, habilidades, atitudes e competências voltadas para a conservação do meio ambiente, de uso comum da sociedade, essencial a boa qualidade de vida e sustentabilidade (BRASIL, 1999). Por meio do Decreto nº 4.281, em 2002 (BRASIL, 2002), a PNEA foi regulamentada legalmente e instituiu oficialmente que Órgão Gestor responsável pela educação ambiental no Brasil seria o Ministério da Educação (MEC) e Ministério do Meio Ambiente (MMA). Segundo Rufino e Crispim (2015), após estes eventos da década de 1970, 1980 e 1990 a educação ambiental foi institucionalizada em vários espaços e contextos (escolas, universidades, unidades de conservação, museus, entre outros).

Em 2012, foi estabelecida as Diretrizes Curriculares Nacionais em Educação Ambiental (DCN), considerada um marco legal com princípios e objetivos presentes na organização curricular, sendo compromisso do estabelecimento educacional, “o papel socioeducativo, ambiental, artístico, cultural e as questões de gênero, etnia, raça e diversidade que compõem as ações educativas, a organização e a gestão curricular” da Educação Básica e Ensino Superior (BRASIL, 2012, p. 24 e 25).

Em 2018, com a implementação do novo documento curricular normativo (BRASIL, 2018), a Base Nacional Comum Curricular (BNCC) o termo educação ambiental foi excluído, considerado por diversos autores como um retrocesso a todo movimento e percurso da educação ambiental no Brasil (ANDRADE; PICININI, 2017; BEHREND; COUSIN; GALIAZZI, 2018; BARBOSA; OLIVEIRA, 2020), do mesmo modo como ocorreu com a educação em saúde, anteriormente mencionada.

Apesar do silenciamento da educação ambiental em documentos normativos, curriculares, e a violação de políticas públicas, a educação ambiental continua ativa nos grupos de pesquisas e pessoas engajadas nesse campo (VIEIRA; MORAES; CAMPOS, 2020). As autoras argumentam, a partir do histórico da educação ambiental no Brasil, que a problemática ambiental continua como pauta de discussões da agenda de política internacional e nacional, com o objetivo de construção de políticas públicas mesmo que seja em contextos dos micros espaços, por exemplo, linhas de pesquisa na pós-graduação, ativistas organizados em rede e por pessoas que implementam a educação ambiental dentro de suas instituições.

Em termos conceituais, a Política Nacional de Educação Ambiental (PNEA) define por educação ambiental os processos pelos “quais o indivíduo e a coletividade constroem valores sociais, conhecimentos, habilidades, atitudes e competências”, com objetivo de conservação do ambiente, do uso comum do povo, essencial a qualidade de vida e sustentabilidade (BRASIL, 1999). Entretanto, pesquisadores em educação ambiental direcionam suas pesquisas para diferentes tendências, sendo considerado por Carvalho (2004) como o *enfrentamento da babel*, a consideração da pluralidade das várias educações ambientais. A autora complementa que é necessário proporcionar espaço que contemple discussões para a explicitação dos pressupostos das diferentes posições, possibilitando diálogo entre as diferentes abordagens (CARVALHO, 2004).

Com base na reflexão de indissociação humano-natureza que esta pesquisa se baseia em uma educação ambiental que preconiza os processos do ser-no-mundo,

pautado pelas epistemologias ecológicas. Como já pontuado na Introdução deste documento, Steil e Carvalho (2014, p. 164) apresentam que o conceito de epistemologias ecológicas pode ser compreendido como uma postura compreensiva pautada pelo “reconhecimento da alteridade e da agência dos processos naturais”, dos objetos e materiais, o que pode promover discussões para a emergência de um novo realismo ou ainda, novo materialismo. Os autores enfatizam que as epistemologias ecológicas “dão voz ao mundo”, pois considera a autonomia da natureza e sua relação com o humano, sem regredir nos “determinismos culturalistas ou biológicos” (STEIL; CARVALHO, 2014, p. 164). Tal conceito não pretende formar uma unidade teórica e representacional, mas áreas de convergências de que apresentam um sujeito humano e mais que humano, imerso no mundo, cicatrizando as rupturas entre corpo-mente, cultura-natureza, conhecimento-experiência (STEIL; CARVALHO, 2014).

As epistemologias ecológicas partem da condição de que os significados, conceitos e abstrações que resultam do processo do conhecimento não integram um mundo à parte em relação à matéria e às coisas (STEIL; CARVALHO, 2014). Para os autores,

conhecer é fundamentalmente uma habilidade que adquirimos na relação com outros organismos e seres que habitam o mesmo mundo, e não uma prerrogativa humana que se processaria no espaço restrito da mente como uma operação racional (...) para conhecer, a partir da perspectiva ecológica, é necessário estar imerso na matéria e no mundo através do engajamento contínuo no ambiente (...) as epistemologias ecológicas reivindicam a materialidade e a autonomia do mundo, bem como repensam o estatuto da realidade (STEIL; CARVALHO, 2014, p.164).

Tim Ingold, um dos autores concebidos como convergente às epistemologias ecológicas, apresentado na Introdução do presente trabalho, discute o conceito de educação da atenção. Para Ingold, a educação da atenção tem por objetivo romper dicotomias, como a razão-emoção, sujeito-objeto, mente-corpo, natureza-cultura. Essa educação de Ingold (2010) preconiza os processos de compreensão a partir da noção de itinerância e correspondência.

Ingold (2012) utiliza como base para a conceituação de itinerância autores como Deleuze e Guattari (2004), que apresentam a sensação de devir, de misturar-se ao mundo. A itinerância é um processo de seguir o fluxo da vida, de se desenrolar, e não se conectar a algo, pois isso reduz a visão e a essência do mundo. O fluxo da vida é concebido como uma malha, que vai se desenrolando conforme segue-se o mundo,

um trançado sem fim, é um processo, é transpassar entre os pontos e insurgir, é a relação entre as coisas (INGOLD, 2012).

A correspondência está relacionada pela composição de movimentos, dos quais conforme se desenrolam, respondem continuamente uns aos outros (INGOLD, 2016). Dessa forma, não equivale a uma linha contínua dos acontecimentos ao redor, mas de responder a esses acontecimentos no decorrer de intervenções, questionamentos e soluções, isto é, “viver atencionalmente com outros” (INGOLD, 2013; 2016, p. 408).

Ingold (2010) aborda que a educação da atenção é a capacidade de mostrar algo, é uma sintonia fina do sistema perceptivo que corresponde às multissensorialidades do mundo humano e mais-que-humano. O autor dá primazia ao movimento e argumenta que a dimensão atencional é concebida pela habilidade que vai sendo criada entre a sintonia fina entre movimentos corporais e o mundo.

Williges (2018) questiona os conceitos de moralidade e ética pautado em Bernard Willians (1972; 1975). Logo, a moral reflete em condições de deveres, de boas ações, obrigações enquanto cidadão moral, enquanto a ética corresponde a uma reflexão mais ampla dos sentidos pessoais, sentimentos afetivos, da condução da vida (WILLIANS, 1972; 1975; WILLIGES, 2018). No mesmo estudo, Williges (2018) traz as reflexões de Thoreau, filósofo estadunidense, que viveu no século XIX. Thoreau, em contraste a Bernard Willians, compreendia a sensação de Bem Viver com relação às práticas de sentir uma vida mais bem vivida, de pensar na vida como um presente. Thoreau caminhava, e comentava sobre os benefícios e riscos que a prática poderia proporcionar, desde o cansaço físico, riscos de pequenos acidentes e contratemplos até as emoções proporcionadas, as sensações do mundo e corporais, os afetos, a experiência de integração entre indivíduo e ação-mente-mundo. Williges (2018), pautado em Thoreau, acredita que os processos corporais vividos estão intimamente ligados a cognição moral e colaboram com compreensões sobre a maneira de conduzir a vida e sobre o Bem Viver.

Semelhante às escritas de Thoreau, Le Breton (2000) argumenta que caminhar apresenta sensações de mundo, fornecendo uma completa experiência e sem interrupções, não sendo apenas visual, mas envolve sensações corporais, os movimentos realizados, os pés no chão, o ato de andar, os movimentos musculares e estímulo circulatório. Para Le Breton,

Caminhar é um método silencioso de reencantamento de tempo e espaço. É uma desapropriação provisória causada pelo contato com uma costura interna que se deve apenas ao estremecimento do momento; implica um certo estado de espírito, uma humildade feliz perante o mundo, uma indiferença à tecnologia e meios modernos de viajar ou, ao mesmo tempo, menos, um senso da relatividade de todas as coisas; incentiva o interesse em elementar, um prazer vagaroso do tempo. (LE BRETON, 2000, p. 12).

Márcia McKenzie (2017) realizou um ensaio crítico sobre a teoria de afeto, sendo compreendida como algo que abrange, extrapola, excede as concepções individualizadas da emoção. Neste ponto, observo a correlação entre McKenzie (2017) e Ingold (2012), pelas potencialidades dos encontros corporais, do fluxo da vida, de malha. Esse conceito de malha de Ingold (2012) corresponde a um emaranhado de coisas, e não, uma rede de conexões, mas uma malha de linhas entrelaçadas de crescimento e movimento.

Considerando as potencialidades da educação ambiental e pautada nos pressupostos de Timothy Ingold e seus conceitos, e nas vertentes pedagógicas e socioecológicas da educação em saúde, considero a possibilidade de integrar esses campos com a contribuição da população idosa, a qual poderá contribuir com a pesquisa, discutindo sobre essas relações a partir de seus conhecimentos e principalmente suas vivências. Dessa forma, na próxima seção será dedicada aos documentos e estudos que vem sendo desenvolvidos com estes grupos.

### 2.3 OS IDOSOS NA EDUCAÇÃO EM SAÚDE NA E EDUCAÇÃO AMBIENTAL

De acordo com o Estatuto do Idoso (BRASIL, 2003) Lei nº 10.741, instituído nos artigos 20 e 21 o “idoso tem direito a educação, cultura, esporte, lazer, diversões, espetáculos, produtos e serviços que respeitem sua peculiar condição de idade” e o “Poder Público criará oportunidades de acesso do idoso à educação, adequando currículos, metodologias e material didático aos programas educacionais a ele destinados”. Diante disso, conhecer as percepções de idosos sobre saúde e ambiente poderá oferecer reflexões florescentes, além de estimular a população em participar de pesquisas, e de sentirem-se parte do campo científico.

Fantinati e Silva (2017) comentam que os idosos podem contribuir para compreensão de mundo, de si mesmo, dos benefícios de atividades físicas, da alimentação, dentre outros aspectos. Aspectos quais, acredito ser resultado de sua

bagagem de vida, as sensações do momento, experiências e relações do Bem Viver que poderão auxiliar em aspectos de integração entre saúde e ambiente.

De acordo com o censo de 2010 publicado pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), o crescimento da população idosa é um acontecimento presente e consolidado no cotidiano brasileiro. Maeda *et al.*, (2021) relatam que dados das Nações Unidas apontam que em 2025 a população idosa no Brasil estará entre as seis maiores do mundo. Dessa forma, considera-se importante a realização de ações, recursos e estratégias de trabalhos para o grupo de idosos a fim de contribuir com um envelhecimento saudável, do qual estimule a autonomia, interação e participação ativa em sociedade (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2005; MINAYO, 2012; MAZO *et al.*, 2013; MAEDA *et al.*, 2021). Minayo (2012, p.208) aponta ainda que esse novo tempo da terceira idade carece de “planejamento, logística, formação de cuidadores e, sobretudo, sensibilidade para saber que de agora em diante a população idosa veio para ficar e continuará aumentando até os anos 2050”.

Neri (2002) comenta que é de suma importância incentivar os idosos ao exercício da cidadania em relação ao meio ambiente, pois este contato poderá beneficiar a saúde do idoso e contribuir para a melhoria de qualidade de vida. Considerando as experiências de vida adquiridas em sua trajetória, os idosos podem contribuir para a sensibilização das demais gerações, trabalhando na reconstrução de imagem da velhice, proporcionando sua inclusão efetiva na sociedade além de oferecer um caminho para mudanças de conceitos internalizados sobre preservação ambiental (MACHADO; VALESCO; AMIM, 2006; MAEDA *et al.*, 2021). Para Dias e Pieper (2013, p. 30023), ao escutar “a fala de um idoso e valorizarmos a sua experiência, praticamos e promovemos a educação ambiental”.

Maeda *et al.* (2021) comentam sobre a necessidade de que mais trabalhos em educação ambiental sejam desenvolvidos e aprimorados no território nacional, visando a valorização do idoso e sua participação efetiva nas práticas, das quais podem vir a promover socialização de experiências de vida e produção do saber. Os autores complementam que práticas ambientais com grupos da terceira idade são importantes, uma vez que muitos não cresceram com a preocupação com o meio ambiente, conseqüentemente possuem consumo expressivo dos recursos naturais (MAEDA *et al.*, 2021).

As autoras Miranda, Modena e Schall (2005, p. 9) acreditam que a educação ambiental possa ser um “elemento estratégico na ampliação da consciência crítica e

criaria possibilidades de atualização das potencialidades da terceira idade em diferentes contextos sociais”. Perante a isso, os pressupostos da educação ambiental (conhecimento, habilidade, atitudes, sensibilização e ação) correspondem a uma prática social que poderá oferecer sentido à vivência do idoso (MIRANDA; MODENA; SCHALL, 2005).

Quando se argumenta sobre os idosos, geralmente o que prevalece é a questão de qualidade de vida, saúde e Bem Viver, mas esses conceitos possuem diferentes definições e dimensões. Patrocínio e Pereira (2013, p. 377) argumentam que qualidade de vida é como a adaptação do indivíduo ao meio em que vive em diferentes épocas e culturas sociais, relaciona-se com a questão do envelhecimento saudável, pela prevenção e controle de doenças, comportamentos considerados saudáveis (alimentação, exercícios físicos, sono, evitar vícios), “atividades cognitivas e sociais, produtividade, participação social e objetivos e metas”. Para Neri (2007), a qualidade de vida está relacionada a aspectos objetivos e subjetivos, ligados aos âmbitos econômico, social, cultural, psicológica e biológica.

O termo Bem Viver tem origem nos povos originários com diferentes significados, sentidos que se relacionam ao “viver bem, estar em harmonia com todos, respeitar a vida, o ócio, a condição física” (ALCÂNTARA; SAMPAIO, 2017, p.234). Os autores trazem ainda as diferentes conceituações recebidas por pesquisadores como “filosofia de vida”; “cosmologia”; “atitude de vida”, “ontologia”; “modelo de desenvolvimento” e; “alternativa ao desenvolvimento”. Concepções e perspectivas que estabelecem diálogos pertinentes com este estudo.

Venturi e Iared (2022, p. 15) abordam as interfaces da educação em saúde e educação ambiental e as vislumbram sob o conceito de Bem Viver, do qual segundo os autores, contrapõe-se a uma ideia de vida saudável pautada em métodos prescritivos, como a preconização por atividades físicas e alimentação considerada apropriada. Dessa forma, os autores argumentam que a proposta do Bem Viver relaciona-se “como uma filosofia para uma vida em harmonia pessoal e socioambiental, que pode ter como resultado um mundo socialmente e ambientalmente justo, democrático, tolerante, solidário e saudável”.

Nesta visão, acredito que o conceito de Bem Viver ganha destaque na população idosa, pois de acordo com Alcântara e Sampaio (2017), relaciona-se a melhoria de qualidade de vida do ser humano, da qual é alcançada por meio da educação,

relações familiares, trabalho, hábitos e ambiente. Para o Senplades (2007), o Bem Viver baseia-se também nas demandas por igualdade e justiça social, no reconhecimento de diferentes culturas e modos de vida.

Gudynas (2011) defende que o conceito de Bem Viver ainda está em construção, pois sua aplicação precisa se adequar a cada contexto cultural e ambiental, devido a seu caráter relativista. Dessa forma, é compreendido “como um paradigma que compreende um espaço-temporal comum, no qual podem conviver distintas ontologias, na construção de uma interculturalidade que aponte “alternativas ao desenvolvimento”” (ALCÂNTARA; SAMPAIO, 2017, p. 235). Portanto, considero que o conceito de Bem Viver pode oferecer subsídios para o enriquecimento das discussões entre educação em saúde e educação ambiental na perspectiva da pessoa idosa. Motivos que referendam a utilização do tempo Bem Viver neste estudo, inclusive em substituição ao bem-estar, tendo em vista que o Bem Viver, em sua amplitude, é mais justo, democrático e coerente com as defesas aqui propostas.

Concomitante a isso, assumo a corporeidade e movimento como centrais no processo da pesquisa, resgatando o trabalho de Williges (2018) e Ingold (2010) discutidos no tópico anterior. Williges (2018), pelas experiências de Thoreau ao caminhar e suas vivências com diversas emoções, atribui centralidade ao processo corporal como maneira de conduzir ao Bem Viver, enquanto Ingold (2010) defende a primazia aos movimentos corporais e ao mundo, uma relação mente-corpo-mundo, como um compromisso ontológico.

Alguns autores veem a promoção de qualidade de vida na terceira idade pela efetividade de atividades físicas, por considerar melhorar a saúde física e mental do indivíduo, pois pode garantir a independência e viver com bom nível de qualidade de vida (CAMPOS *et al.*, 2012). Essa prática pode ser positiva devido a interação com outras pessoas e o meio que circunda o idoso durante a execução de atividades físicas, estimulando a vida social podendo contribuir com o Bem Viver emocional (CAMPOS; MACIEL; RODRIGUES-NETO, 2012; MALLMANN *et al.*, 2015).

A questão da saúde mental do idoso é discutida pois, apesar do indivíduo reconhecer o envelhecimento como uma conquista, há sentimentos negativos relacionados em depender de cuidados de terceiros, inviabilizando sua autonomia (MARINHO *et al.*, 2016; MEDEIROS *et al.*, 2016; LIMA-FILHO *et al.*, 2018). Além disso, com a idade surge as restrições físicas e de locomoção, diminuição e/ou perdas

funcionais e sensoriais, além de outras patologias e o adoecimento psicológico, como o estresse (NAKANO; MACHADO; ABREU, 2019; LEITE *et al.*, 2021).

Alguns autores definem o envelhecimento que preza pela qualidade de vida como envelhecimento saudável (GROSSI *et al.*, 2020), ou envelhecimento ativo (MARINHO *et al.*, 2016). Independente do termo utilizado, é necessário a busca por esse envelhecimento, pois de acordo com Domènech-Abella *et al.*, (2019), a independência física e/ou mental, satisfação com a vida, disposição e afeto, são fatores que interferem diretamente na saúde do idoso. Para Mantovani, Lucca e Neri (2016), os fatores que auxiliam nesse envelhecimento saudável/ativo encontram-se em fatores biológicos, psicológicos, sociais e atividades que almejam o autocuidado, que, segundo nossa interpretação constituem o Bem Viver (VENTURI; IARED, 2022).

Marinho *et al.* (2016, p. 1576) afirmam que a percepção dos idosos sobre o envelhecimento ativo é um fio condutor que abrange novos horizontes, emergindo a “sabedoria, experiências valiosas, sentidos desconhecidos, assim como experiências difíceis para o ser humano”. O processo de envelhecimento é um “momento único e individual, que carece de respeito e atenção” (MARINHO *et al.*, 2016, p. 1576). Dessa forma, reforça-se o planejamento e desenvolvimento de atividades que envolvam a participação ativa dos idosos, como em trabalhos de educação em saúde e educação ambiental.

Poucos são os trabalhos que articulam educação em saúde e educação ambiental (QUALHO; VENTURI; IARED, 2021), e mais escassos são os trabalhos que tratem dessa articulação com a terceira idade. Por isso, acredito que o estudo com educação em saúde e educação ambiental a partir da percepção da população idosa, pode nos oferecer subsídios promissores sobre as possibilidades de articulação dos dois campos, pois, como já foi comentado, os idosos com sua experiência de vida possuem vivências e sabedorias inestimáveis que pode contribuir para os campos de pesquisa e seus diferentes espaços de prática. Por sua vez, as práticas e reflexões que a educação em saúde e a educação ambiental virão a proporcionar podem permitir ao idoso redescobrimto de suas vivências, de sentir-se parte do meio que vive, de descobrir novas sensações, preferências e sentimentos, em prol do Bem Viver.

### 3 CAMINHOS DA PESQUISA

No presente capítulo, apresento a metodologia empregada nesta pesquisa. Para produção de dados, o presente trabalho pauta-se na etnografia sensorial, associada a prática de entrevistas móveis. Cada item será detalhado na sequência.

#### 3.1 PESQUISA QUALITATIVA

São variadas as formas de produção de dados e tipos de pesquisa em educação, especialmente quando se intenta compreender um fenômeno social, dentre as quais destacam-se nos presente estudo o caráter qualitativo e a pesquisa fenomenológica. Patias e Hohendorff (2019) explanam que na pesquisa qualitativa, a realidade é múltipla e subjetiva (ontologia), a qual as experiências dos indivíduos e suas percepções são aspectos fundamentais na pesquisa, e a realidade é construída em conjunto entre o pesquisador e o pesquisado pelas experiências individuais (epistemologia), ou seja, não há neutralidade, há influência de ambos na pesquisa (axiologia). A lógica da pesquisa é indutiva, não se inicia de uma teoria específica, mas é produzida pelas percepções dos sujeitos da pesquisa (metodologia).

Segundo Dourado e Ribeiro (2021), a pesquisa qualitativa apresenta também limitações nas análises dos resultados, principalmente na linguagem, na compreensão e expressão dos significados que os investigados conferem em suas ações. Dessa forma, Paiva (2017, 2018) apresenta as teorias não-representacionais, que ao invés de considerar segmentos delimitados do mundo vem sublinhar a sua emergência comum, generativa e relacional nos eventos cotidianos. Ele afirma que o conhecimento não é divisível da realidade, contrariando a visão cartesiana, entre mente e corpo. De acordo com o autor, as teorias não-representacionais trazem a preocupação não somente dos significados, sentimentos, estruturas, mas o modo como essas representações são produzidas corporalmente e as interações do mundo que provocam. As teorias não-representacionais buscam formas de produção e análise de dados que não se restringe ao uso da linguagem e do significado e uma das metodologias mais proeminentes na literatura tem sido os estudos móveis (que abarca o *walking ethnography* empreendido nessa pesquisa).

À medida que a pesquisa qualitativa é construída, surge também uma série de questões éticas pela proximidade de pesquisador e pesquisados (MARTINS, 2004; DOURADO; RIBEIRO, 2021). Portanto, essa pesquisa foi tramitada e aprovada pelo Comitê de Ética para Pesquisa com Seres Humanos (SANO, 2021), que estabelecem exigências para trabalhos que envolvem seres humanos como ferramenta, sendo uma exigência básica a aceitação de participação e conhecimento prévio dos objetivos, por parte dos pesquisados “o registro em plataformas nacionais de controle e o aceite fornecido pelos participantes da pesquisa em documentos denominados Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE)” (DOURADO; RIBEIRO, 2021, p. 20). Essas medidas de controle em pesquisas que envolvem relações de proximidade e convivência entre participantes e pesquisadores parte do reconhecimento que esse tipo de pesquisa é sempre um resultado de experiências vividas (DOURADO; RIBEIRO, 2021). A presente pesquisa tem autorização do Comitê de Ética em Pesquisa das Ciências Humanas e Sociais (CEP/CHS) da Universidade Federal do Paraná (UFPR), sob o protocolo de nº 53066121.5.0000.0102. O TCLE encontra-se no apêndice 1.

Os participantes da pesquisa fenomenológica “são aqueles que possuem experiências concretas sobre o objeto e que tenham condições de descrever suas vivências” (ALVEZ; BUFFON; NEVES, 2021, p. 206). O pesquisador deve atentar-se à rigorosidade da pesquisa. Nesta pesquisa, o percurso de recrutamento dos participantes será descrito nos próximos tópicos.

Uma das dificuldades da presente pesquisa foi a adesão dos participantes, mesmo com intensa divulgação. Vale mencionar que um dos participantes auxiliou na divulgação do projeto após sua participação, entretanto, não houve êxito. Por isso, contamos com cinco entrevistados, pois de acordo com Fischer (2004) e Alvez, Buffon e Neves (2021), a validade, extensão e qualidade da pesquisa fenomenológica, interessa mais que a quantidade de sujeitos na pesquisa, ou seja, não há um limite mínimo e máximo de participantes.

Para armazenar os dados produzidos utilizei de gravação em áudio, fotografias e um “diário de casa”, do qual ao voltar da entrevista escrevia minhas percepções gerais. Para Merleau-Ponty (1984), as gravações em áudio são limitantes, pois falta a presença dos movimentos, gestos, expressões. Enquanto, as gravações de vídeo permitem maior fidelidade ao momento vivido (DETONI, 2011). Mesmo com

as discussões dos autores citados acima, a gravação em áudio foi a melhor forma que encontrei para armazenar os dados.

Com as gravações, é momento de transcrever os acontecimentos. Para Detoni (2011, p. 105), transcrever um texto escrito cujas palavras buscam “reperspectivar o vivido em todas as suas nuances: os sons, cores, os movimentos, componentes da estrutura multidimensional mundo-horizonte”. Para esta finalidade, o áudio foi carregado em meu computador, e transcrito por meio do Documentos, do OneDrive, ferramenta disponibilizada pelo @ufpr.

Alvez, Buffon e Neves (2021) abordam que após a transcrição fidedigna das entrevistas conduzidas, é momento de se debruçar sobre a vivência de cada sujeito. Os autores complementam que nesta etapa o pesquisador deve realizar diversas leituras da transcrição individual de cada participante, a fim de se familiarizar com a descrição, e se aproximar do seu vivido. Desta maneira, eu, como pesquisadora, busquei me colocar no papel de ouvinte dos idosos enquanto caminhávamos

Diante disso, Gerhardt e Silveira (2009) afirmam que a pesquisa qualitativa se opõe a ideia de apenas um método de pesquisa para todas as ciências. Em outras palavras, a pesquisa qualitativa é flexível e permite trabalhos com abordagens diferenciadas.

## 3.2 PRODUÇÃO DE DADOS

### 3.2.1 Etnografia

Imersa na pesquisa qualitativa, a etnografia torna-se um método de produção dados, utilizado por antropólogos como Tim Ingold, e demais filósofos e sociólogos.

Geertz (1978, p. 15) a define sendo

(...) a opinião dos livros-textos, praticar a etnografia é estabelecer relações, selecionar informantes, transcrever textos, levantar genealogias, mapear campos, manter um diário e assim por diante. Mas não são estas coisas, as técnicas e os processos determinados, que definem o empreendimento. O que o define é um tipo de esforço intelectual que ele representa: um risco elaborado para uma descrição densa.

Sano (2021) define a etnografia como sendo a investigação de grupos específicos no contexto original que é construída sua identidade e pertencimento. O pesquisador precisa estabelecer métodos e referenciais de pesquisa qualitativa que

envolvam a abordagem etnográfica, além de conhecer o contexto e a identidade do grupo que será pesquisado (SANO, 2021). Nessa perspectiva, a presente pesquisa pretende utilizar as entrevistas semiestruturadas como método de produção de dados, pois permite que o pesquisador se aproxime do problema investigado, propiciando maior conhecimento do problema de investigação (FONTANA; ROSA, 2021).

Autores como Tim Ingold (2016) e Sarah Pink (2009) se opõem às abordagens tradicionais e tomam como princípio o protagonismo dos partícipes e a visão de que o pesquisador está em uma postura de aprendiz. Pink (2009) traz o termo de etnografia sensorial com o propósito de compreensão da vida alheia, experiências, valores, mundos sociais e observações que são práticas alternativas emergentes.

Concomitante a isso, Ingold (2016, p. 407) explora a necessidade da observação durante a pesquisa, pois trata-se de um compromisso ontológico, de “estar *no* mundo e conhecer o mundo”, envolve modos de levar a vida entre humanos e não humanos e possui o objetivo de atender as pessoas e as coisas, aprender e acompanhá-las em princípio e prática.

Nessa perspectiva, Iared e Oliveira (2017) e Payne *et al* (2018) indicam o *walking ethnography* como possibilidade de apreensão das multissensorialidades do mundo humano e mais que humano. As pesquisas em educação ambiental, de acordo com Payne *et al* (2018), podem direcionar a corporeidade como central para a análise das afetividades, a ética e a estética. Perante a isso, Ingold (2011) defende o engajamento do corpo no mundo, sensação de itinerância, pertencimento, e isso se dá pelos movimentos de fluxo da vida, focando nas caminhadas para compreender os significados do corpo engajado no mundo (INGOLD; VERGUNST, 2008), o que também pode aproximar-se das relações com a saúde, individual e coletiva, e nos complexos processos de educação em saúde.

### 3.2.2 O Caminhar

Para Iared e Oliveira (2017, p. 102), as caminhadas tornam-se possibilidades de metodologias que “facilitam a identificação e discussão das respostas afetivas que estão relacionadas ao fato de o corpo estar imerso no fluxo do movimento com o mundo”. Complementam ainda que esse método não garante todos os elementos das

experiências, mas permite alternativa de expandir a coleta de dados (IARED; OLIVEIRA, 2017).

A prática de caminhadas na pesquisa qualitativa pode apresentar variadas abordagens, incluindo a relação da caminhada com o lazer e paisagem (WYLIE, 2005; SOLNIT, 2001), e a experiência humana e conhecimento do ambiente natural (LORIMER; LUND, 2008) e, neste estudo, inovo acrescentando as percepções sobre as relações entre saúde e ambiente à estratégia metodológica. Na etnografia, a caminhada tem sido utilizada por meio do “*go-along*” (KUSENBACH, 2003), a qual reconhece as experiências vividas, a percepção e a construção de significados são elaboradas mediante o lugar e o contexto social.

Springgay e Truman (2018, p. 4, tradução minha) apontam quatro grandes temas na pesquisa que tem as caminhadas como base metodológica, “*lugar, investigação sensorial, incorporação e ritmo*”. O *lugar* é compreendido como um local específico, e estudiosos da caminhada apontam as maneiras que a caminhada está sintonizada com o lugar, o modo que a “caminhada conecta os corpos, o ambiente e os arredores sensoriais do lugar” (SPRINGGAY; TRUMAN, 2018, p. 4, tradução minha). Caminhar se faz uma maneira de habitar o lugar por meio da experiência vivida do movimento, é uma maneira de “se tornar sensível ao lugar, ativa aos modos de participação situados e relacionados” (SPRINGGAY; TRUMAN, 2018, p. 4, tradução minha).

A caminhada tornou-se um meio significativo para conduzir a *investigação sensorial*, desde que os métodos etnográficos alternativos permitiram aos pesquisadores investigar os sentidos não-visuais. Nesse sentido, Springgay e Truman (2018, p. 4, tradução minha) comentam que caminhar permite que pesquisadores e pesquisados “sintonizem suas experiências sensoriais”. Os pesquisadores que utilizam dessa abordagem podem considerar “as maneiras pelas quais o corpo que caminha está imerso em uma experiência sensorial de lugar, como a textura dos pés tocando o chão, o ar roçando nas bochechas ou os cheiros das ruas da cidade” (SPRINGGAY; TRUMAN, 2018, p. 4, tradução minha).

Springgay e Truman (2018) apontam que a *incorporação* abrange as possibilidades de saber onde o movimento da caminhada associa mente, corpo e ambiente, ou seja, a corporeidade. Descrita por estudiosos como relacional, social e convivial, a corporeidade é compreendida comumente pela fenomenologia, em que é

analisado as experiências vividas de determinado lugar (SPRINGGAY; TRUMAN, 2018). O entendimento experiencial pode estar presente em relatos individuais de caminhantes ou por meio de práticas em grupos que destacam os aspectos sociais da caminhada (SPRINGGAY; TRUMAN, 2018).

O último tema abordado por Springgay e Truman (2018), o *ritmo*, corresponde aos pesquisadores que apresentam interesse nos fluxos do cotidiano, em ambientes urbanos ou paisagens naturais. O ritmo pode ser descrito pelos relatos de movimentos e expressões sensoriais (pés, membros, respiração), ou ao transeunte na cidade (trânsito, multidões, música, etc) (SPRINGGAY; TRUMAN, 2018).

Frente a essas concepções, autoras como Hotton (2015) realizou entrevistas enquanto caminhava com os participantes em espaços de comuns acessos. Importante destacar que as entrevistas eram encaminhadas segundo os diálogos que surgiam, sendo guiadas pelos desdobramentos. Apoiada nessa perspectiva de entrevistas móveis, nesta pesquisa, as entrevistas ocorreram durante a prática de caminhada em espaço natural, de modo semiestruturado (APÊNDICE 2). Por meio dessa técnica de produção de dados, busquei apreender as respostas afetivas e sensoriais para com as multissensorialidades do mundo humano e mais-que-humano. No percurso, observei a atencionalidade dos participantes para com o meio e guiei as discussões de acordo com as temáticas que surgiram, relacionando-as com a educação em saúde e a educação ambiental. Para Vieira (2017), as entrevistas semiestruturadas se caracterizam por um associado de perguntas que podem ser flexíveis em torno de assuntos de interesse durante uma pesquisa. Hotton (2015) aponta que as caminhadas em espaço natural podem oferecer discussões e reflexões enriquecedoras para os campos de estudos e práticas.

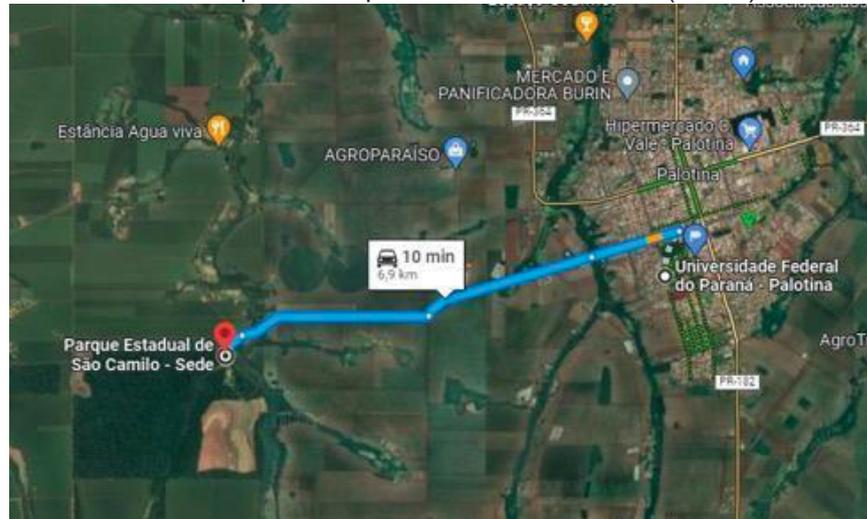
Para garantir conforto e envolvimento direto com todos os participantes, as caminhadas foram individuais, buscando compreender as relações em fluxo de cada participante e suas percepções. Frente a isso, o local escolhido para realização das caminhadas foi o Parque Estadual São Camilo (PESC) (-24.30623, -53.90432), Palotina/PR (FIGURAS 1 e 2), por fatores de logística e por se tratar de uma área natural, cuja população palotinense possui afeição com o local, em especial os idosos pioneiros da cidade. Importante expor que o Parque Estadual São Camilo foi criado como Reserva Biológica pelo Instituto Água e Terra (IAT)<sup>1</sup> em 22 de fevereiro de 1990

---

<sup>1</sup> Antigo Instituto Ambiental do Paraná (IAP).

por meio do Decreto nº6.595. Em 29 de julho de 2010, o Decreto nº7885 altera a categoria de Reserva Biológica, para Parque Estadual. No próximo tópico, será abordado como foi realizado o recrutamento dos participantes e as entrevistas.

FIGURA 1 – Mapa do Parque Estadual São Camilo (PESC)



FONTE: Google Maps (2022)

FIGURA 2 – Ponte de acesso a trilha do PESC



FONTE: A Autora (2022)

### 3.2.3 Seleção de participantes e realização das entrevistas

O convite aos idosos para participarem da pesquisa ocorreu por meio de rede social *WhatsApp*, por intermédio da coordenação do projeto de extensão *Universidade Aberta à Maturidade*, da Universidade Federal do Paraná-Setor Palotina, no início do

mês de agosto de 2022. O projeto, já finalizado, foi coordenado por uma docente da UFPR-Setor Palotina e por uma vice-coordenadora técnica administrativa. A proposta visava contribuir para o desenvolvimento físico, mental, cultural e social de pessoas idosas de Palotina e microrregião. Para cumprir o objetivo, foram realizadas visitas a comunidades, oficinas na UFPR e rodas de conversa no ano de 2019. De 2020 a 2022 o projeto foi desenvolvido de forma remota, juntamente com a UAM de Curitiba (PR). Inicialmente, um idoso aceitou o convite para a entrevista piloto, precedida de uma reunião para explicação da pesquisa e assinatura do TCLE, o que ocorreu na primeira semana de setembro de 2022. Devido a dificuldades em aceitar de participar da pesquisa, um novo convite foi realizado ao mesmo grupo, e mais uma idosa aceitou participar, em outubro de 2022. Como ainda almejava mais participantes, convidei idosos de convívio pessoal, resultando em mais três idosos participantes.

O agendamento das entrevistas ocorreu por *WhatsApp*, de acordo com a disponibilidade dos participantes. Para fins organizacionais, o quadro 1 visa apresentar a data de entrevista, a designação de nome fictício dos entrevistados e o a duração da entrevista de cada participante. Os entrevistados terão sua identidade preservada, de acordo com o TCLE, entretanto para fins organizacionais, os entrevistados foram nomeados de acordo com a afinidade exposta durante a entrevista, essa observada e nomeada por mim.

QUADRO 1 – Organização de entrevistas

<b>Entrevistado</b>	<b>Data</b>	<b>Tempo de entrevista</b>
Palmeira	12-09-2022	00:32:05
Disposição	21-10-2022	00:29:33
Ligeirinho	28-12-2022	00:38:49
Erva	23-03-2023	00:13:13
Satisfação	19-05-2023	00:23:37

FONTE: A Autora (2022; 2023)

Em síntese, pautados na metodologia do *walking ethnography*, realizamos cinco entrevistas que foram analisadas à luz da fenomenologia. O caminho de análise será detalhado no próximo tópico.

### 3.3 ANÁLISE DOS DADOS À LUZ DA FENOMENOLOGIA

Nesta seção, abordo os caminhos da metodologia fenomenológica, a partir da qual estruturo a forma de análise dos dados produzidos, tendo como principal bibliografia o capítulo de Alvez, Buffon e Neves (2021). Para os autores, a fenomenologia se preocupa com a essência do fenômeno investigado, em olhar para o que se mostra na descrição. A partir disso, o pesquisador tem por interesse analisar a descrição “como um ato intencional da consciência dos sujeitos significativos, enquanto vivência percebida por esses indivíduos” (ALVEZ; BUFFON; NEVES, 2021, p. 204).

Para expressão dos resultados, recorreremos à (eco)narrativa, pois de acordo com Payne (2013), a (eco)narrativa é uma proposta de relatos de dados empíricos. A partir delas, a noção de representação da experiência é descentralizada, dando primazia ao testemunho de um engajamento corporal e afetivo (PAYNE, 2013; IARED, 2019). Ainda, segundo Jickling (2009), a (eco)narrativa é como uma resistência às dicotomias de mente-corpo e mente-paisagem, e identifica que as construções sociais já existentes à vivência relatada influenciaram o engajamento sensorial.

Baseada nessas reflexões, as (eco)narrativas foram construídas a partir das entrevistas realizadas (APÊNDICE 3) com cada participante e por minhas observações no momento da entrevista, registradas em meu “diário de casa”. Portanto, a partir dos instrumentos para produção de dados, ou seja, a observação participante (INGOLD, 2016) e o *walking ethnography* (PAYNE *et al.*, 2018), configurou-se como *corpus* de análise do presente trabalho a descrição das caminhadas, realizadas por mim logo após a conclusão das entrevistas e transcrição das entrevistas.

A resposta que o pesquisador obtém por meio da pesquisa fenomenológica ocorre por meio da descrição construída pelo indivíduo, de sua própria experiência, recordações e reflexões enquanto pesquisado. Ou seja, a pergunta que interroga o sujeito “é de extrema importância nessa abordagem” (ALVEZ; BUFFON; NEVES,

2021, p. 204). Diante do exposto, antes de realizar as entrevistas com os participantes, revisei cuidadosamente as perguntas para que proporcionassem diálogos referentes ao meu tema de pesquisa.

Após essa familiarização com o descrito, o fenomenólogo, deve realizar novas leituras com o olhar para a interrogação que pretende ver o fenômeno (ALVEZ; BUFFON; NEVES, 2021). Essas leituras conduzidas permitem ao pesquisador realizar recortes relevantes e representativos do fenômeno. Esses recortes são as Unidades de Sentido, e devem ser contextualizadas (ALVEZ; BUFFON; NEVES, 2021). Para os autores, as unidades de sentido representam os resultados do caminho seguido pelo fenomenólogo para cada descrição analisada e busca organizar/comunicar sua compreensão em enunciados que possam destacar, brevemente, o compreendido para cada excerto evidenciado.

Portanto, nesta pesquisa, este momento constitui-se a análise de cinco (eco)narrativas que foram fragmentadas em unidades de sentido. A partir disso então, caminhamos para o segundo momento de análise, as unidades de significado.

As interpretações das unidades de sentido podem se aproximar em concepções convergentes, ou seja, é possível unir várias “unidades de sentido em enunciados abrangentes que podemos denominar de núcleos de ideias” (ALVEZ; BUFFON; NEVES, 2021, p. 212). Esse procedimento indica uma redução fenomenológica, sendo possível haver um núcleo de ideias para apenas uma unidade de sentido.

Os núcleos de ideias não são “categorias prévias a proposta de investigação do fenômeno, mas a enunciados, articulados pelo pesquisador, de acordo com sua compreensão a partir do que se mostrou” (ALVEZ; BUFFON; NEVES, 2021, p. 212). Deste modo, o pesquisador pode expor suas compreensões em enunciados descritos de Unidades de Significado, um movimento de transformação da linguagem simples do sujeito em enunciados articulados pelo pesquisador (ALVEZ; BUFFON; NEVES, 2021). Ou seja, as cinco narrativas foram analisadas em conjunto e as unidades de sentido que exibiam aspectos semelhantes se agruparam em unidades de significado. Trabalho este, que nos leva ao terceiro momento de análise dos dados, a categorização.

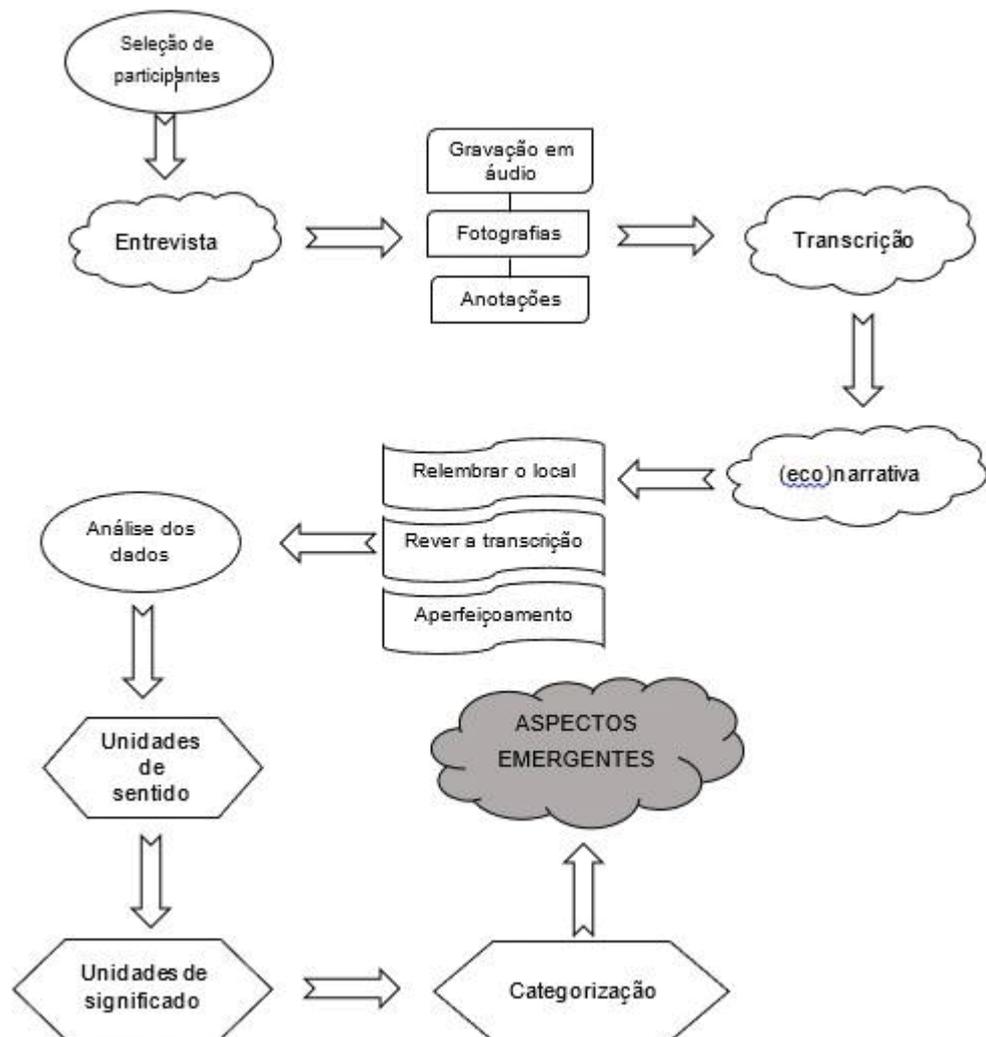
Para Alvez, Buffon e Neves (2021) as categorias são elaboradas pelo pesquisador a partir do que lhe é mostrado, e não oferecidas a priori, representam os

invariantes do fenômeno, aquilo que não poderia se dar de outra maneira (ALVEZ; BUFFON; NEVES, 2021). O pesquisador busca unir as unidades de significado que se associam em um núcleo central, que fazem parte de uma mesma categoria estruturante. Essas unidades de sentido podem estar presentes em várias categorias, e por isso, é necessário que o pesquisador analise atentamente e retome a análise sempre que preciso, e “se necessário, reestruture as categorias e realize novas reduções” (ALVEZ; BUFFON; NEVES, 2021, p. 213).

Ao ser desvelada a estrutura geral do fenômeno, o pesquisador produz uma generalização das ideias individuais dos sujeitos no âmbito que está situado, de acordo com Alvez, Buffon e Neves (2021). Além disso, a interpretação do fenômeno depende da capacidade do pesquisador, ou seja, “a compreensão e interpretação do que se mostra se dão também por aquilo que o pesquisador é capaz de descortinar, de pôr à luz, de “ver além do dado explicitamente” (ALVEZ; BUFFON; NEVES, 2021, p. 214).

Para isto então, durante a categorização substituímos as (eco)narrativas dos participantes por letras, das quais correspondem à letra inicial de cada uma, ou seja, Palmeira foi substituído por “P”, e Ligeirinho por “L”, e assim para as demais entrevistas. À medida que se destacava a unidade de sentido, agrupava-se a letra que representava o participante e um número crescente que correspondia à ordem em que foi encontrada naquela (eco)narrativa, como “P1”, “P2”, “L1”, “L2” e assim por diante (APÊNDICE 4).

FIGURA 3 – Percurso metodológico da pesquisa



FONTE: A Autora (2023)

No próximo capítulo, apresento as (eco)narrativas produzidas por mim como forma de descrever o que foi testemunhado e vivenciado durante a experiência estética da caminhada. Na sequência, são trazidas as análises e discussões proporcionadas pelos caminhos desta investigação.

#### 4 RESULTADOS: OLHARES E COMPREENSÕES

Os resultados desta pesquisa são apresentados inicialmente com as (eco)narrativas, construídas a partir das entrevistas realizadas durante as caminhadas. Na sequência, estas (eco)narrativas são analisadas e discutidas à luz das teorias que fundamentam este estudo.

#### 4.1.1 (Eco)Narrativa do participante “Palmeira”

Era uma tarde com clima chuvoso e frio, a trilha estava úmida e escorregadia, os pássaros cantarolavam e os animais terrestres escondidos. As árvores respingadas de gotas de chuva balançavam e nos molhavam. No chão era possível visualizar pequenas plantas em crescimento, fungos em desenvolvimento e muita serapilheira. O entrevistado dirigia o olhar em busca de novas descobertas, em especial da planta palmeira. Ele comentou comigo que em sua residência faz mudas de palmeiras, e que cada espécie possui uma maneira diferente de quebra de dormência da semente. A partir desse interesse, a nomeação do participante deu-se por Palmeira.

Dou início a entrevista questionando sobre o que é saúde em sua vida, e Palmeira responde que para ele, *saúde<sup>2</sup> é tudo, é tudo. O que você faria sem saúde? Tudo que uma pessoa pode desejar, é saúde. Não adianta ter dinheiro. Não adianta ser pobre, ser rico, se não tem saúde, não tem nada.* Continuamos nossa caminhada, Palmeira andava mais lento em certos momentos, principalmente após uma fala. Parava, respirava fundo, colocava a mão na cintura e continuava a caminhar. Questionava a ele sobre sua disposição em continuar andando, mas se mostrava disposto, e

---

que só precisava de algumas pausas. Essas pausas ocorreram em toda a caminhada, com certa frequência.

Em todo o caminho, observávamos o local em que estávamos, a lama na trilha, as pegadas de animais, as árvores respingando gotas de chuva, e neste momento questiono Palmeira sobre sua opinião em relação ao ambiente, que prontamente expressa a necessidade de cuidados ao ambiente e a preocupação com a preservação do Parque. Para o entrevistado, é necessário cuidar do ambiente que estamos imersos, desde a casa em que se habita até a natureza. Percebo que na fala do participante o conceito de natureza se refere ao ambiente em que estávamos, o Parque Estadual São Camilo, e afirma a dificuldade em cuidados com a área devido

---

<sup>2</sup> As falas em itálico representam fielmente à transcrição da entrevista.

à falta de respeito com o local. Relata, ainda, a necessidade em uma *educação mais forte em cima dessa parte*, compreendo assim, a necessidade de construção de políticas eficazes, e comento sobre essas políticas com ele, que no mesmo momento afirma não confiar em políticas, pois de acordo com ele, os governantes *só veem o lado deles*.

Palmeira comenta que o Parque não é completamente natural, pois tudo de bom que havia ali foi retirado para construções e comércio no início da construção da cidade de Palotina. Quando expõe que *o que tinha de bom, tiraram tudo*, refere-se a madeira de grande porte e resistência para construções, restando no Parque, as árvores de pequeno porte e mais frágeis para estes fins.

Enquanto avançávamos na caminhada, Palmeira comentou que a trilha estava mais aberta, que houve interferência de maquinário para deixar mais ampla. Nesse momento, pergunto a ele sua percepção sobre a relação de saúde e ambiente, e em sua fala, que destaco abaixo:

*se você não tem saúde, não tem ambiente (...), se você tem um ambiente bom, você tem saúde (...) Porque (...) o pessoal fala assim “é porque lá na favela, o povo é doente”, mas é doente por quê? O ambiente deles é ruim. Não tem praticamente nada. E aí, já quem tem um ambiente bom, já tem (...) saúde melhor.*

Após alguns passos e observação pelo local, em busca de novas espécies de palmeira, e o cuidado ao caminhar para não escorregar, questiono o participante a respeito sobre os impactos das caminhadas e sua opinião sobre caminhar em ambiente natural e urbano. Palmeira expõe dificuldade para caminhadas, que prefere ciclismo. Ressalta a recomendação médica de praticar caminhadas. Palmeira ainda expõe que não há como comparar a caminhada no parque com a caminhada em centros urbanos, e se justifica pela paisagem, o canto dos pássaros e até reconhece o canto do sabiá que cantarolava no topo das árvores.

Aproveitando que Palmeira conhecia o local e apresentava curiosidades pelo local, perguntei a ele sobre sua experiência em realizar aquela caminhada naquele momento, e o mesmo relembra com emoção o dia em que visitou o Parque com sua filha, que na época estudava Engenharia Ambiental. Ainda relatou que encontraram uma serpente no mesmo percurso em que estávamos no momento, uma jararaca, conhecida na época como Urutu. Essa fala de Palmeira me lembrou de meu pai, que

conta que há muitos anos era muito comum o aparecimento de serpentes Urutu, e compartilhei isso com ele.

Após esse diálogo, questionei se alguma vez Palmeira vivenciou alguma situação em que saúde e ambiente interferiram em sua vida, e ele confirma que há muito tempo houve interferências, principalmente no lazer como elemento de saúde. O entrevistado comenta que sua infância foi difícil, desde os 10 anos não frequentava mais a escola e acompanhava sua família para o trabalho rural, além disso, *morava mal, comia mal, sabe, dormia mal porque tinha que trabalhar muito.*

Ao continuar a trilha, chegamos na mina que abastece o lago do Parque, e ali observamos uma placa que evidencia um projeto de recuperação de minas realizada por alunos do Colégio Agrícola de Palotina (FIGURA 4 e 5). Ao observar isso, Palmeira comenta:

*Esse é um negócio que a prefeitura com o meio ambiente, você que vai entrar nesse caminho, tinha que fazer no município todo. (...)Por que você vai lá, onde é que ela nasce, limpa, bem limpinho, aí vai colocando pedras, cimento com terra, e vai arrumando, para ela nascer e sair limpa para nenhum bicho (...) mexer lá e estragar. (...)E aqui, ó, essa água, é pura, no meio das pedras (...). Tem que preservar mesmo.*

FIGURA 4 – Placa de recuperação de nascente



FONTE: A Autora (2022)

Continuamos caminhando e a partir dali a trilha é mais fechada e há necessidade de desvios no caminho, por árvores caídas, galhos e cipós entrelaçados no meio do percurso, além de vestígios de animais. Em certo ponto questionei Palmeira sobre o local que mais gosta de estar, e ele responde que é sua casa, o melhor lugar para ficar. Em relação a sua vida hoje, Palmeira tem dificuldade em falar

sobre saúde e ambiente, mas aborda sobre saúde mental, de como o estresse interfere na comunicação e uma boa vivência em sociedade.

FIGURA 5: Nascente que abastece o lago do PESC



FONTE: A Autora (2022)

Devido a sua dificuldade em perceber a relação da saúde e ambiente na sua vida atual, questiono-o sobre o aprendizado que poderia ter construído naquela caminhada e conversa, e Palmeira relata sobre o ar puro. Nesse momento, uma borboleta azul voa sobre nós e eu comento sobre a espécie ser difícil de encontrar, e o participante faz uma crítica ao uso de agrotóxicos, que desde que o uso passou a ser desenfreado, pouco se vê/escuta certos animais, como a rã, formiga, vagalume, cigarra, borboleta.

Encaminhando para o final da entrevista, perguntei o que era bem viver para Palmeira, e sua resposta baseou-se no discurso que havíamos realizado durante toda a caminhada. Destaco abaixo a fala de Palmeira:

*Viver bem. Primeiro lugar, você tem que ter saúde. Se não você não vive bem. Aí você tem que ter um lugar que é onde você pode chegar, dormir bem, comer bem. Ter um bom convívio. Uma relação fácil (...) entre amigos, entre (...) o pessoal que você convive, né?! Você tem que sempre tá bem, porque se você tem atrito com alguém, você (...) não vive bem (...).Estar com as contas em dia, isso também faz bem.*

O restante do percurso da trilha, Palmeira e eu fomos conversando a respeito do lugar, observando os arredores da trilha e foi me contando sobre histórias daquele lugar, o que durou aproximadamente metade da entrevista. Ouvir ele contar sobre histórias do lugar, reconhecer plantas, comentar sobre sua vida pessoal, me fez questionar sobre minha vida, é como se eu estivesse conversando com meu avô. Realizar essa entrevista me fez refletir ainda mais sobre como a saúde e o ambiente estão intimamente articulados, o frescor da mata enquanto caminhava trazia sensação de pureza, de alma limpa, como se os problemas da vida desaparecessem por um instante.

Com relação a produção de dados, a entrevista semiestruturada me desafia, a buscar elementos na fala do entrevistado para buscar novos assuntos e permitir que o participante construa e descubra suas percepções a respeito.

#### 4.1.2 (Eco)Narrativa do participante “Disposição”

Era uma tarde de sexta-feira, havia sol e muito calor, mesmo que a chuva tenha nos presenteado no dia anterior. A trilha molhada e escorregadia nos obrigava a cuidar com os passos. Nossos olhares iam em direção à procura de locais menos lamacentos, ao mesmo tempo que o vento balançava as folhas das árvores e gotas de água caíam sobre nós. Iniciei a entrevista informando novamente a necessidade de gravação e que poderíamos parar a trilha a qualquer momento que julgasse necessário, e a participante prontamente diz que faz tudo a pé, não possui carro, então todas suas necessidades diárias, são realizadas a pé, por vontade própria. Diante disso, nomeei a participante como “Disposição”.

Ao questioná-la sobre o que era saúde, me respondeu que saúde significa realizar suas atividades, cuidar da casa, cozinhar, e participar de atividades como dança e ginástica. A trilha estava escorregadia, por isso, íamos devagar e procurando lugares secos para pisar, principalmente nas laterais da trilha, onde estava repleto de serrapilheira.

Continuamos caminhando e perguntei a ela o que era ambiente, e para Disposição, depende do lugar em que está inserida, podendo ser onde mora, onde vai, onde faz exercícios e que seja um local agradável para caminhar. Com essa fala, ela já comenta sobre a trilha, que estava bem lisa, mas que já era previsto, devido às chuvas do dia anterior. Comentei que a trilha estava limpa de folhas, e lembramos que

um pouco antes de iniciar a entrevista avistamos uma mulher varrendo a trilha, e não sabíamos que era feita esse tipo de manutenção no Parque.

Disposição continua falando sobre suas atividades de ginástica, e comento que parece ser uma pessoa muito ativa, e a mesma confirma, relatando seus horários de atividades físicas. *É, e não sinto cansaço. Hoje eu já fui na aula de estepe às 8h, das 8h às 9h. Ai, fui para casa ajeitar o apartamento. Eu limpei ontem, para não ficar muito para hoje, né.* Nesse momento, eu escorrego e quase caí. Rimos um pouco da situação e seguimos com mais cuidado, mas confesso que o coração palpitou e o medo da participante cair instaurou-se em mim. Por isso, para evitar acidentes com a participante, fui andando na frente e ela foi seguindo meus passos, assim, havendo mais segurança de que não iria escorregar.

A participante comenta sobre uma planta que avistou, *isso aqui parece um, quase um radite isso aqui*, e questiono se ela gosta de plantas. *Eu gosto, eu tenho um jardinzinho. Eu moro no térreo, e atrás, eu tenho um jardinzinho, uma calçadinha.* Comento sobre minhas experiências desastrosas com plantas e ela complementa que não coloca as plantas sempre em vasilhos, organizados, que prefere plantar no chão, para crescerem à vontade.

Continuamos andando e observando a paisagem sempre verde, como um colírio para os olhos. Nossos ouvidos enchiam-se do canto dos pássaros e o olfato era invadido pelo frescor do local. Após alguns instantes apreciando os elementos da trilha, questiono sobre sua percepção entre saúde e ambiente e ela responde. *Nossa, é tudo, né? Depende muito do ambiente para você ter saúde, até mesmo a casa precisa estar organizada, limpa, pois na cidade há muitos problemas com baratas. E não é, só essa parte física, a saúde física né, saúde mental, principalmente. Então precisa diversificar o que a gente faz*, e ela justifica que se fizer sempre a mesma coisa, fica muito focada naquilo. Nesse momento, avistamos uma linda borboleta azul, que não é comum ver nos centros urbanos, e tento tirar uma foto, mas sem êxito. Logo a frente avistamos uma árvore enorme, com tronco largo e comprido, e Disposição comenta que a árvore deve possuir uns 100 anos (FIGURA 6).

Caminhando mais um pouco, a participante comenta: *nossa o ar está tão agradável, né? Depois da chuva, assim*, e digo, *fica fresquinho né.* Ouvimos o barulho da água da nascente que se aproximava, e aproveito para questioná-la se saúde e ambiente possuem relações. E ela responde *nossa, e como.* Complementa sua fala sobre ficar em ambientes tumultuados, que pode gerar estresse e até depressão, que

muitas vezes pode estar relacionado a convivência com pessoas muito negativas. Faço um breve comentário, que minha sensação é que pessoas negativas tendem a sugar nossas energias.

FIGURA 6 – Grande árvore encontrada



FONTE: A Autora (2022)

A participante realiza uma fala que me fez refletir sobre minha própria vida:

*Isso mesmo. A gente tem que agradecer todos os dias. Não reclamar do que a gente perdeu, mas pelo que a gente tem. Não bem material, né. Como se diz, acho que da nossa época para agora, para nossa idade, é tudo de bom, nossas mães, nossas avós não viviam isso que nós vivemos agora. Tem tanta oportunidade, e ainda você encontra pessoas que dizem “ai eu não sei o que fazer o dia inteiro”.*

Complemento que algumas pessoas gostam de ficar mais sossegadas, e ela traz argumentos importantes, pois o sedentarismo pode atrofiar o corpo e a mente. Continuamos andando, passamos pela ponte da nascente, e a trilha já estava mais fechada, com a vegetação entre a trilha, com mínima intervenção humana, apenas uma limpeza de folhas. A participante avista no chão algumas samambaias, e vou verificar se estavam em fase reprodutiva, me recordando das aulas de Botânica da minha graduação. Ela comentou que quando criança brincava de “sombriinha” com as

samambaias, pegava as folhas, colocava sobre a cabeça segurando pela ponta, e saía andando, como se fosse uma sombrinha, um guarda-chuva.

Passamos a ponte da nascente, e ela questiona se iremos continuar a trilha e deixo a escolha para ela, que diz que gostaria de continuar, que estava muito agradável. Avistamos na passagem um poço de água bem grande, que nos impedia de avançar sem nos molhar, e precisamos passar entre troncos de árvores caídas, com muito cuidado para não nos machucarmos (FIGURA 7). Após algumas dificuldades, conseguimos passar para continuar nossa caminhada.

FIGURA 7 – Poço de água bloqueando a passagem



FONTE: A Autora (2022)

Questionei a ela quais os benefícios da caminhada, e ela diz que *para muitos, é tudo de bom. Quando eu faço uma caminhada, dá uma disposição*, e complementa que frequenta academia há mais de 20 anos, e que em sua atual turma, há meninas de 14 a 81 anos. *A gente vai lá, se diverte, faz exercício, a professora acompanha (...)* *Eu vou 3 vezes por semana, às 8:00 é ginástica localizada (...)* *sexta-feira é estepe, aí na terça, eu vou no yoga (...)* e *na quinta de tarde eu faço dança italiana*, relatou ela, com uma agenda cheia. Anteriormente ela havia comentado que fazia dança terapia,

e a questionei sobre o que seria esse tipo de dança: *faz exercícios, faz dança de tudo, a gente dança a vontade.*

Prosseguimos com a caminhada, e ela relata que quando não tem nada para fazer no centro da cidade, inventa algo, apenas para poder caminhar, e que durante a pandemia, procurava caminhar em locais menos movimentados, se protegendo, mas que não deixava de realizar exercícios. Por curiosidade, acabei perguntando se ela havia contraído COVID-19, e ela disse que sim, mas não teve nenhum sintoma grave, e faço uma colocação que provavelmente é devido sua rotina de atividades físicas. Mesmo tendo uma rotina agitada, a participante comenta que possui seus momentos de descanso, que lê, faz tricô, crochê, tear, tapete. Comentei que eu também gosto de fazer artesanatos, mas que agora não tenho tanto tempo livre para me dedicar a isso, o que me fez lembrar de quando eu preparava o enxoval de minha filha. Pergunto a ela como está sendo realizar essa caminhada, *para mim está ótimo*, disse ela que já imaginava como seria a caminhada, pois já participou de outros projetos. Ela avistou uma laranja do mato caída, e achou bonita. Como havia essas frutas caídas no chão, ela comentou que seu neto é apaixonado por capivaras.

Caminhando mais adiante, perguntei a ela se era diferente caminhar no parque e na cidade, e ela diz *ah claro, aqui a gente respira ar puro né (...) aqui é bem mais saudável*. Aproveitando que ela comenta sobre saudável, questionei se ela já vivenciou alguma situação que o ambiente e a saúde interferiram na sua vida. Ela lembrou o passado, sua primeira casa, de quando foram pintar as paredes, precisaram lixar e isso fez muita poeira, e eles estavam morando na casa, então não dava para respirar direito.

Logo a frente, avistamos a ponte que retornava ao ponto inicial do parque, sinalizando que a trilha estava chegando ao fim, e pergunto a ela, em qual local ela mais gosta de estar, que responde ser sua casa, mas que se adapta facilmente, por exemplo, visitar os filhos que residem em outra cidade e passar algumas semanas lá, que se sente bem. Também fala que não tem restrição em viajar sozinha, que já faz 20 anos que é divorciada e acredita não se adaptar a um novo casamento, e que possui muitos homens em sua vida, já que possui irmãos, netos, sobrinhos e genros. Paramos um pouco no início da ponte para apreciar a paisagem e aproveito para perguntar se atualmente a saúde e o ambiente interferem em sua vida, *é isso aí, eu poder sair todos os dias, fazer meus exercícios, fazer caminhada, me alimentar. Sou*

*eu mesmo que faço minha comida sempre. Eu gosto da minha comida (...) é assim que eu gosto de viver bem e à vontade, né?! Sempre, não tenho luxo.* Como já estávamos no fim da trilha, acelerei meus questionamentos e perguntei se nesse dia, foi possível aprender algo sobre saúde e ambiente, caminhando. E ela diz que sim, pois há muita informação nos nossos dias. E relembra de sua mãe, que cuidava de chás, que gostava de experimentar coisas novas na alimentação, e que também gosta disso. Sugiro continuarmos andando, pois o Sol já estava queimando. E parto para minha última pergunta, sobre o que é bem-viver, *Bem viver é viver em harmonia com o lugar onde eu vivo. Com as pessoas que estão a minha volta, família com os amigos.* Disposição também comenta que procura não opinar na vida dos filhos, pois já são adultos, e não permite que eles opinem em sua vida.

Passamos por um grupo de pessoas que estavam alimentando os peixes, jogando grãos de pipoca no rio, e os peixes pulavam em busca do alimento. Nesse momento, ela comenta que tem a impressão de que, de vez em quando, os caseiros do parque retiram alguns peixes, para não superlotar, e comento que não sei se é permitido, por se tratar de uma reserva. Anteriormente, ela havia falado sobre a escola, então questionei se ela era professora, e disse que sim, de Geografia, mas que já faz tempo, que é aposentada, e ainda brinquei com ela *já acabou o sofrimento da senhora* e ela riu. Ela comenta que tem um grupo de chimarrão com suas amigas, também professoras aposentadas, que hoje em dia está muito difícil lecionar, que há professores doentes. *A gente não enfrentava esse tipo de coisa, era autoridade na sala. Não precisava bater, tinha alguns que batiam, tinha professor e a gente sabe, da época da gente. Mas eles respeitavam e hoje em dia não tem isso.* Eu concordo completamente com sua fala, pois sinto isso na pele atualmente.

Nesse momento o celular dela toca, e ela atende, era a respeito de uma entrega em sua casa. E digo que em 20 minutinhos chegávamos lá. Encerrei a entrevista/gravação, agradecendo a ela pela participação e disponibilidade de tempo, que prontamente responde *ah imagina, foi uma delícia, gostei bastante, tomara que te ajude.*

#### 4.1.2 (Eco)Narrativa do participante “Ligeirinho”

Havia sol, devia estar fazendo mais de 30°C naquela tarde, mas o vento estava fresco, algumas nuvens cobriam o céu azul. Água era essencial para suportar o calor, e protetor solar não poderia faltar. O solo estava úmido, e um pouco barrento, mas compacto, devido a terra roxa predominante da região e pela umidade fornecida pela vegetação. Desta vez, o participante residia na cidade de São Paulo e aceitou realizar a entrevista num momento em que visitava sua filha, em Palotina.

Dou início a caminhada e entrevista com o participante, que nomeei de “Ligeirinho”, devido a um relato dele no decorrer da entrevista, que em sua juventude era seu apelido, e como uma ironia, deixou de ser, pois com mais de 90 anos, os passos curtos e lentos são necessários. Começo perguntando o que é saúde, que resume em uma frase *acho que é o bem-estar físico, mental e social. Acho que é isso. A pessoa sentir-se bem*. Fico curiosa a respeito sobre o termo de saúde social, e o questiono, que explica ser a convivência em sociedade, saber conviver, conversar, respeitar, trocar ideias.

Compreendo o que ele diz e questiono sobre o que é ambiente, e para ele, é algo mais amplo, que o ambiente começa na família, de bem-estar, de respeito, de amor, principalmente. Continua sua fala sobre o ambiente escolar, *porque eu acho que a pessoa, desde o dia que nasce, tem que sentir-se segura, sentir-se amada*, resultando numa melhor adaptação escolar, que é *cortar o cordão umbilical da família*, e os pais devem colaborar para a criança sentir-se bem na escola e *depois sentir-se bem com outras pessoas, e assim ela vai crescendo (...) para ter uma maturidade mais efetiva, mais saudável*. Ligeirinho também comenta sobre o ambiente intrauterino, que há uma teoria, que ele não sabe se está comprovado, que o feto já sente o bem-estar da família. Para concluir sua fala, aborda sobre o ambiente da natureza, *é uma coisa muito mais ampla. Que daí vem a natureza, né? Natureza envolve, que nós fazemos parte disso tudo, né?*

No momento desta fala, lembrei-me de minha filha e compartilho com ele minhas angústias a respeito de “cortar o cordão umbilical”, pois logo ela irá para a creche, e já fico pensando nisso. Ele diz que é difícil, para a criança principalmente, mas sabendo orientar, tudo fica bem. De certa forma, a argumentação me trouxe conforto.

Continuamos caminhando e o indago sobre a relação que saúde e ambiente possuem, e diz que tem tudo a ver, e complementa com a seguinte fala

*Se o ambiente familiar não é propício, não é de tranquilidade. Não é de bem estar. A pessoa já vai sentindo interiormente uma intranquilidade. No mal estar. Aí vem a parte social e daí vem a parte da natureza, né? Porque a pessoa tem que respirar bem, né? É, é respirar bem. Quem que tem que sentir-se em contato com essa natureza. Eu acho que é um todo, é um todo. Não existe nada isolado.*

Nesse momento dou um espirro, e já aviso que é apenas um espirro comum. E continuo para minhas perguntas, e pergunto por curiosidade se ele faz caminhadas, e ele diz que já andou muito, que é meio andarilho, mas que com a idade, diminuiu um pouco. Relata ter 91 anos, e que em abril de 2023 completa 92 anos, e comento que ele não aparenta ter essa idade, principalmente, pela disposição. Ele comenta que gosta de andar, e que andava praticamente correndo, mas que hoje em dia caminha com mais cautela. Até relatou que caiu algumas vezes, como no metrô de SP, mas que não sofreu nenhum machucado.

Eu comento que sou mais preguiçosa para andar, que prefiro o conforto que o carro oferece, e ele diz que isso é mais da minha geração, uma geração que já tem carro. *Eu sou de uma geração que, eu fui ver carro depois da adulto, né?! Eu sou de, de 31. O carro começou aqui no Brasil na década de 50, então já tinha mais de 20 anos e quem tinha carro, era só pessoas que tinha poder.* O meio de locomoção era andar, ou usar ônibus, trem. Era uma época diferente e, hoje, é a era da máquina. Comento que o ser humano está sendo substituído, e ele diz que as pessoas precisam fazer academia hoje em dia, que em sua época não existia.

Como a trilha estava escorregadia, sugeri a ele para andar na beirada, para evitar de escorregar e cair. Ele comenta que brincava na rua, andava descalço, não tinha calçados, pois era algo caro, mas que tudo tem sua época, e que *a verdade é que a vida é muito boa.* Comento que as coisas foram evoluindo e evoluindo para melhor, e ele concorda, mas, tem um porém, pois, na sua opinião, hoje em dia, as pessoas se isolam, falta o contato social, fica na televisão, no computador. Sabendo conciliar, tem a parte boa também.

Aproveitando que ele disse que gosta de caminhar, pergunto quais os benefícios da caminhada em sua opinião, e ele diz que é bom porque primeiro sai um pouco de casa, *a gente vê um pouco as outras pessoas, sente um pouco a natureza, o sol, principalmente (...)* Ver outras pessoas, ver o movimento. *É uma higiene mental*

(...) *a caminhada é uma higiene mental. É o que substitui a parte da academia, a gente vai exercitando um pouco as pernas.*

Conforme íamos caminhando, pergunto a ele como está sendo realizar essa caminhada, e ele diz que está *uma delícia*. Nesse momento ele teve uma pequena crise de tosse, que logo passou, e lembra que ele e sua esposa faziam trilhas antigamente, que iam em colônias de férias, então caminhavam bastante. Ligeirinho abordou que sua esposa é 10 anos mais jovem que ele, mas que possui mais dificuldades para andar, que aos poucos foi deixando de se exercitar, e hoje quase não anda mais, no sentido de caminhar.

Progredindo na caminhada, questiono se caminhar no parque é diferente de caminhar no centro da cidade, e para ele é diferente, *aqui é muito mais gostoso*, e dá uma risada. Ele comenta que quando recebeu o convite para participar do projeto, imaginou que a caminhada seria embaixo de sol quente, mas que na verdade estava uma sombra muito boa. Comento que a sombra é devido a mata fechada do parque, e ele diz que *é um ambiente gostoso, né? É a vantagem de conservar a natureza, né? Conservar as plantas, conservar esse ambiente né, os pássaros né, ouvir esses pássaros também.* Aproximávamos da nascente e ouvíamos os pássaros cantarolando e a água corrente.

Um grupo de pessoas passou por nós, e ele comenta que tem muita gente fazendo trilha, e eu digo que ali é um local que as pessoas gostam de conhecer, e pergunto se ele já conhecia, e ele disse que ainda não. Em Palotina, ele diz que sempre andava em uma praça próximo a casa de sua filha quando vem visitá-la, mas que dessa vez ainda não tinha ido, pois lembra cedo e ajuda nos afazeres domésticos. Chegamos na ponte que atravessa a nascente e ele pergunta se iremos continuar ou retornar, e deixo a sua escolha, que prefere continuar. Havia uma pequena escada, modelada no próprio solo, repleta de musgos e escorregadia. Sugiro que ele se apoie em mim, que aceita. Descemos com cuidado, cerca de 5 degraus. Ele comenta que são esses os cuidados que toma atualmente, em pedir ajuda para os degraus. Por exemplo, quando está no metrô em São Paulo, pede ajuda para subir no primeiro degrau da escada rolante, depois ele consegue ir sozinho. Continuamos andando e ele perguntou o que eu havia questionado, pois havia esquecido, e o lembrei o que era.

Atravessamos a ponte, devagar, e descemos a escada feita de madeira, que está um pouco duvidosa, e ele se apoiou no corrimão. Ele desceu bem devagarinho,

e comentou que há alguns anos, ele desceria aquela escada correndo. Ele foi relembando algumas trilhas que fazia com sua esposa em Campos do Jordão, e continuamos caminhando. Nesse momento, a trilha é estreita e com pouca intervenção humana, então havia pedras e raízes de árvores pelo chão. Em alguns momentos eu oferecia apoio, e ele disse que só precisava ver certinho onde iria pisar. Nessa parte da trilha em diante, nossa caminhada tornou-se ainda mais lenta, o que não foi um problema, pois isso permitia que observássemos com maior atenção aos detalhes da trilha.

Durante a caminhada ele comentou que quando se aposentou da Secretaria do Estado de São Paulo, como supervisor, ele não queria parar de trabalhar, ainda se sentia ativo, então foi procurar emprego pela cidade, pelo prazer em trabalhar. Nisso, ele encontrou um emprego em anúncios de jornais da cidade e entregava no jornal do bairro. O participante relatou que precisava caminhar muito, o dia todo. Ele foi relatando o trajeto que fazia, e comentou que seu chefe, na época, o apelidou de “Ligeirinho”. Ele complementou que depois de 85-86 anos, começou a ter mais cuidado, andar com mais cautela. Ouvir o participante relatar suas vivências de 30 anos atrás estava muito instigante, e era gostoso de ouvir.

Continuo com a entrevista e pergunto se ele já vivenciou alguma situação em que a saúde e o ambiente interferiram na sua qualidade de vida. Ele pediu um tempo para pensar, e perguntou o sentido da pergunta, e expliquei que seria qualquer situação que já tenha acontecido. Então, ele diz que não é uma necessidade de presenciar alguma situação, mas exemplifica, que Palotina é uma cidade que faz muito calor, então tem a necessidade de ligar o ar-condicionado, mas se a cidade tivesse mais árvores, teria mais frescor. E eu concordo com as palavras dele, pois a cidade é realmente muito quente, e possui pouca vegetação, principalmente no centro. *Acho que falta (...) arborização ali no centro. Pra gente sentir mais frescor, né (...) eu acho que isso daí já é uma prova de que o ambiente influencia na saúde.* Isso me fez lembrar que na rua da minha casa também tem poucas árvores, o que deixa a rua ainda mais quente. Ligeirinho complementa sua fala com a seguinte frase: *árvore é vida, né?!.* E prossegue com sua fala, expondo que isso a gente já aprende enquanto está na escola. A árvore fornece oxigênio, e por isso deveria haver mais árvores, e que deveria ser responsabilidade do poder público cuidar da natureza. E nesse momento, o participante faz uma crítica sagaz, referindo-se aos governantes: *Mas eles não estão nem aí.* E eu concordo com a opinião dele. Ele ainda comenta que o

poder público prefere agradar os munícipes de outras maneiras, e eu complemento, *com renda financeira, né? Principalmente.*

Seguimos nossa caminhada, e passamos por uma árvore caída que atravessava a trilha, mas ela estava suspensa, então havia boa passagem, só precisávamos nos curvar um pouco. Após passarmos por esse local, questiono em qual local ele mais gosta de estar. Ele responde que gosta de diversificar, que gosta muito de sua casa, mas depende o horário, por exemplo, em horários ensolarados, que seria naquele mesmo horário que estávamos, por volta de 14:30h. Mas que naquele dia, preferia estar caminhando no parque, pois estava uma sombra muito boa.

Continuamos andando, observando a trilha e a vegetação. Passos lentos e precisos. Ele retoma a conversa e diz que gosta de ficar em casa, na casa de sua filha, gosta de regar as plantas. eu gosto de estar trabalhando, gosto *de fazer compras. Gosto de sair. Mas sempre procurando (...) não se cansar e não se queimar muito*, referindo-se ao sol.

Pergunto se ele vê alguma relação entre sua saúde e o ambiente, e ele diz que quando está num ambiente fresco, fica melhor, mas quando fica suando, com muito calor, é algo ruim para o corpo, então precisa de um ar condicionado, um ventilador. E eu comento, que com o calor que está, nem o ventilador está resolvendo. Rimos um pouco, e ele concordou com minha fala.

Mais alguns passos, pergunto a Ligeirinho se é possível aprender algo sobre saúde e ambiente caminhando, e ele me questiona se é aprender para si ou outras pessoas, e eu digo que ambos, que expõe: *é difícil a gente transferir para outra pessoa. O que a gente sente em relação ao meio ambiente.* E complementa: *eu aprendo aqui. Que a gente vive bem melhor. Quando faz essas caminhadas e principalmente essas trilhas, eu me sinto melhor.* Sinalizo com a cabeça que compreendi sua fala, e continua: *então as pessoas têm que sentir. Então a gente tem que trazer as pessoas pra caminhar né?(risos).* Eu concordo e até comento das dificuldades em conseguir participantes para a pesquisa, mesmo com ampla divulgação em grupos de idosos. Conversamos um pouco sobre isso, e ele retorna dizendo que é preciso caminhar para sentir.

Continuamos andando e faço minha última pergunta, sobre o que é bem-viver, ele responde que

*primeiro é ter saúde, é o que eu falei, a saúde física, mental e social. Eu acho que bem viver também envolve uma parte religiosa, sabe? Sem fanatismo (...)  
Eu sou católico. E eu acho que a religião faz parte (...) para o meu bemestar.*

*Eu acho que não é só a matéria, sabe? (...) eu acho que a parte espiritual também contribui muito para a felicidade da pessoa (...) porque eu sou católico, procuro ser praticante. Mas dentro dos meus limites também (...) Eu acho (...) que nós temos essa relação com o cosmo (...) porque tudo é um mistério..*

Enquanto ele falava, eu sinalizava com a cabeça que estava compreendendo sua fala, que sempre deixava claro que não se tratava de um fanatismo religioso. Nesse momento, ele relata uma situação de sua infância, que nasceu com uma séria doença, que ficou bem próximo da morte, e que para não morrer pagão, foi batizado, e após o batismo foi curado. Quando ele terminou seu relato, meu corpo se arrepiou inteiro, e eu senti uma paz interior que é impossível expressar em palavras.

Ele comenta que é difícil acreditar quando uma pessoa diz que não tem nada espiritual, pois no fundo nós temos esse contato com a natureza, e não precisa ser uma espiritualidade de religião, mas o cosmo que nós vivemos. *O cosmo pode ser católico. Pode ser outra religião (...) ou pode não ser nada. Pode ser só, até (...) a natureza, né?! (...) A natureza também é uma religião, né?!.* E complementa *então o bem-estar para mim é isso. Eu acho que eu sinto necessidade dessa parte espiritual de desenvolver.* Fui concordando com suas falas enquanto caminhávamos. Agradei a ele pela participação na pesquisa e finalizei a gravação.

No trecho até a ponte, Ligeirinho continuou andando devagar, e em certo momento quase caiu ao tropeçar em uma pedra. Por sorte, eu estava perto e ele conseguiu se segurar em mim. Ao final, me relatou que não toma medicação sem prescrição médica, que caso sentir alguma dor ou incômodo, procura um médico que prescreve medicações e solicita exames se necessários. Mas que não vai à farmácia pedir remédio para dor na garganta por exemplo, prefere ir ao médico para examinar e prescrever a medicação correta. Me deu um exemplo, que todo ano faz exames de sangue, e em um deles a tireoide estava alterada e necessitou de uso de medicação, sendo a única medicação continua que faz uso, aos quase 92 anos de vida.

#### 4.1.3 (Eco)Narrativa do participante “Erva”

Uma tarde ensolarada, com nuvens no céu que encobriam o Sol por vezes. Cheiro de terra molhada, vindo da chuva do dia anterior. O parque estava vazio, nenhum visitante. A trilha estava limpa de folhas, estas afastadas para os cantos. No

solo era possível ver vários murundus. A participante relatou diversas vezes na entrevista a respeito de plantas medicinais, portanto, nomeei-a de “Erva”.

Iniciamos nossa caminhada, coloquei o celular para gravar a entrevista e pergunto a ela o que é saúde em sua vida. Para Erva, o verde da natureza, a bom funcionamento do corpo é saúde. Mais alguns passos, volto meu olhar para trás para ver minha filha que havia ficado no quiosque com o pai. Levanto meus olhos em direção ao dossel das árvores e um sentimento de gratidão me invade. Continuamos caminhando, e quando já estávamos lá pela quinta ou sexta pergunta, percebo que ao invés de ligar o gravador de voz, na verdade liguei o cronômetro. Nesse momento senti fúria, pois foi um erro tolo. Peço desculpas a participante, e retomo toda a entrevista. Ela aceita tranquilamente.

Portanto, pergunto novamente o que é saúde, e me responde que é a natureza, é bom para o corpo e para os órgãos. Após alguns segundos de silêncio e mais passos, ouvimos o som da água corrente que vinha da nascente. Questiono sobre o que é ambiente, *ambiente é preservar a mata, é as nascentes, água limpa, plantar arvores mais, pra ter mais...uma natureza mais pura.*

Chegamos na pequena ponte que atravessa a nascente, que deve ter no máximo 10 metros de comprimento. Mostro a ela apontando o dedo indicador o local que parecia ser a nascente. E ela complementa que se não houvesse aquela mata, não haveria água ali. Concordo com sua fala e continuamos caminhando até o outro lado e digo para ter cuidado com a escada de madeira, pois é meio “mole”. Descemos com cuidado, sempre observando onde pisávamos, pois além de estruturalmente estar bamba, havia musgos por inteira.

Após descer e mais alguns passos, observamos que a partir daquele ponto a trilha estava mais fechada, então ao invés de caminhar lado a lado, passamos a ir quase que uma a frente a outra. Então a questiono se acha que saúde e ambiente possuem relações, que diz *ah tem né?! Se tem saúde o meio ambiente ajuda bastante (...) pra saúde. O meio ambiente é muito bom.*

Caminhamos olhando ao redor com cuidado para não tropeçar nas raízes protuberantes das árvores, e meus olhos procuravam vestígios de pequenas plantas, fungos e animais. Os fungos estavam escassos, e o chão repleto de formigas carregando seu alimento, folhas. Ficamos alguns segundos em silêncio e me recordo, que no início da entrevista, quando ainda não estava gravando, ela comentou que gosta muito de caminhar, e a questiono, lembrando esta fala, qual a importância de

caminhar em sua opinião. Ela diz que caminhar é bom para o coração, para o pulmão, essas coisas, e que caminhar a deixa mais leve. Aproveitando o assunto, pergunto como está sendo realizar a caminhada naquele momento, e já estávamos mais da metade do percurso, que diz estar muito bom andar na trilha e que nunca havia caminhado em trilha, *tô gostando bastante*. Fico surpresa em saber disso, e ela complementa que nunca entrou em um parque, *é a primeira vez*. Nesse momento um sorriso surgiu em meus lábios, por estar proporcionando novas experiências a outra pessoa, por meio da minha pesquisa.

Continuamos andando e avisto uma placa de um projeto de abelhas, e coincidentemente reconheço que fiz parte daquele projeto por um curto período de tempo no início da graduação (FIGURA 8). Várias memórias surgiram em minha mente. Compartilho com ela essas informações que se mostra interessada em minha fala.

FIGURA 8 – Placa de projeto de abelhas sem ferrão



FONTE: A Autora (2023)

Em silêncio, caminhamos mais alguns metros, e pergunto se ela acha diferente a caminhada do parque à caminhada da cidade, que prontamente responde *ah é. Aqui é mais diferente, mais fresco (...) ar mais puro*. Olho para o chão e percebo que minha roupa está repleta de picão, e começo a bater na roupa para que eles saiam, e avisto

mais murundus. Com isso, me lembro mais uma vez de uma de nossas conversas antes da gravação, mas já em trilha, da qual a participante relata o aumento de formigas, e pergunto novamente a ela a respeito disso, e me conta que faz 10 ou 20 anos *que começou a aparecer formiga. Me lembro quando apareceu lá em casa. Aí começou alastrar e em todo lugar tem.* Percebo que em sua fala, pela entonação de voz, a ideia de muitas formigas é algo ruim em seu ponto de vista, pois causam danos às plantações, mas não me alongo a isto, apenas comento que ao longo do caminho vários murundus estavam na trilha (FIGURA 9).

FIGURA 9: Murundus pela trilha



FONTE: A Autora (2023)

Caminhamos mais alguns passos, eu já estava ofegante. A participante por sua vez, seguia serena. Questiono a ela se alguma vez já vivenciou alguma situação em que a saúde e o ambiente interferiram em sua vida, que responde rapidamente com um *não* seco. Confesso que não esperava pela resposta e me desconcertei um pouco, mas não me alonguei para não interferir na pesquisa, mesmo acreditando que ela pode não ter compreendido a pergunta.

A participante se abaixa e observa pequenas frutinhas caídas no chão, e questiono sobre o que seria, *ah é coquinho. A hora que vi achei que era gabirola.* Soltou o coquinho no chão, bateu as mãos uma na outra e continuou caminhando. Pergunto a ela em qual local mais gosta de estar, mas ela não entende a pergunta e diz que não sabe responder, dessa vez, por demonstrar dúvida, complemento minha fala, que pode ser qualquer lugar. Ela então diz que é o sítio, e questiono o motivo.

*Porque fui criada no sítio, nunca morei na cidade. Lá tem ...gosto de mexer com as galinhas, com os porcos. Então a hora da gente passa mais rápido.* Eu digo que prefiro a cidade, e ela diz que não gosta muito de cidade.

Caminhando mais adiante, pergunto a relação que saúde e o ambiente possuem em sua vida hoje, *ah, (...) que eu posso falar? Única coisa que eu gosto, de andar na mata, que eu conheço bastante erva. Que faz remédios.* Demonstro interesse e pergunto quais ervas, e ela diz algumas como cipó-mil-homens, erva de bicho, melão-são-caetano. Fico ainda mais interessada e quero saber para que serve cipó, e ela diz ser muito bom para vermes, para muita coisa. Como estávamos imersas na natureza, estava repleto de cipós, e pergunto se algum deles é este cipó-mil-homem, e ela diz que não, que ele é mais cascudo. A partir desse conhecimento e interesse em plantas medicinais, deu-se o nome da participante de “Erva”.

Além das ervas medicinais, ela diz que *argila do rio também é bom para várias doenças, tirar fungo, bactéria.* Vou demonstrando interesse em sua fala e ela recorda de outra planta, café-de-bugre, boa para desintoxicar de veneno. Ela complementa que *meu pai usou esse café-de-bugre pois estava intoxicado de veneno. Me recordo de uma época em que ele tinha muita dor de cabeça, e nenhum remédio amenizava.* Andando com cuidado, e agora percebo que ela atenta o olhar em busca de plantas medicinais. Questiono se é possível aprender algo sobre saúde e ambiente na caminhada, e ela diz que *é bom para a mente né?! Vai andando no meio das árvores, se distrai, olha as árvores. Então a mente vai ficando melhor. Mais leve.* Encaminho a entrevista para o final, e pergunto o que é Bem Viver para ela, que diz ser *comer bem, vestir. Sem fazer extravagâncias, que a saúde, protege mais.* Ela vê um sinal de trilha em próximo a nós e pergunta se é outra trilha, e eu digo que não, que apenas dá a volta em um pedaço. Agradeço a participação e digo que de perguntas, era isso, e continuamos nossa caminhada.

Alguns segundos depois, ela pergunta se eu desliguei o gravador, e digo que não, mas se preferir posso desligar, e ela diz que não precisa. Deixo em aberto se ela quiser falar mais alguma coisa. Continuamos andando e digo para cuidar ao descer determinada inclinação da trilha, pois havia pedras grandes e raízes para fora do solo, das quais poderia tropeçar. Exatamente o mesmo lugar que o último entrevistado quase caiu.

Descemos tranquilamente e alguns metros adiante, quando já avistávamos a ponte que atravessa o lago, ela para e observa uma planta. *Deixa-me ver essa planta.*

É *João-Borandir* (FIGURA 10<sup>3</sup>). Pergunto para que serve, e ela diz que sua falecida mãe usava para alergia. Ela comenta que não viu cipó-mil-homens. Eu avisto muitas samambaias no chão (FIGURA 11), e comento sobre a quantidade, até que brinco que poderia levar uma mudinha, e ela sorri de canto de boca e diz que é bom para fazer arranjo de festa, que no sítio tem algumas.

FIGURA 10 – Planta medicinal João-borandir



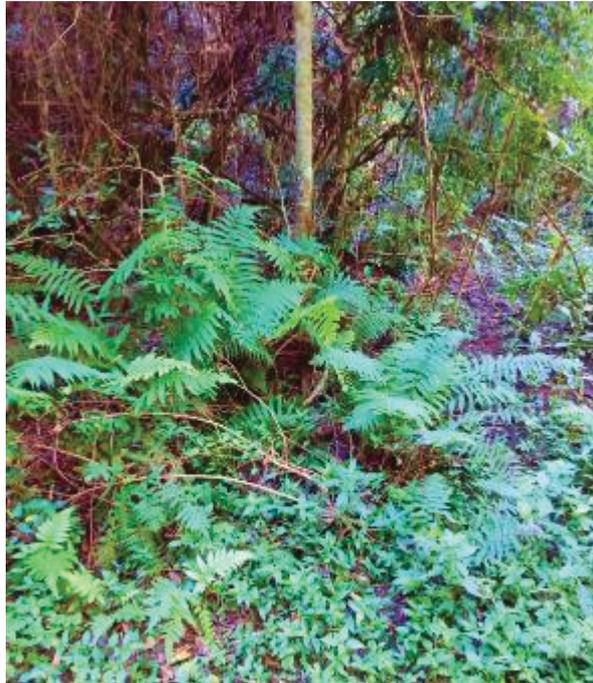
FONTE: A Autora (2023)

Chegamos na ponte que atravessa o lago e caminhando sobre ele fomos conversando sobre os peixes dali, e ela diz que provavelmente algumas espécies foram adicionadas. De longe, vimos minha filha brincando nas pedrinhas ao redor do lago. Continuamos conversando até chegar em terra firme, agradeço mais uma vez a participação e encerro a gravação.

---

<sup>3</sup> Neste trabalho não realizei uma investigação botânica a respeito das espécies relatadas pela participante, desta forma, as imagens mostradas são condizentes com o relato da entrevistada.

FIGURA 11 – Samambaias pelo chão



FONTE: A Autora (2023)

#### 4.1.4 (Eco)Narrativa do participante “Satisfação”

A última entrevista da pesquisa, quanta dificuldade. Vários convites rejeitados, dias chuvosos que impediam nossa caminhada, reformas no caminho do parque que trancavam nossa passagem. Até que em um dia, em uma conversa rotineira consegui uma participante, que no dia seguinte já realizamos a entrevista. Mas os desafios não pararam por aí. A estrada estava parcialmente impedida para ser asfaltada, então, caminhamos por aproximadamente 200 metros até chegar na entrada do parque. E posso dizer que foi proveitosa, pois conheci um pouco mais minha entrevistada. A nomeação dada a esta participante trata-se de “Satisfação”, pois durante todo o percurso, ela mostrava estar contente com o lugar, agraciada pela beleza e o sentimento de gratidão.

O dia estava ensolarado, quente e seco. A participante dava passos curtos e rápidos. Iniciamos de fato, nossa caminhada pelo parque, e informo a ela novamente sobre do que se trata a pesquisa e a finalidade da mesma, deixando-a a vontade para quaisquer questionamentos e possibilidade de retornar ao início da trilha, caso sinta necessidade. A primeira pergunta que direciono é sobre sua percepção sobre saúde,

que diz que a *saúde é tudo de bom (...) se a gente não tiver saúde, a gente não consegue fazer nada, né? Nem isso que a gente tá fazendo, conseguia*". Eu concordo com sua fala, e ela complementa que *saúde é tudo, em primeiro lugar*".

Continuamos caminhando e observando a trilha, com cuidado para não tropeçar em galhos e raízes protuberantes. Enquanto isso, pergunto o que é ambiente para ela, e responde que é necessário *ter um ambiente bom, ambiente social, com a família, com tudo (...) um bem-estar para a sua vida*". Ainda complementa que é necessário estar bem com os amigos e vizinhos, e uma fala me chama a atenção, em que a entrevistada diz que o *primeiro sal é dos vizinhos, porque às vezes, na hora de um desespero (...) a gente corre aonde? Nos vizinhos, né?*. Eu concordo com sua fala, e ainda relato meu aprendizado com ela, pois eu não havia parado para pensar nessa questão, que os vizinhos podem ser nossa primeira ajuda em momentos de dificuldades.

Percorrendo a trilha ao som dos pássaros e o vento fresco que as árvores proporcionavam, questiono sobre sua percepção de saúde e ambiente, que responde que para participar de um ambiente, precisamos ter saúde, pois ao contrário disso, sem saúde não é possível participar de nenhum ambiente, *não vai numa festa, não visita ninguém (...) não vai até as pessoas, você não conversa, você não participa da sociedade, nada, né? Tem que estar bem*. Digo que compreendo sua fala e engato na próxima pergunta, sobre as relações entre saúde e ambiente. Satisfação diz que acha que tem e solta uma risada gostosa de ouvir, sincera e dou risada junto, perguntando quais seriam essas relações e ela responde:

*que nem nós falamos (...) se a gente não tiver ambiente com as pessoas, com a família, com tudo, se a gente não tiver saúde, a gente fica isolado né? (...) se a gente não tiver o ambiente junto (...) não vai pra frente (...) que precisa de ter né, um ambiente bom.*

Já que estávamos caminhando, pergunto a ela se ela gosta de caminhar, e foi bem sincera ao dizer que não é *muito da caminhada*. Que realiza seus exercícios físicos, faz seus afazeres, anda pelo bairro, mas o fato de sair para realizar uma caminhada, não a faz. Então, a questiono como está sendo realizar aquela caminhada e se sabe quais são os benefícios da prática de caminhada. A entrevistada, Satisfação, diz que está *bom, gostoso, é diferente (...) muito bom*. A respeito dos benefícios da caminhada ela diz o médico já a recomendou a praticar, para circulação, pois já fez cirurgia de varizes e é necessário caminhar sempre, *que ajuda bastante a*

*circulação do sangue, do coração, né? Para vários tipos de coisa (...) o exercício físico é tudo hoje em dia.* Eu concordo com sua fala e complemento que também traz benefícios para a mente, e a entrevistada argumenta que em momentos de estresse, sai para andar e quando retorna está com ânimo para realizar as atividades cotidianas. Por último, complementa que a caminhada pode ser *uma terapia*. Compartilho com ela que eu sou muito estressada, e que muitas vezes não tiro o momento para caminhar, mas que naquela caminhada que estávamos realizando, estava muito bom, e comento sobre o clima, que há tempos não chove, mas o chão da trilha estava molhado. A participante concorda com minha fala e diz que o ar está umedecido, gostoso de respirar.

Por um descuido, fiz a mesma pergunta a ela, sobre como estaria sendo realizar aquela caminhada, e ela responde sem questionar a dualidade, inclusive agradece pelo convite, pois está gostando muito. Eu quem agradeço pela participação e ressalto a dificuldade que tive em conseguir participantes. Aproveito e explico novamente que o trabalho se trata com uma pesquisa sobre saúde e ambiente na perspectiva da pessoa idosa, para o mestrado em educação. Comento com ela que fiz com outras quatro pessoas, mas que precisava de pelo menos mais uma, e que foi minha avó quem lembrou dela. Ela diz que ficou muito contente com o convite, e que foi no dia ideal, pois em outros dias teria demais compromissos.

Após esse diálogo, encaminhei a pesquisa para a próxima pergunta que seria a diferença de caminhar na cidade e no parque. A participante diz que no parque tem espaço livre, está vendo a paisagem, e que é linda. Não há tantos perigos como na cidade, que necessita andar com mais cuidado, principalmente a pessoa idosa. Eu concordo com sua fala e ela complementa que *aqui é gostoso, aqui você nem vê passar, né? Você anda um bom tanto e nem vê, é gostoso.*

Continuamos caminhando, e logo ouvi o som da nascente e lembro-me que ela comentou sobre sua cirurgia das varizes e deixo-a à vontade se quiser retornar a trilha, pois ainda teríamos um bom caminho a percorrer. Ela diz que não precisa, que está tudo bem, que não dói as pernas devido a cirurgia. Aproveito e pergunto se alguma vez em sua vida a saúde e o ambiente interferiram na sua vida, ela pensa um pouco e diz que não. Decido não perguntar novamente para não influenciar na pesquisa. Caminhando mais a frente, comento sobre o barulho de água e ela diz que o barulho da água a faz recordar o passado, *coisa gostosa né?* Satisfação diz então, que

costumava andar bastante, *era a trilha, era matos, assim, andava bastante no meio do mato*, mas ressalta que hoje em dia já é mais difícil. Chegamos na escada que dá acesso a ponte e estava repleta de musgos, e digo a ela para cuidar para não escorregar. Caminhamos pela ponte observando a nascente e uma pequena cachoeira que formava na descida. A entrevistada observa o lugar e comenta *olhe que água limpinha, né. Nossa, que maravilha*. Pego meu celular e tiro uma foto do lugar (FIGURA 12). ela comenta que a última vez que foi ali, a água estava turva, e em seu semblante era possível observar que estava a recordar memórias.

FIGURA 12 – Água que vêm da nascente



FONTE: A Autora (2023)

Saindo da ponte, seguramos em um corrimão de fraca estrutura e continuamos na trilha, que agora está mais fechada. Me recordo de uma entrevista que fiz em que um determinado local estava todo inundado, e precisamos pular entre troncos de árvores, e a entrevistada tinha mais de 80 anos. A entrevistada faz cara de surpresa pela idade da pessoa. Mas eu disse que era uma senhora ativa, e ela comenta que conhece uma senhora que participa de muitos grupos de encontros, como clube de mães, e que caminha até o centro praticamente todos os dias. Eu fico surpresa com

a proatividade, e faço uma brincadeira que quando eu me aposentar vou querer ficar em casa o tempo todo, e ela diz que ela também é assim, que adora ficar em casa, *a casa pra gente é tudo de bom. Se a gente se sente feliz, né? É muito bom.* Engato então na próxima pergunta, sobre o lugar que mais gosta de estar, e ela prontamente responde que é sua casa. Que gosta de passear, visitar outros lugares, mas sua casa *é tudo de bom, não tem lugar melhor.*

O caminhar pela trilha estava prazeroso, o cheiro de árvore e terra molhada invadia minhas narinas. Meus olhos buscavam por fungos e insetos no chão e em troncos de árvores, mas poucos foram visualizados. Após mais alguns passos, questiono a participante sobre a relação de saúde e ambiente na sua vida atualmente, e ela diz que está bom. Complementa que com a idade, sempre aparece alguns imprevistos de saúde, como uma gripe, mas de um modo geral está bem de saúde, e *o ambiente está maravilhoso.*

Já no fim da trilha, pergunto a ela se em sua opinião foi possível aprender alguma coisa sobre saúde e ambiente enquanto caminhávamos, e ela diz que não é impossível, que com a caminhada deste dia percebeu que realmente precisa iniciar a prática de caminhar sempre, que *a gente se acomoda demais.* Compartilho com ela que eu também não estou com o hábito de praticar exercícios físicos, mas que também preciso me orientar a começar. Esse diálogo com ela me fez refletir sobre minha própria saúde, tanto mental quanto física, pois muitas vezes fico tão centralizada no trabalho, estudos e na família, que esqueço de cuidar de mim.

Após esses diálogos e caminhada, a última pergunta que direciono a participante trata-se sobre o que é Bem Viver, e para ela é *viver bem com todos né. Com a família, viver bem com a gente mesmo. Primeiro a gente, eu acho, né? Porque se a gente não tiver bem também, a gente não transmite isso aí para (...) ninguém.* Concordo com sua fala, e até complemento que as vezes até podemos transmitir negatividade para outra pessoa, quando não estamos tão bem.

Alguns segundos em silêncio e resolvo agradecer a participante pela pesquisa, encerrando os questionamentos. Entretanto, a gravação continuou, e até o final do percurso fomos conversando sobre o local e a caminhada daquele dia. Ela diz que foi *muito bom.* Em certo momento, ela observa o local e lembra-se de seu neto, e diz que ele iria adorar o parque, porque tem *verde, mato, sítio.* Compartilho com ela que minha filha também gosta, e que quando vamos à casa de meus pais no sítio, ela brinca na terra à vontade. Nesse momento, ela comenta que antigamente

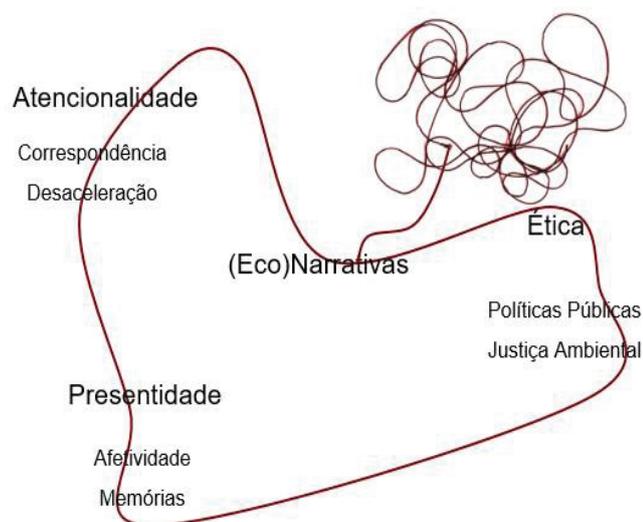
*a gente criava os filhos tudo desse jeito, né? Quase não tinha nada de problema de doença, nem nada (...) mas hoje em dia, as coisas também mudou muito, até na alimentação que você come, já tem problema né. Então isso ai já manda muito.*

Eu concordo com sua fala e digo que hoje em dia há muitos agrotóxicos, e muitas vezes para produção em larga escala é necessário utilizá-lo. Nesse momento ela avista um tronco de samambaia pobre, e diz que é ótimo para flores, *que coisa linda*. Passamos pela ponte, e no meio dela avistamos alguns peixes que estavam na superfície da água, e ela relembra que seu genro costumava ir lá com os filhos pequenos jogar pão para eles. Infelizmente, a bateria do celular acabou e não gravou o restante da conversa, mas continuamos caminhando no mesmo ritmo até chegar no carro e voltarmos para casa.

#### 4.2 (ECO)NARRATIVAS: ANÁLISES E DISCUSSÕES

A partir da análise das descrições apresentadas no tópico anterior, emergiram três categorias compreendidas como as potencialidades e possibilidades de articulação da educação em saúde e da educação ambiental na perspectiva da pessoa idosa e em diálogo com as abordagens já defendidas na fundamentação deste estudo. Esses aspectos/elementos são interseccionais, se entrelaçam e não estão completamente separados (FIGURA 13).

FIGURA 13 – Esquema das categorias que emergiram das (eco)narrativas



FONTE: A Autora (2023)

Nos seguintes tópicos serão discutidas as categorias emergentes, considerando as particularidades das entrevistas. Tim Ingold e Henry Thoreau são os autores que melhor respondem e conversam às categorias. Importante mencionar que as categorias conversam entre si, não estão totalmente isoladas, mas perpassam umas pelas outras, o que nos deixa atentos e “fora da caixa”.

#### 4.2.1 Atencionalidade

A atencionalidade emergiu a partir do olhar atento da maioria dos entrevistados por todo o percurso, principalmente em busca de novas espécies de plantas e a atenção ao canto dos pássaros. Tim Ingold (2010, p. 23) discute, a partir de Sperber, a noção de representações, que para Ingold, não se trata de uma relação linear entre estruturas neurológicas e representações, “mas emergem juntas como momentos complementares de um processo único”, ou seja, “é o processo da vida das pessoas no mundo. É dentro deste processo que todo conhecimento é constituído”. Desta maneira, Ingold (2010) propõe o termo educação da atenção, da qual o corpo assume o protagonismo como corpo~mente. A educação da atenção é um processo em tempo real e está direcionada pelo processo de aprendizado por redescobrimto dirigido, pela noção de mostrar, em que os mais experientes engajam os iniciantes em experiências de exposição. Em outras palavras, a educação da atenção é um refinamento do sistema perceptivo, na qual, o tutor media um processo que orienta a atenção do iniciante (Ingold, 2010).

Trabalhos em educação ambiental emergem a partir desse conceito, como Carvalho e Mhule (2016, p. 38), que discutem os limites de aprendizagem e o reducionismo da experiência na educação ambiental. As autoras apontam para uma educação ambiental “fora da caixa”, uma “educação para a simplicidade, para a atenção plena, para a desaceleração que promova de modo substantivo, a abertura para a experiência”. Essa desaceleração relaciona-se com o tempo, em que a educação escolar neoliberal não permite que o tenhamos visto a necessidade de “vencer” o conteúdo, o que pode desvalorizar a experiência das atencionalidades corporais do estudante. Nesta pesquisa, os idosos trouxeram em suas falas essa

desaceleração, como o participante Ligeirinho, ao dizer que hoje caminha com mais cautela, e que precisa de mais tempo para suas caminhadas.

Em consonância com o trabalho de Carvalho e Mhule (2016), as autoras Qualho e Iared (2021), desenvolveram um curso online para professores sob essa perspectiva da educação ambiental “fora da caixa” e pela prática de educação da atenção, evidenciando a necessidade de trabalhos que promovam essas discussões reflexivas e críticas no âmbito educacional, minimizando os efeitos cartesianos na educação. Acredito que essas práticas reflexivas podem ser expandidas para a educação em saúde, com o objetivo de superar modelos biomédicos na educação, assim como Venturi (2018) aborda. A partir das atencionalidades, e da disponibilização de tempo escolar para práticas que estimulem as percepções e a corporeidade, é possível superar os ideais prescritivos e a necessidade de memorização dos processos saúde-doença e seus métodos de prevenção. Além disso, visualizo a aproximação entre educação em saúde e educação ambiental que essas práticas atencionais podem proporcionar.

Percebi, durante as caminhadas que os entrevistados colocavam em prática essa atenção, pois direcionavam o olhar do chão ao topo das árvores, sempre atentos. Palmeira, por exemplo, comentava sobre o canto dos pássaros e buscava pela planta palmeira (P1). Já Erva, interessava-se pelas formigas e plantas medicinais (E9; E12), enquanto Satisfação visualizava troncos de samambaia no final da trilha (S26). Interessante mencionar que durante a caminhada, eu, a pesquisadora, pude aprender diversas coisas com os participantes, como conhecimentos sobre plantas, pássaros e histórias do Parque. O participante Palmeira me relatou que o Parque não é completamente natural pois no início da construção da cidade o local foi explorado, e *tudo de bom que tinha foi tirado* (P5). E a entrevistada Erva trouxe conhecimentos sobre plantas medicinais, *que eu conheço bastante erva, que faz remédios (...)* (E12) como café-de-bugre, gabiroba e João-borandir (E10; E16). Sarah Pink (2009) comenta que o trabalho etnográfico não envolve apenas ideias do outro, mas as vivências do pesquisador encontram-se com as dos participantes em um processo relacional durante as experiências sensoriais. Ou seja, a etnografia sensorial propicia uma postura de aprendizado em que todos os corpos são testemunhas das mesmas experiências.

Ingold (2011; 2014) define o termo de correspondência a partir de uma analogia a teias de aranhas, pois de acordo com o autor, a teia e a aranha se movem em conjunto, e provoca a reflexão a partir do modo que as linhas se entrelaçam e se relacionam reciprocamente. O fluxo dos acontecimentos é o ponto de interesse, não a maneira como isso ocorre. Em outras palavras, afetamos e somos afetados, inclusive nossa saúde. Nas (eco)narrativas isso fica claro quando Ligeirinho expressa que o ambiente do Parque está gostoso, *é a vantagem de conservar a natureza, né?!* (L14). Entendo que sua descrição se relaciona com a correspondência pois essa preservação natural nos traz vantagens, assim, como Palmeira diz que *se você tem um ambiente bom, você tem saúde* (P6).

Para Ingold (2011; 2014), a correspondência tem relação direta com a observação no trabalho etnográfico, uma vez que é possível testemunhar as respostas afetivas e corporais dos sujeitos, compreendendo a maneira com que o fluxo se desenrola. Paralelo a essas discussões, Steil e Carvalho (2014, p. 164) argumentam que não é possível dissociar mente e corpo, cultura e natureza, conhecimento e experiência, e que “para conhecer, a partir da perspectiva ecológica, é necessário estar imerso na matéria e no mundo através do engajamento contínuo no ambiente”. Percebo essa indissociação nos idosos com os movimentos corporais, o andar lento e cauteloso, mas a mente aflorada para as discussões. Para Ligeirinho, *tem que sentir-se em contato com essa natureza. Eu acho que é um todo (...) não existe nada isolado* (L6). Já Disposição, argumenta sobre as práticas corporais que realiza praticamente todos os dias, como dança, academia e ginástica (D4).

Praticar essa atencionalidade durante a caminhada, também me fez refletir sobre algumas situações, principalmente quando Ligeirinho compartilha comigo que foi andar de carro quando já tinha mais de 20 anos de idade, que o transporte mais comum era trem ou a pé (L8). Já hoje, estamos numa era mais tecnológica, com máquinas que nos servem o tempo todo, conseqüentemente, o lazer deixa de ser um passeio na sombra das árvores, e passa a ser na frente do computador, vivendo um isolamento social. Penso, portanto, que refletir sobre o uso das tecnologias pode ser uma das contribuições dos idosos para esta pesquisa, pois relaciona a necessidade do contato e da interação social e com o ambiente ao Bem Viver. Em outros termos, a tecnologia é importante, facilitadora e necessária, mas não substitui o contato físico com outros seres humanos e não-humanos. De fato, Donna Haraway (2016) satiriza

a fé indiscriminada nas tecno-soluções, argumentando que, apesar delas não serem inimigas, elas não contemplam o acolhimento dos projetos humanos e mais-que-humanos.

Importante trazer aqui, as minhas observações sobre a caminhada e os diálogos, em que meus olhos buscavam por elementos na trilha, como fungos, musgos, plantas, animais e seus rastros (S19). Nas (eco)narrativas deixo isso explícito, como o clima, o barulho da água e dos pássaros, o chão escorregadio e as raízes protuberantes (L15, L29). Isso dialoga com as discussões de Ingold (2012), quando argumenta que não é possível dissociar a experiência enquanto se observa, por isso é necessário participar da pesquisa para observar, com um compromisso ontológico. Realizar a prática da observação participante é estar em correspondência com os outros com quem aprendeu em um fluxo que almeja o futuro (INGOLD, 2012).

A partir dessas discussões, entendo que os aspectos da atencionalidade mostrados, possuem convergências com o Bem Viver, pela necessidade de desaceleração, correspondência, itinerância e reflexões sobre uso das tecnologias. No próximo tópico, será discutido os elementos que emergiram a partir da categoria Ética.

#### 4.2.2 Ética

Durante as entrevistas, percebi a preocupação em cuidados ao ambiente, reforçando a necessidade dos governantes em promover e apoiar políticas públicas eficazes. Palmeira traz relatos sobre a recuperação de nascentes, e argumenta que *a prefeitura (...) tinha que fazer no município todo (...). Tem que preservar mesmo* (P9). Logo adiante, faz críticas ao uso de agrotóxicos, que com o uso desenfreado pouco se vê certos animais e insetos (P10). Outro entrevistado que trouxe argumentos importantes neste sentido, foi Ligeirinho, ao apontar a falta de arborização na cidade de Palotina, *pra gente sentir mais frescor (...) árvore é vida, né?!* (L20). Ambos os idosos citados acima, trazem críticas ao poder público, enfatizando que *eles não estão nem aí* ou que *só veem o lado deles* (P4). É neste sentido que talvez seja importante o estabelecimento de debates acerca das políticas públicas e sua importância para a garantia de justiça e direitos, tais como direitos à dignidade da vida, à saúde e à preservação do ambiente, dentre outros que favoreçam e fortaleçam a democracia e princípios já explicitados do Bem Viver.

Além da preocupação com o ambiente, o participante Palmeira expõe que deixou de frequentar a escola com 10 anos de idade, devido a necessidade de auxiliar no trabalho rural de sua família, e conseqüentemente, *morava mal, comia mal, sabe, dormia mal, porque tinha que trabalhar muito* (P7). Perante a isso discuto a importância de políticas públicas que garantem que crianças e adolescentes (04 a 17 anos) permaneçam na escola (BRASIL, 1996). Nos excertos das (eco)narrativas, apenas o idoso Palmeira comentou sobre sua infância, mas enxergo ser de grande relevância para a pesquisa, devido que as primeiras experiências na vida refletem nas emoções de categorias perceptivas do adulto, como discutido por Tuan (2013). Dessa forma, compreendo que o contexto escolar pode ser visto como um elemento de saúde, de qualidade de vida, retomando os pressupostos da perspectiva socioecológica defendida por Martins (2017).

A educação em saúde na escola precisa desempenhar ações que propiciem a formação cultural, troca de informações sobre saúde, promoção de sensibilização para tomada de decisões responsáveis e saudáveis, não apenas para si, mas para sua comunidade, seu “local de viver”, como bem representa a participante Erva, que relata a importância de *comer bem, vestir. Sem fazer extravagâncias, que a saúde fica protegida* (E15). Imprevistos em saúde física podem acontecer, e faz parte do ciclo da vida, assim como a participante Satisfação menciona que *com a idade sempre aparece alguns imprevistos de saúde, como uma gripe, mas de um modo geral está bem de saúde e o ambiente está maravilhoso* (S20). Entendo que esses apontamentos das participantes possibilitam discussões a respeito da educação em saúde na escola, com o propósito de propiciar qualidade de vida aos indivíduos, principalmente quando relacionado ao ambiente que os circunda. Deste modo, é possível refletir sobre a necessidade de oportunizar que as pessoas elaboram suas próprias compreensões sobre o que é ser ou ter saúde, afastando-se de métricas estatísticas, assim como exposto pelo participante Ligeirinho, que saúde é *a pessoa sentir-se bem* (L2). Além disso, a escola requer ser espaço apropriado para discussões entre o bem-estar (ou Bem Viver, como aqui proposto) e a saúde (MARTINS, 2017).

Nos documentos da Organização Mundial da Saúde, o lazer é mencionado como elemento de saúde, entretanto, por vezes as discussões apontam a saúde apenas em aspectos biomédicos relacionados à ausência de enfermidades, especialmente em espaços formais e não formais de educação. Conseqüentemente,

o lazer como elemento de saúde pouco é considerado. Porém, durante a entrevista, Satisfação aponta a importância de *viver bem com todos (...), com a família, viver bem com a gente mesmo* (S23). Enquanto Palmeira menciona o lazer como saúde, ao fazer referência a estar em sua casa, em visitar amigos, e ao lembrar as dificuldades de sua infância, quando o trabalho era a principal tarefa, evidenciando assim, a importância do descanso para saúde física e mental (P11). Ao mesmo tempo que Ligeirinho expõe que gosta de sair, fazer compras e trabalhar (L22). Já para Disposição, seu lazer é poder ir à academia, sair para caminhar, encontrar com as amigas, ter sua autonomia (D12).

Outro elemento de saúde argumentado pelos idosos, corresponde a ideia de bom convívio em sociedade e a vida financeira estável, o que nos leva a ideia de Bem Viver relacionada a melhoria de qualidade de vida das pessoas, seja pela alimentação, habitação, vestimentas (ALCÂNTARA; SAMPAIO, 2017), e compromisso com a mudança, em estratégias econômicas inclusivas, sustentável e democrática (SEMPLADES, 2009).

Esses elementos de valorização do bem comum, como os recursos naturais e os locais de viver, ou os direitos e as liberdades e os modos de viver para a qualidade de vida e para saúde, mencionados pelos idosos, remetem ao Bem Viver e também às defesas de Sen (2008) sobre a necessidade de uma educação democrática para a valorização da vida e para a justiça social. É neste sentido que a educação ambiental e a educação em saúde, a partir das ecologias epistemológicas e da perspectiva pedagógica, podem articular-se eticamente para contribuir com a justiça ambiental. Choo (2023) argumenta em favor da justiça como uma das mais importantes virtudes e capacidades de serem desenvolvidas, visto que se trata de uma virtude que faz com que as pessoas pensem no outro, refletindo em aspectos que favorecem a justiça social, tais como: ouvir, entender e aprender sobre o outro; a consideração das afetividades, sensações e emoções; promoção da cidadania e da sensação de pertencimento; articulação de saberes populares; e o desenvolvimento da tolerância para mitigar a intolerância. É neste sentido que vislumbro possibilidades de articulação entre educação ambiental e educação em saúde para uma formação cidadã que contribua com o desenvolvimento do senso de justiça ambiental.

Baseada em todo arcabouço teórico apresentado até aqui e as experiências vividas durante a entrevista, posso dizer que a prática de caminhadas como pesquisa

vai além, transcende o espaço, extravasa como um champanhe, não é delineável, são os fluxos que fazem acontecer, correspondendo a ideia de Bem Viver.

#### 4.2.3 Presentidade

Na visão de Thoreau, o caminhar é como Bem Viver, a vida é tida como um presente, no sentido temporal. No texto de Flávio Williges (2018, p. 11), ele retrata uma frase de Thoreau que foi base para a análise desta categoria emergente, “ora, é justamente esse sentido de experiência integral, de presentidade, de autorrevelação imediata e possível de nossa realidade que é captado nos passeios pelas florestas” (WILLIGES, 2018, p. 11). Não é possível representar em palavras os sentimentos mobilizados durante a caminhada, mas, em palavras, diria que, era percebido em seus olhos e semblantes a presença de gratidão, afeto, respeito e ternura. Isso reflete nas teorias não-representacionais discutida por Paiva (2017;2018), pelas interações do mundo que provocam. Payne *et al* (2018) ressalta a afetividade e a dimensão do sensível como uma maneira de ser e estar no mundo. Alguns relatos que me permitiram contemplar esse argumento, como o fato de Satisfação mencionar, em vários momentos de nossa conversa como estava *gostoso* e *maravilhoso* aquela caminhada (S5; S9; S12; S20). Já Erva, trouxe que era a primeira vez que caminhava em uma trilha, e que estava gostando da experiência (E8). Enquanto, Ligeirinho revela que imaginou que a caminhada seria debaixo do Sol estridente, mas que estava uma sombra muito boa (L13).

Para Payne *et al* (2018, p.100), “o modo como somos afetados pelo mundo e como respondemos a isso passa fundamentalmente por nossa capacidade de perceber o ambiente”, por uma autopercepção e pela percepção do ambiente que nos circunda. Enquanto caminhávamos, duas frases de dois participantes chamaram a atenção, primeiro a de Ligeirinho, ao dizer que *a verdade é que a vida é muito boa* (L10), retratando, portanto, que no auge dos seus 91 anos, gosta de viver, vê a vida como um presente. E Satisfação, que enquanto caminhávamos diz que a caminhada pode ser *uma terapia* (S8), indo de encontro com os pressupostos de Thoreau.

A vida como um presente pode ser vista e entendida como algo sagrado, assim como a noção de Bem Viver. Carvalho e Steil (2008) discutem a sacralização da natureza, como uma sensação de estar imerso na natureza, o olhar para dentro de si,

a natureza do *selfie*, apurando os sentidos humanos. Entendo que são sentimentos e compreensões que precisam abarcar maiores dimensões na educação em saúde, superando uma visão de apenas relacionar a saúde física (com dores, doenças, cura), mas o sentir-se bem, em um lugar e consigo mesmo – trata-se do ser e estar em equilíbrio no e com o mundo.

Dentre os cinco participantes, três deles disseram rapidamente que o lugar que mais gostam de estar é em sua casa, como um refúgio, assim como Satisfação diz que *não tem lugar melhor* (S18). Já os participantes Ligeirinho e Disposição, gostam de sua casa, mas também preferem estar com amigos ou realizando alguma outra atividade que lhes tragam o sentimento de estar bem, não havendo precisamente um lugar preferido (L22). Os locais que estamos e por onde nos movemos no decorrer da vida nos constituem, e ao mesmo tempo, podem ser vistos como generativos de uma ética do viver que se faz na nossa trajetória (PAYNE *et al.*, 2018).

Paralelo as discussões de Carvalho e Steil (2008), os autores Silveira e Silveira (2019) apontam para as ecoespiritualidades, oriunda de sensações de habitar e transcender o mundo, sem vínculo religioso. Concomitante a isso, o participante Ligeirinho trouxe em suas falas a sua necessidade de crer em algo maior do que somos, da existência de um cosmo, da espiritualidade que nos move. Em sua fala, comenta que a religião faz parte de sua vida, para seu bem-estar, que temos uma relação com o cosmo, tal qual *pode ser católico, pode ser outra religião (...) ou pode não ser nada. Pode ser só, até (...) a natureza, né?! (...) a natureza também é uma religião* (L25; L28). Em minhas palavras, tentei manter a postura de pesquisadora para não influenciar na pesquisa, mas por dentro, meu sentimento era o mesmo que o que ele retratava, me senti em total correspondência com Ligeirinho. Enxergo que a sacralização da natureza pode ser um eixo de aproximação entre educação em saúde e educação ambiental no propósito do Bem Viver, por apresentar sentimentos de pertencimento, deveres e gratidão com o meio. Eu, como a pesquisadora posso dizer que fui profundamente afetada, em todas as entrevistas, entender a vida tida como um presente, um presente que ganhei ao entrevistar pessoas com tanto a oferecer e a me ensinar.

## 5 CONSIDERAÇÕES INICIAIS

A partir dos dados produzidos em caminhadas com idosos, foi evidenciado que as entrevistas móveis auxiliam na construção de conhecimentos, e neste caso, em especial sobre saúde e ambiente de forma articulada. Articulação esta que se deu a partir das categorias: Atencionalidade; Ética; Presentidade, cada qual com elementos emergentes e convergentes. Assim, a partir da atencionalidade, ética, e presentidade foi possível perceber elementos que potencializam a articulação da educação ambiental, com as ecologias epistemológicas, e a educação em saúde, na perspectiva pedagógica, favorecendo a possibilidade de práticas educativas que valorizam as sensações, emoções, motivadas pela corporeidade e que tragam novas perspectivas para pensar estes campos. São diálogos e compreensões sobre ser e estar no mundo e sobre a superação de dicotomias entre saúde e ambiente nas práticas educativas que convergem para a filosofia do Bem Viver. Portanto, pondero que a ideia do Bem Viver (ALCÂNTARA; SAMPAIO, 2017; IARED; VENTURI, 2022) corresponde a uma das possibilidades e potencialidades entre educação ambiental e educação em saúde na percepção da pessoa idosa, o que contribui com respostas para a pergunta proposta na presente pesquisa.

Vislumbro ainda outras aproximações entre as relações de saúde e ambiente baseada nas percepções dos idosos, como a reflexão sobre o uso das tecnologias, a autonomia, a desaceleração, as políticas públicas, a noção de correspondência, a justiça ambiental, as afetividades e as ecoespiritualidades. Isso reforça a necessidade de valorização dos saberes dos idosos (e outros públicos) na educação em saúde e educação ambiental.

A partir dos saberes dos idosos é preciso pensar na criação de espaços-tempo para práticas/vivências/experiências que favoreçam a desaceleração da vida produtivista e tecnológica e propiciar as percepções das relações entre ambiente e saúde, tais como as visualizadas nas caminhadas: respirar ar puro, a prática corporal, equilíbrio mente~corpo~ambiente e a contemplação da natureza. Assim buscar o desenvolvimento das **atencionalidades** e de relações de correspondência entre saúde e ambiente.

Dentre as contribuições que a presente pesquisa possa oferecer, discuto a proposição de práticas que levem em conta discussões, debates e formação cidadã que reflitam sobre as necessidades de políticas públicas ambientais, em saúde e

educacionais que sejam **éticas** e democráticas. Uma formação éticamente fundamentada e não orientada para o mercado neoliberal, corporificada/incorporada com as questões sociais, como discriminação e desigualdade, a fim de promover uma educação para a justiça ambiental, assim como foi discutido por Choo (2023).

As discussões de Bem Viver apresentada por Williges (2018) baseado em Thoreau e nas discussões de Venturi e Iared (2022) possuem potencialidades para dialogar com práticas que reflitam sobre as questões de qualidade de vida e ambiental, perpassando pelos saberes da educação em saúde e educação ambiental. A prática de caminhadas pode proporcionar sensações de **presentidade**, ao sentir-se imerso no mundo, pertencente a um local e entender a vida pela noção de presentidade. Considero, portanto, que o ambiente e a caminhada influenciaram nessa reflexão e compreensão entre saúde e ambiente. A caminhada também tem demonstrando-se como uma possibilidade de perspectiva metodológica para pesquisas, visando dialogar campos.

Deste modo, os objetivos específicos da presente pesquisa foram respondidos ao passo que o objetivo geral era alcançado. A partir das categorias emergentes discutiu-se a *valorização dos saberes dos idosos*, considerando o compartilhamento de experiências vivenciadas durante a caminhada e os relatos de vida. Assim, compreende-se a noção da pessoa idosa sobre as *experiências e relações em saúde e ambiente*, contribuindo para os campos de pesquisa em educação em saúde e educação ambiental e suas articulações, onde se espera que novos estudos possam ser desenvolvidos e discutidos.

Ainda, pondero que a presente pesquisa tem potencial para oferecer subsídios para articulação das áreas de Educação e Ensino, com propostas fenomenológicas e reflexivas acerca da educação em saúde e educação ambiental, tanto em esfera educacional enquanto espaço escolar, quanto em educação das comunidades, com sujeitos importantes a exemplo dos idosos. Para Dias, Therrien e Farias (2017) a apreensão ou construção de novos conhecimentos, ao gerar novos sentidos e significados dos fenômenos humanos, afeta a maneira de pensar dos sujeitos e o modo de articular conhecimentos pela reflexividade.

Neste sentido, ressalto a necessidade de futuras pesquisas que envolvam a articulação de educação em saúde e educação ambiental com as práticas corporais que transcendam o campo teórico, propondo e analisando práticas educativas e formativas com diferenciados públicos. As epistemologias ecológicas e a perspectiva

pedagógica/socioecológica não se restringem a apenas um tipo de pesquisa, permitindo que perpassasse por diferentes áreas de pesquisa e metodológicas, o que possui potencialidade de almejar novos objetivos e discussões para os campos da educação em saúde e educação ambiental. Além do mais, reconheço a necessidade das discussões que aqui surgidas sejam exploradas junto a formação de professores de modo a contribuir para uma formação integradora e sem dicotomias.

## REFERÊNCIAS

- ALCÂNTARA, L. C. S.; SAMPAIO, C. A. C. Bem Viver como paradigma de desenvolvimento: utopia ou alternativa possível?. **Desenvolvimento e Meio Ambiente**. v. 40, p. 231-251, 2017.
- ANDRADE, M.C.P. de; PICCININI, C.L. Educação Ambiental na Base Nacional Comum Curricular: retrocessos e contradições e o apagamento do debate socioambiental. In: ENCONTRO PESQUISA EM EDUCAÇÃO AMBIENTAL, 9., 2017, Juiz de Fora. Anais... . Juiz de Fora: UFJF, UFF e FFCLRP/USP, 2017. p. 1 - 13.
- BARBOSA, G. S.; OLIVEIRA, C. T. Educação Ambiental na Base Nacional Comum Curricular. Revista Eletrônica do Mestrado em Educação Ambiental. Rio Grande: v. 37, n. 1. p.323-335, 2020.
- BEHREND, D. M.; COUSIN, C. da S.; GALIAZZI, M. do C. Base Nacional Comum Curricular: O que se mostra de referência à educação ambiental?. **Ambiente e Educação: Revista de Educação Ambiental**, Porto Alegre, v. 23, n. 2, p. 74-89, 2018.
- BUSS, P. M. Promoção da saúde e qualidade de vida. **Ciência e Saúde Coletiva**, v. 5, p. 163-177, 2000.
- BRASIL. Base Nacional Comum Curricular: Educação é a base. Ministério da Educação. Brasília: MEC, 2018.
- BRASIL. Constituição da República Federativa do Brasil. Artigo nº 225, de 1988. Brasília-DF, 1988.
- BRASIL. Decreto nº 4.281, de 25 de junho de 2002. Regulamenta a Lei nº 9.795, de 27 de abril de 1999, que institui a Política Nacional de Educação Ambiental, e dá outras providências. Brasília, 2002.

BRASIL. Estatuto do Idoso. Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003, Brasília, DF, 2003.

BRASIL. Parâmetros Curriculares Nacionais: apresentação dos temas transversais, Ética/Meio Ambiente. Ministério da Educação e do Desporto, Secretaria de Educação Fundamental. Brasília: MEC/SEF, 1997.

BRASIL. Política Nacional de Educação Ambiental, Lei 9795. Diário Oficial da República Federativa do Brasil, Brasília, DF, 27 abr. 1999.

BRASIL. Resolução CNE/CEB 2/2012 – Estabelece as Diretrizes Curriculares Nacionais para a Educação Ambiental. MEC: Brasília – DF, 2012.

CAMPOS, C. N. A., et al. Reinventando Práticas De Enfermagem Na Educação Em Saúde: Teatro Com Idosos. **Escola Anna Nery – Revista de Enfermagem**, v. 16, n. 3, p. 588-596, 2012.

CAMPOS, M.O.; MACIEL, M.G.; RODRIGUES NETO, J. F. Atividade física insuficiente: fatores associados e qualidade de vida. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, v. 17, n. 6, p. 562-572, 2012.

CARVALHO, I. C. M. Educação Ambiental Crítica: nomes e endereçamentos da educação. In: LAYRARGUES, P. P. **Identidades da educação ambiental brasileira**, Brasília: Ministério do Meio Ambiente, 2004. p. 13-24.

CARVALHO, I. C. M.; MHULE, R. P. Intenção e Atenção nos processos de Aprendizagem: por uma Educação Ambiental “Fora da Caixa”. **Ambiente e Educação**. v. 21, n. 1, p. 26-40, 2016.

CHOO, S. S. Reframing Global Education in Teacher Education from the Perspectives of Human Capability and Cosmopolitan Ethics. In: MENTER, IAN. **The Palgrave Handbook of Teacher Education Research**, 2023, p 1661-1684.

DETONI, A. R. A organização dos dados da pesquisa em cena: um movimento possível de análise. In: BICUDO, M. A. V. (Org). **Pesquisa qualitativa segundo a visão fenomenológica**. São Paulo: Cortez, 2011.

DIAS, A. M. I.; THERRIEN, J.; FARIAS, I. M. S. As áreas da educação e de ensino na Capes: identidades, tensões e diálogos. **Revista Educação e Emancipação**, São Luís, v. 10, n. 1, p. 34-57, 2017.

DIAS, R. S.; PIEPER, D. S. Educação Ambiental e Terceira Idade: uma reflexão sobre sustentabilidade através da história oral com idosos. In: **XI Congresso Nacional de Educação**, 2013, Universidade Católica do Paraná, Curitiba, p. 30013-30024. DINIZ,

- M. C. P.; FIGUEIREDO, B. G.; SCHALL, V. T. Hortênsia de Hollanda: a arte da educação em saúde para prevenção e controle de endemias no Brasil. **História, Ciências, Saúde – Manguinhos**, Rio de Janeiro, v. 16, n. 2, p. 533-566, 2009.
- DOMÈNECH-ABELLA, J., et al. Anxiety, depression, loneliness and social network in the elderly: Longitudinal associations from The Irish Longitudinal Study on Ageing (TILDA). **Journal of affective disorders**, v. 246, p. 82-88, 2019.
- DOURADO, S.; RIBEIRO, E. Metodologia Qualitativa e Quantitativa. In: MAGALHÃES JÚNIOR, C. A. O; BATISTA, M. C. **Metodologia da Pesquisa em Educação e Ensino de Ciências**. Maringá: Massoni, 2021.
- ESTOCOLMO. Declaração de Estocolmo sobre o Ambiente Humano. Conferência das Nações Unidas sobre o Meio Ambiente Humano. Estocolmo, 1972.
- FANTINATI, A.M.; SILVA, A.M. Terceira Idade: tempo de experiências. In: XI Encontro Nacional de Pesquisa em Educação em Ciências – XI ENPEC, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, p.1-9, 2017.
- FISCHER, B. T. D. Ponto e contraponto: harmonias possíveis no trabalho com histórias de vida. In: ABRAHÃO, M. H. M. B. (Org). **Aventura (auto)bibliográfica**. Porto Alegre, EdiPUC/RS, 2004.
- FREITAS, E. O.; MARTINS, I. Transversalidade, formação para a cidadania e promoção da saúde no livro didático de ciências. **Ensino, Saúde e Ambiente**, v. 1, n. 1, p. 12-28, 2008.
- FONTANA, F.; ROSA, M. P. Observação, Questionário, Entrevista e Grupo Focal. In: MAGALHÃES JÚNIOR, C. A. O; BATISTA, M. C. **Metodologia da Pesquisa em Educação e Ensino de Ciências**. Maringá: Massoni, 2021.
- GEERTZ, C. **A interpretação das culturas**. Rio de Janeiro: Zahar, 1978.
- GERHARDT, T. E.; SILVEIRA, D.T. **Método de pesquisa**. Porto Alegre: Editora da UFRGS, 2009, 120 p.
- GROSSI, G., et al. Positive technology for elderly well-being: A review Pattern Recognition Letters, v. 137, p. 61-70, 2020.
- GUDYNAS, E. Buen Vivir: Today's tomorrow. **Development**, v. 54, n. 4, p. 441-447, 2011.
- HARAWAY, D. **Staying with the trouble: making kin in the Cthulucene**. Durham e Londres: Duke University Press, 2016.

- HOTTON, V. K. **Walking Practices in Higher Education: An Inquiry into the Teaching, Writing, and Walking Practices of Five Contemporary Academics**. 207f. Tese de Doutorado. Programa de Pós Graduação em Educação – Filosofia. Simon Fraser University, 2015.
- IARED, V. G. (Eco)Narrativa de uma caminhada na floresta australiana. **Revista Eletrônica de Mestrado em Educação Ambiental**. Rio Grande, v. 36, n. 3, p. 198-212, 2019.
- IARED, V. G., et al. Coexistência de Diferentes Tendências em Análises de Concepções de Educação Ambiental. **Revista Eletrônica do Mestrado em Educação Ambiental**, v. 27, p. 14-29, 2011.
- IARED, V. G., et al. Educação Ambiental Pós-Crítica como possibilidade para práticas educativas mais sensíveis. **Educação e Realidade**, v. 46, n. 3, p. 1-23, 2021. IARED, V. G.; OLIVEIRA, H. T. O *Walking Ethnography* para a compreensão das interações corporais e multissensoriais na educação ambiental. **Ambiente e Sociedade**, v. 20, n. 3, p. 99-116, 2017.
- IBGE. INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Síntese de indicadores sociais – Uma análise das condições de vida da população brasileira**. Rio de Janeiro: IBGE, 2010.
- INGOLD, T. **Being alive: essays on movement, knowledge and description**. New York: Routledge, 2011, 270 pp.
- INGOLD, T. Chega de etnografia! a educação da atenção como propósito da antropologia. **Educação**, v. 39, n. 3, p. 404-411, 2016.
- INGOLD, T. Da transmissão de representações à educação da atenção. **Educação**, v. 33, n. 1, p. 6-25, 2010.
- INGOLD, T. **Making: Anthropology, archaeology, art and, architecture**. Abingdon: Routledge, 2013.
- INGOLD, T. Trazendo as coisas de volta à vida: emaranhados criativos num mundo de materiais. **Horizontes Antropológicos**, Porto Alegre, v. 18, n. 37, p. 25-44, 2012.
- INGOLD, T.; VERGUNST, J.L. (Eds). *Ways of walking: ethnography and practice of Foot*. **Surrey**, UK: Ashgate Publishing, 2008.
- JANINI, J. P.; BESSLER, D.; VARGAS, A. B. Educação em saúde e promoção da saúde: impacto na qualidade de vida do idoso. **Saúde Debate**, Rio de Janeiro, v. 39, n. 105, p. 480-490, 2015.

- JICKLING, B. Sitting on an old grey stone: meditations on emotional understanding. IN: MCKENZIE, M.; HART, P.; BAI, H.; JICKLING, B. **Fields of green: restorying culture, environment, and education.** New Jersey: Hampton Press, 2009, p. 163-173.
- KEYES, C. L. M. Promoting and protecting mental health as flourishing: a complementary strategy for improving national mental health. **American Psychologist**, v. 62, n. 2, p. 98-108, 2007.
- KUSENBACH, M. Street phenomenology: The go-along as ethnographic research tool. **Ethnography**, v. 4, n. 3, p. 455-485, 2003.
- LEITE, C. Q.; et al. Mídias sociais como recurso de educação em saúde na promoção de bem-estar da população idosa. **Brazilian Journal of Health Review**. Curitiba, v. 4, n. 1, p. 2962-2972, 2021.
- LE BRETON, D. **Elogio del Caminar**. Epublibre, 2000.
- LEVY, S.N., et al. Educação em Saúde. Histórico, conceitos e propostas. DATASUS, p. 1-24, 2002.
- LIMA FILHO, F. J. R., et al. Ações de Educação em Saúde para Idosos na Atenção Básica: revisão de literatura. **Revista Contexto e Saúde**, v. 18, n. 35, p. 34-41, 2018.
- LORIMER, H.; LUND, K. A collectable topography: Walking, remembering and recording mountains. In: INGOLD, T.; VERGUNST, J. L (Eds.), **Ways of walking: Ethnography and practice on foot.** Aldershot, UK: Ashgate, 2008.
- MACHADO, R. F. O.; VALESCO, F. L. C. G.; AMIM, V.; O encontro da política nacional da educação ambiental com a política nacional do idoso. **Revista Saúde e Sociedade**, v. 5, n. 3, 2006.
- MAEDA, A. S., et al. A educação ambiental como meio de promoção da qualidade de vida na terceira idade. **Extensio: Revista Eletrônica de Extensão**, v. 18, n. 39, p. 246-256, 2021.
- MCKENZIE, M. Affect theory and policy mobility: challenges and possibilities for critical policy research. **Critical Studies in Education**, v. 58, n. 2, p. 187-204, 2017.
- MALLMANN, D. G. et al. Educação em Saúde como principal alternativa para promover a saúde do idoso. **Revista Ciência e Saúde Coletiva**, v. 20, n. 6, p. 1763-1772, 2015.
- MANTOVANI, E. P.; LUCCA, S. R.; NERI, A. L. Associações entre significados de velhice e bem-estar subjetivo indicado por satisfação em idosos. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 19, n. 2, p. 203-222, 2016.

- MARINHO, J. S. B.; SILVA, J. A. A temática “Saúde” na concepção de professores dos anos iniciais do ensino fundamental: questões concernentes a metodologias e aprendizagem. **Anais... IX ANPED SUL – Seminário de Pesquisa em Educação da Região Sul**, 2012, 14p.
- MARINHO, V. T. et al. Percepção de idosos acerca do envelhecimento ativo. **Revista de Enfermagem**, Recife, v. 10, n. 5, p. 1.571-1.578, 2016.
- MARTINS, H. Metodologia qualitativa de pesquisa. **Educação e Pesquisa**, São Paulo, v. 30, n. 2, p. 289-300, 2004.
- MARTINS, L. **Abordagens da saúde em livros didáticos de biologia**: análise crítica e proposta de mudança. 165f. Tese de Doutorado. Programa de Pós-Graduação em Ensino, Filosofia e História das Ciências. Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2017.
- MAZO, G. Z.; et al. Grupo de Estudos da Terceira Idade-GETI: uma proposta de integração entre extensão, ensino e pesquisa voltados à pessoa idosa. **Revista Conexão UEPG**, v. 9, n. 1, p. 94-105, 2013.
- MEDEIROS, D. V. et al. A percepção do idoso sobre a velhice. **Revista de Enfermagem**, Recife, v. 10, n. 10, p. 3.851- 3.859, 2016.
- MERLEAU-PONTY, M. A linguagem indireta e as vozes do silêncio. In: CHAUI, M. (Sel.). **Maurice Merleau-Ponty**: textos selecionados. São Paulo: Abril Cultural, 1984.
- MINAYO, M. C. S. O envelhecimento da população brasileira e os desafios para o setor saúde. **Caderno de Saúde Pública**, v. 28, n. 2, p. 208-209, 2012.
- MIRANDA, E. S.; MODENA, C. M.; SCHALL, V. T. Educação ambiental: conceitos e ações de idosos do grupo renascer em São José de Almeida, Jaboticatubas, MG. IN: ENCONTRO NACIONAL DE PESQUISA EM EDUCAÇÃO EM CIÊNCIAS. Anais Eletrônicos... BAURU: ENPEC, 2005. P. 1-11
- MOHR, A. **A natureza da educação em saúde no ensino fundamental e os professores de ciências**. 410f. Tese de Doutorado – Centro de Ciências da Educação, Universidade Federal de Santa Catarina. Florianópolis, 2002.
- NAKANO, T. C.; MACHADO, W. L.; ABREU, I. C. C. Relações entre estilos de pensar e criar, bem-estar, saúde percebida e estresse na terceira idade. **Psico-USF**, v. 24, n. 3, p. 555-568, 2019.

- NERI, A. **Qualidade de vida e idade madura**. 4. ed. Campinas: Papyrus, 2002. NERI, A. **Qualidade de vida na velhice: enfoque multidisciplinar**. Campinas: Alínea, 2007.
- OLIVEIRA, M. A. C.; EGRY, E. Y. A historicidade das teorias interpretativas do processo saúde-doença. **Revista da Escola de Enfermagem – USP**, v. 34, n. 1, p. 9-15, 2000.
- OMS. ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. **Envelhecimento Ativo: uma política de saúde**. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2005.
- PAIVA, D. Teorias não-representacionais na Geografia I: conceitos para uma geografia do que acontece. **Finisterra**, v. 2, n. 106, p. 159-168, 2017.
- PAIVA, D. Teorias não-representacionais na Geografia II: métodos para uma geografia do que acontece. **Finisterra**, v. 3, n. 107, p. 159-168, 2018.
- PATIAS, N. D.; HOHENDORFF, J. V. Critérios de Qualidade para artigos de Pesquisa Qualitativa. **Psicologia em Estudo**, v. 24, p.1-14, 2019.
- PATROCINIO, W. P.; PEREIRA, B. P. C. Efeitos da Educação em Saúde sobre atitudes de idosos e sua contribuição para a Educação Gerontológica. **Revista Trabalho, Educação e Saúde**, Rio de Janeiro, v. 11, n. 2, p. 375-394, 2013.
- PAYNE, P. (Un)timely Ecophenomenological Framings of Environmental Education Research. In: Stevenson, R. B., et al (orgs). **International Handbook of Research on Environmental Education**. American Educational Research Association: New York and London, 2013, p. 424-437.
- PAYNE, P., et al. Affectivity in Environmental Education Research. **Pesquisa em Educação Ambiental**, vol.13, Especial –p. 93-114, 2018.
- PINK, S. Situating Sensory Ethnography: From Academia to Intervention. **Doing Sensory Ethnography**. London: SAGE Publications. p. 7-22, 2009.
- QUALHO, V. A.; IARED, V. G. Relato de experiência de um curso online sobre fungos desenvolvido com professores sob a perspectiva de Educação Ambiental “fora da caixa”. **Revista Brasileira de Educação Ambiental**, v. 16, n. 5, p. 500–520, 2021.
- QUALHO, V. A.; VENTURI, T.; IARED, V. G. Educação em Saúde e Educação Ambiental: reflexões sobre uma revisão sistemática. **In: I Seminário Intencional de Educação em Ciências, Educação Matemática e Tecnologias Educativas: Semear Educação em Ciências e Educação Matemática em Tempos Tecnológicos**. Universidade Federal do Paraná, p. 55-57, 2021.

- QUINTERO, M. del C. V. Tres concepciones históricas del proceso salud-enfermedad. **Hacia Promoción de la Salud**, v. 12, p. 41-50, 2007.
- RIZZOTTO, M. L. F. A origem da enfermagem profissional no Brasil: determinantes históricos e conjunturais. In: SAVIANI, D.; LOMBARDI, J. C.; NASCIMENTO, M. I. M. (Orgs.). **Navegando na história da educação brasileira**. Grupo de Estudos e Pesquisas “História, Sociedade e Educação no Brasil” (HISTEDBR), Unicamp. v. 1. Campinas: Graf FE: Histedbr, 2006.
- RUFINO, B.; CRISPIM, C. Breve resgate histórico da Educação Ambiental no Brasil e no mundo. In: CONGRESSO BRASILEIRO DE GESTÃO AMBIENTAL. 6, 2015. Porto Alegre. **Anais...** Instituto Brasileiro de Estudos Ambientais, 2018. p.1-6.
- SANO, P. T. Pesquisa Etnográfica: Coprodução do Conhecimento e Pesquisa em Ensino de Ciências. In: MAGALHÃES JÚNIOR, C. A. O; BATISTA, M. C. **Metodologia da Pesquisa em Educação e Ensino de Ciências**. Maringá: Massoni, 2021.
- SAUVÉ, L. Uma cartografia das correntes de educação ambiental. In: SATO, M.; CARVALHO, I. **Educação Ambiental: pesquisa e desafios**. Porto Alegre: Artmed, 2005.
- SCHALL, V. T. Educação em saúde no contexto brasileiro: influência sócio-históricas e tendências atuais. **Educação em Foco**, v. 1, v. 1, p. 41-58, 2005.
- SCHALL, V. T.; STRUCHINER, M. Educação em Saúde: novas perspectivas. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 15, n. 2, 1999.
- SEN, A. The idea of justice. **Journal of Human Development**, v. 9, n. 3, p. 331-342, 2008.
- SENPLADES. Plan Nacional para el Buen Vivir 2009-2013: construindo un Estado plurinacional e intercultural. Quito-Ecuador: SENPLADES, 2009.
- SILVEIRA, E. J. S.; SILVEIRA, J. P. Ecoespiritualidade: religião e a nova gramática espaço-temporal. **Revista de Estudos da Religião**, v. 19, n. 3, p. 79-98, 2019.
- SPRINGGAY, S.; TRUMAN, S. E. **Walking Methodologies in a More-than-Human World**: WalkingLab. London: Routledge, 2018.
- SOLNIT, R. **Wanderlust: A history of walking**. New York, NY: Penguin Books, 2001.
- SOUSA, M. C.; GUIMARÃES, A. P. M.; AMANTES, A. A Saúde nos Documentos Curriculares Oficiais para o Ensino de Ciências: da Lei de Diretrizes e Bases da Educação à Base Nacional Comum Curricular. **Revista Brasileira de Pesquisa em Educação em Ciências**, v. 19, p. 129–153, 2019.

- STEIL, C. A.; CARVALHO, I. C. M. Epistemologias Ecológicas: delimitando um conceito. **Revista Mana: Estudos de Antropologia Social**, v. 20, n. 1, p. 163-183, 2014.
- TALAMONI, A. C. B. et al. Histórico da educação ambiental e sua relevância à preservação dos manguezais brasileiros. In: PINHEIRO, M. A. A.; TALAMONI, A. C. B. **Educação Ambiental sobre Manguezais**. São Vicente: UNESP, 2018, p. 57-73.
- TBILISI. Declaração de Tbilisi. Conferência Intergovernamental Sobre Educação Ambiental. Tbilisi, Geórgia, 1977.
- TUAN, Yi-Fu. **Espaço e Lugar: a perspectiva da experiência** (trad. Livia de Oliveira). Londrina: Eduel, 2013.
- UNESCO. Carta de Belgrado (Seminário Internacional sobre Educação ambiental de Belgrado). Iugoslávia: UNESCO, 1975. Uma estrutura para a Educação Ambiental, 1975.
- VENTURI, T. **Educação em saúde na escola: investigando relações entre professores e profissionais da saúde**. 238f. Dissertação de Mestrado. Programa de Pós-Graduação em Educação Científica e Tecnológica. UFSC, Florianópolis, 2013.
- VENTURI, T. **Educação em Saúde sob uma perspectiva pedagógica e formação de professores: contribuições das ilhotas interdisciplinares de racionalidade para o desenvolvimento profissional docente**. 301f. Tese de Doutorado. Programa de PósGraduação em Educação Científica e Tecnológica. UFSC, Florianópolis, 2018.
- VENTURI, T.; IARED, V. G. Educação em Saúde e Educação Ambiental: Tendências e Interfaces. 7º CONAPESC. Ciências da Saúde: abordagem na pesquisa e no ensino, p. 1011-1032, 2022.
- VENTURI, T.; MOHR, A. Análise da Educação em Saúde em publicações da área da Educação em Ciências. VIII Encontro de Pesquisa em Educação e I Congresso Iberoamericano de Investigação e Ensino de Ciências, UNICAMP. 2011.
- VENTURI, T.; MOHR, A. Ensinar e aprender Ciências: reflexões e implicações para a Educação em Saúde na escola. **Revista Dynamis**, Blumenau, v. 27, n. 2, p. 59-81, 2021.
- VIEIRA, F. G. D. Ensino de Marketing por meio de entrevista semi-estruturada. **Revista Espaço Acadêmico**, n. 195, ano, XVII, p. 1-8, 2017.

VIEIRA, S. R.; MORAIS, J. L.; CAMPOS, M. A. A Educação Ambiental na agenda das políticas públicas brasileiras: uma análise a partir do conceito de ciclo de políticas.

**Pedagogia Social**, n. 36, p. 35-48, 2020.

WYLIE, J. A single day's walking: narrating self and landscape on the South West Coast Path. **Transactions of the Institute of British Geographers** , v. 30, n. 2, p.

234-247, 2005.

WENDHAUSEN, A.; SAUPE, R. Concepções de Educação em Saúde e a Estratégia de Saúde da Família. Florianópolis. **Texto e Contexto Enfermagem**, v. 12, n. 1, p.

17-25, 2003.

WILLIAMS, B. **Morality: An Introduction to Ethics**, Cambridge: Cambridge University Press, 1972.

WILLIGES, F. O que caminhar ensina sobre o bem-viver? Thoreau e o apelo da natureza. **Cadernos IHUideas**, v. 16, n. 271, 2018.

## APÊNDICES

### APÊNDICE 1: TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)

#### TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Nós, Tiago Venturi, do Departamento de Educação, Ensino e Ciências, Valéria Ghislotti Iared, do Departamento de Biodiversidade e, Vanessa Aparecida Qualho, mestrandas no Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências, Educação Matemática e Tecnologias Educativas da Universidade Federal do Paraná, estamos convidando você, a participar de um estudo intitulado Educação em Saúde e Educação Ambiental: contribuições da terceira idade para integração dos campos. Em virtude de poucas pesquisas na área e pelo amplo espectro de integrações, esse trabalho se torna importante e necessário para a comunidade científica em contribuir com o estado da arte, além de proporcionar experiências pessoais aos participantes.

a) O objetivo desta pesquisa é compreender as possibilidades e potencialidades de articulação entre educação ambiental e educação em saúde na terceira idade.

b) Caso o(a) senhor(a) concorde em participar da pesquisa, será necessário se dispor para caminhar em ambiente natural para realização de entrevistas.

c) Para tanto você deverá comparecer no Parque Estadual São Camilo para caminhar e conversar a respeito do tema de pesquisa, o que levará aproximadamente 1 hora. Os gastos com o transporte para o deslocamento até o local do estudo serão ressarcidos.

d) É possível que o(a) senhor(a) experimente algum desconforto, principalmente relacionado a cansaço, suor, incômodos de insetos, arranhões.

e) Alguns riscos relacionados ao estudo podem ser constrangimentos, picadas de insetos, cansaço. Os participantes serão instruídos a usarem roupas e calçados confortáveis, levarem consigo para os encontros água e alimentos, protetor solar, repelente, etc. Serão disponibilizadas perneiras para proteção individual contra o possível ataque de animais peçonhentos. Os pesquisadores e colaborador também irão supridos dos mesmos itens, em caso de necessidade individual e dos participantes. Antes de iniciar a caminhada/entrevista, os participantes serão consultados para gravação e informados novamente sobre o uso do material, com total preservação de sua identidade.

f) O(a) senhor(a) terá a garantia de que problemas como constrangimentos, decorrentes do estudo serão tratados no local de estudo, o Parque Estadual São Camilo. No caso eventual de danos graves decorrentes da pesquisa o(a) senhor(a) tem assegurado o direito à indenização nas formas da lei, dos quais será custeado com financiamento próprio do pesquisador.

g) Os benefícios esperados com essa pesquisa são de proporcionar sensações de bem-estar, imersos na natureza, podendo aflorar sentimentos da espiritualidade e compreensão de emoções.

Além disso, a participação em pesquisas científicas é de suma importância para construção de saberes e conhecer os trabalhos realizados pelas instituições públicas e as caminhadas oferecem benefícios físicos e mentais.

h) Os pesquisadores Tiago Venturi, Valéria Ghislotti Iared e Vanessa Aparecida Qualho res-ponsáveis por este estudo poderão ser localizados na Universidade Federal do Paraná Setor Palotina, Rua Pioneiro, nº2153, Jardim Dallas, bloco 3, sala 4, segundo andar, pelo telefone (47) 8841-4170, ou no bloco 5, segundo andar, pelo telefone (44) 9900-8834, pelos e-mails: [tiago.venturi@ufpr.br](mailto:tiago.venturi@ufpr.br) ou [valiared@gmail.com](mailto:valiared@gmail.com) ou [vanessaqualho@gmail.com](mailto:vanessaqualho@gmail.com) no horário das 8:00 às 17:30 para esclarecer eventuais dúvidas que o(a) senhor(a) possa ter e fornecer-lhe as informações que queira, antes, durante ou depois de encerrado o estudo. Em caso de emergência o(a) senhor(a) também pode me contatar, Tiago Venturi, neste número, em qualquer horário: (47) 8841-4170.

i) A sua participação neste estudo é voluntária e se o(a) senhor(a) não quiser mais fazer parte da pesquisa poderá desistir a qualquer momento e solicitar que lhe devolvam este Termo de Consentimento Livre e Esclarecido assinado.

k) O material obtido – imagens, vídeos e gravações – será utilizado unicamente para essa pesquisa e será destruído ao término do estudo, dentro de 20 anos.

l) As informações relacionadas ao estudo poderão ser conhecidas por pessoas autorizadas como vossos colegas de trabalho de forma codificada para que sua identidade seja preservada e garantir a confidencialidade.

( ) Permito a revelação da minha identidade durante a fase de análise dos dados no decorrer da pesquisa;

( ) Não permito a revelação da minha identidade durante a fase de análise dos dados no decorrer da pesquisa .

m) O(a) senhor(a) terá a garantia de que quando os dados/resultados obtidos com este estudo forem publicados, não aparecerá seu nome, a menos que seja seu desejo ter sua identidade revelada.

( ) Permito a revelação da minha identidade na publicação dos resultados da pesquisa; (

) Não permito a revelação da minha identidade na publicação dos resultados da pesquisa.

n) As despesas necessárias para a realização da pesquisa como transporte, não são de sua responsabilidade e o(a) senhor(a) não receberá qualquer valor em dinheiro pela sua participação. Entretanto, caso seja necessário seu deslocamento até o local do estudo os

pesquisadores asseguram o ressarcimento dos seus gastos com transporte (Item II.21, e item IV.3, sub-item g, Resol. 466/2012).

o) Quando os resultados forem publicados, não aparecerá seu nome, e sim um código.

p) Se o(a) senhor(a) tiver dúvidas sobre seus direitos como participante de pesquisa, o(a) senhor(a) pode contatar também o Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos (CEP/SD) do Setor de Ciências da Saúde da Universidade Federal do Paraná, pelo e-mail [cometica.saude@ufpr.br](mailto:cometica.saude@ufpr.br) e/ou telefone 41 -3360-7259, das 08:30h às 11:00h e das 14:00h às 16:00h. O Comitê de Ética em Pesquisa é um órgão colegiado multi e transdisciplinar, independente, que existe nas instituições que realizam pesquisa envolvendo seres humanos no Brasil e foi criado com o objetivo de proteger os participantes de pesquisa, em sua integridade e dignidade, e assegurar que as pesquisas sejam desenvolvidas dentro de padrões éticos (Resolução nº 466/12 Conselho Nacional de Saúde).

Eu, \_\_\_\_\_ li esse Termo de Consentimento e compreendi a natureza e o objetivo do estudo do qual concordei em participar. A explicação que recebi menciona os riscos e benefícios. Eu entendi que sou livre para interromper minha participação a qualquer momento sem justificar minha decisão e sem qualquer prejuízo para mim.

Eu concordo, voluntariamente, em participar deste estudo.

[Palotina, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2022]

\_\_\_\_\_ [Assinatura  
do Participante de Pesquisa ou Responsável Legal]

Eu declaro ter apresentado o estudo, explicado seus objetivos, natureza, riscos e benefícios e ter respondido da melhor forma possível às questões formuladas.

\_\_\_\_\_  
[Assinatura do Pesquisador Responsável ou quem aplicou o TCLE]

## APÊNDICE 2: QUESTÕES PARA A ENTREVISTA SEMIESTRUTURADA

Elaboração de questões da pesquisa semiestruturada com o propósito de obter considerações para o desenvolvimento da pesquisa intitulada de “Educação em Saúde e Educação Ambiental: contribuições da terceira idade para integração dos campos” desenvolvida por Vanessa Aparecida Qualho, e orientada pelo Professor Dr. Tiago Venturi e co-orientada pela Professora Dra. Valéria Ghislotti Iared. Esclarecemos que as respostas serão sigilosas e utilizadas apenas para fins da presente pesquisa, de acordo com o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), assinado anteriormente.

- 1) O que é saúde para você?
- 2) O que é ambiente para você?
- 3) Qual a sua percepção sobre a relação entre saúde e ambiente? Por quê?
- 4) Você acha que sua saúde e o ambiente estão relacionados/possuem relações? Por que? Quais relações?
- 5) Para você, quais os benefícios da caminhada?
- 6) Como foi realizar essa caminhada hoje?
- 7) Você acha que caminhar no Parque Estadual de São Camilo é diferente de caminhar no centro da cidade? Por quê?
- 8) Você já vivenciou alguma situação em que a saúde e/ou o ambiente interferiram em sua qualidade de vida? Quais?
- 9) Qual o lugar/local você mais gosta de estar?
- 10) Que relações você percebe entre a saúde, o ambiente e sua vida hoje?
- 11) O que você acha que é possível aprender caminhando sobre saúde e ambiente?
- 12) Para você, o que é Bem Viver?

### APÊNCIDE 3 – TRANSCRIÇÕES DAS ENTREVISTAS

#### Transcrição “Palmeira”

Vanessa: É, que nem a mesma coisa que eu falei para o senhor, tá? Não tem resposta certa. Não tem resposta errada. É a pesquisa para o meu projeto de mestrado, né? Para a minha formação como professora também, é que sou professora de ciências e biologia. Então, qual que é o objetivo, né? Vou perguntando algumas coisas para o senhor. A gente vai conversando. E o senhor me fala sua opinião. E se quiser me perguntar alguma coisa também, aí a gente vai conversando, se quiser parar, descansar um pouco. Palmeira:Vamos ver.

Vanessa: Né, andar mais devagar, mais rápido. Daí o senhor pode, ir falando, então a primeira perguntinha **é que que é saúde para o senhor?**

Palmeira: Saúde é tudo. É tudo, é tudo. O que você faria sem saúde?

Vanessa: É realmente, né?

Palmeira: Tudo o que uma pessoa pode desejar, é saúde. Não adianta ter dinheiro. Não adianta ser pobres, ser ricos, se não tem saúde, não tem nada.

Vanessa: Não adianta, né? E o senhor acha assim, que é a nossa saúde física, ela depende da nossa saúde, é mental também.

Palmeira: Claro que, como depende, porque você sempre tem um pensamento, ou ambição, que é um pensamento que você quer ir mais longe é, que é ter um, tem um objetivo. Precisa de saúde.

Vanessa: É, às vezes até senhor falou de dinheiro, né? Às vezes a gente quando depende assim de, é hospital, né? Às vezes o dinheiro faz, pode fazer falta até ali, né? Mas em Palotina a gente tem. Não sei se o senhor já usou aqui, né? A estrutura é bem, bem bacana, do, do hospital. E ambiente? **Que o senhor acha que é para o senhor ambiente?**

Palmeira: O ambiente, você. Que que eu vou falar agora? O ambiente você tem que cuidar dele, do ambiente que você tem, né? Desde a tua casa, você tem que cuidar, você tem que ter um ambiente bom, gostoso, bonito, limpo. E a natureza, que seria um outro ambiente, você teria que cuidar ele bem, né? Mas aqui, um pouco difícil.

Vanessa: Aqui o senhor acha no turismo?

Palmeira: Porque é falta de educação para cuidar de ambiente. Na minha opinião, porque tem gente que destrói. Tem gente que constrói, tem gente que vai lá só para

destruir. Então eu acho que ainda tem que ter um cuidado, uma educação mais, mais, mais forte em cima dessa parte.

Vanessa: Mais política em cima disso, né?

Palmeira: Nesse ponto eu não confio muito não.

Vanessa: Em política?

Palmeira: É porque os caras querem só ver o lado deles, né?

Vanessa: É realmente. E o senhor, qual é a sua percepção? Assim que, o senhor vê **de relação com a saúde e o ambiente?**

Palmeira: Que nem eu te falei agora. Se você não tem, não tem saúde, você não tem ambiente, né? E se você, você tem um ambiente bom, você tendo saúde. Eu acho que você está perfeito, né?

Vanessa: E que relação que o senhor acha assim, senhor poderia pontuar, né. Nesse ponto eu acho que a saúde ambiente se relaciona. Tem relação uma coisa com a outra.

Palmeira: Se você tem um ambiente ruim, com certeza que tua saúde também não é boa, né? Se você tem um ambiente bom, acho que a tua saúde é melhor. Você olha bem, porque é que o pessoal fala assim “é porque lá na favela o povo é doente”. Mas é doente porque? O ambiente deles é ruim. Não tem praticamente nada. Né? É. E aí, já quem tem um ambiente bom? Já tem, é, saúde melhor.

Vanessa: É outra tipo de Palmeira, essa?

Palmeira: Estou achando que é palmito. Ali atrás tem. Mas plantada né? Alguém jogou semente.

Vanessa: Am. E que que o senhor **acha de caminhadas**, que, que benefícios, prejuízos, senhor acha que tem?

Palmeira: Eu quase não aguento mais, mas eu fazia bastante. Todos os médicos indicam, né. Caminhada. Preparo físico eu ando bastante de bicicleta, mas. Gostava de caminhada também. Mas agora eu tenho que ir. Retrair.

Vanessa: É tem que dar uma segurada. **E o senhor acha que a gente caminhando aqui no parque é diferente se a gente estivesse caminhando na cidade?**

Palmeira: Você já caminhou em um lugar igual esse?

Vanessa: É, eu já vim aqui algumas vezes.

Palmeira: Então, mas eu acho que, não existe nem como comparar, né?

Vanessa: É, senhor. Acha que aqui é melhor?

Palmeira: Claro

Vanessa: É? por que que o senhor acha assim, que que tem de diferente?

Palmeira: Sem dúvida. Ó, escuta os passarinhos. Ó, tem um sabiá ali ó.

Vanessa: Nossa, o senhor reconhece até.

Palmeira: Você vê isso na cidade? Vê alguém buzinando? Você vê alguém, passando, é o limite de velocidade até maior do que, o que permitido. Aí ó. Um sabiá ó. Vanessa: É, eu não consigo identificar assim que nem o senhor, qual que é o canto do tipo de pássaro.

Palmeira: Esse ali é, sabiá, esse aqui eu conheço, como guacho, que o cantar dele faz faz nesse sentido, guacho.

Vanessa: A, que bacana. **E como que está sendo fazer essa caminhada hoje?** Para o senhor.

Palmeira: Você falou que já passou aqui, eu também já passei. Até uma filha minha fazia na época. Como que é? No CEFET fazia educação ambiental, mas não é bem esse nome. Engenharia ambiental.

Vanessa: Ah, engenharia ambiental.

Palmeira: Então nós viemos aqui um dia. Não, não foi só essa vez. Para ela poder ver uma coisa diferente também, porque ela também tinha. Como é que eu vou falar para vocês? É, visto a cena. Porque isso aqui não, não é completamente natural, porque aqui já foi, o que tinha de bom tiraram tudo, né?

Vanessa: Tipo, o que que o senhor fala aqui.

Palmeira: A madeira maior foi tirado tudo. Só ficou o que não prestava no caso, né?

Vanessa: Antigamente, o senhor fala. Para construção, para comércio.

Palmeira: Aqui foi tirado tudo.

Vanessa: E com a sua filha naquela época, como que foi, fazia?

Palmeira: Bem naquela árvore grossa que nós passamos ali tinha uma jararaca. Só que nós entramos por lá. Era um domingo à tarde. Aí essa jararaca é que mais conhecido como o urutu.

Vanessa: Há o meu pai fala assim dessa. porque antigamente tinha.

Palmeira: E ainda tem. Mas agora daqui uns 15, 20 dias começa a aparecer.

Vanessa: Por causa da chuva?

Palmeira: Não por causa do, vai mudar o clima, né?

Vanessa: Há sim, a é vai entrar primavera.

Palmeira: Que é época de dormência. Você cuidado que isso aí é liso hein. É época de dormência, mas vai começar a aparecer os lagarto. Isso aqui, teu pai com certeza, se

ele conhecer o mato, ele chama isso de bengala. Tem uma cidade de Santa Catarina, que tem o nome disso aí, Criciúma.

Vanessa: Mas deve ter lá, no, no sítio dos meus pais.

Palmeira: Porque isso aí é nativo mesmo, de virgem, né?

Vanessa: Tem a reserva biológica lá também, que é obrigatório ter no sítio. Eu acho que deve ter lá.

Palmeira: Isso aqui é coisa que ninguém nunca mexeu assim, sabe. Fogo, essas coisas, porque se passar fogo, acabou.

Vanessa: É, ainda mais período seco, né?

Palmeira: Eles aumentaram isso aqui, não era assim, tão.

Vanessa: A trilha?

Palmeira: É, era mais, mais estreita um pouco. E entraram mexendo de máquina aqui, ó. Jogaram terra.

Vanessa: **E o senhor já vivenciou alguma situação que a saúde ou o ambiente interferiu na sua qualidade de vida?**

Palmeira: Na minha?

Vanessa: Isso.

Palmeira: Já, mas faz muito tempo. Que a gente morava, a gente trabalhava para os outros, né. Tinha que enfrentar na época, a vida mais difícil, morava mal, comia mal, sabe, dormia mal porque tinha que trabalhar muito.

Vanessa: Antigamente era trabalhar, trabalhar, trabalhar, né?

Palmeira: Trabalhar, trabalhar, trabalhar, não tinha lazer. Ó, essa árvore está aqui porque algum defeito ela tem.

Vanessa: Se não também já tinham derrubado.

Palmeira: Cana-fístula. Inclusive essa questão. Porque eu comecei a trabalhar muito cedo, 10 anos, já não ia mais na escola. Tinha que trabalhar. E trabalhar pesado, né.

Vanessa: Na roça?

Palmeira: Sim, e não tinha nada, era. Meu pai derrubava as árvores mais grossa, e eu cortava as mais fina.

Vanessa: Meu avô conta também que ele ia ajudar o pai dele, na, a, a limpar, né o sítio da, da mata para poder construir.

Palmeira: Esse aqui é o coqueiro nativo.

Vanessa: Senhor, conhece bem as plantas em.

Palmeira: Cuidado para não cair.

Vanessa: É, o senhor também.

Palmeira: Com essa garoa fica liso né.

Vanessa: É, ainda mais com o musgo ne.

Palmeira: Isso aqui o governo deve ter gastado uma nota nisso.

Vanessa: Quem?

Palmeira: O governo.

Vanessa: Ah, sim.

Palmeira: Isso é coisa do Lerner. Quando Lerner, era governador, essas coisas de eucalipto era tudo coisa dele. Distintivo do Colégio Agrícola, porque? Ah, recuperação de mina. Que os moleque aí ó, aí só de recuperação de de mina, aqui. Aí ó.

Vanessa: Que bacana.

Palmeira: Esse é um negócio que a prefeitura com o meio ambiente, você que vai entrar nesse caminho, tinha que fazer no município todo.

Vanessa: Recuperação de nascente? É realmente.

Palmeira: Por que você vai lá, onde é que ela nasce limpa, bem limpinho, aí vai colocando pedras, cimento com terra, e vai fazendo para ela nascer e sair limpa para nenhum bicho. Olá, nenhum bicho mexer lá o, estragar o, e aí, vocês. Ó, os moleque do colégio agrícola, e esse aqui é o Nivaldo, que é o responsável pela recuperação de Minas. (*oculto para preservar o anonimato*).

Vanessa: Eu até tirar uma foto desse quadro.

Palmeira: tira. Aproxima bem um. Não, eu vi o distintivo, imagem do colégio. Vanessa: Eu não conheço o colégio agrícola, lá, nunca fui para lá. Já me inscrevi para pegar aula, né? Mas nunca fui chamadas, ainda.

Palmeira: Eu conheço. O campus, a fazendinha, que o, a UFPR fala, é ali e o colégio agrícola é aqui.

Vanessa: Hum. Do lado.

Palmeira: Até a área que é do, do, do, na federal lá do campus, é, era do colégio agrícola. E aqui, ó, essa água aí, é pura. No meio das pedras.

Vanessa: Sim, ela sai branquinha.

Palmeira: Tem que preservar mesmo.

Vanessa: É, tem.

Palmeira: Alguma ideia teve aqui.

Vanessa: É o que abastece o lago lá né.

Palmeira: É, o açude deles ali.

Vanessa: O açude.

Palmeira: Era assim ali, ó.

Vanessa: A ,eles abriram mais.

Palmeira: É lá eles abriram, ponharam máquina para abrir.

Vanessa: E em **qual o lugar que o senhor mais gosta de de estar** assim?

Palmeira: Em Casa.

Vanessa: Em casa? Melhor lugar que tem para ficar?!

Palmeira: Claro, e você?

Vanessa: Também. Eu se eu puder ficar em casa o tempo.

Palmeira: Então, não temos nada de estranho, não.

Vanessa: Não, rs. E por que que o senhor gosta de ficar mais em casa?

Palmeira: Ó, não frequento, buteco, não ando na rua, só ando quando preciso. Vou muito pouco na casa dos outros, não sei porque eu acho quando, porque a maioria não tem tempo. Porque único lugar que eu frequento assim, com 3 vezes por semana, 4, 2, é o clube, se não, em outro lugar, não vou. Lá porque a gente bate um papo com os amigos. É, faz uma janta, uma coisa assim, esse é pra passa tempo maior.

Vanessa: E na sua vida hoje, **que relação que o senhor vê entre saúde ambiente?**

Palmeira: Pois é isso aí é meio difícil falar para você. Relação de, porque se você tem saúde, você tem ambiente e se você não tem aqui foi que nem eu te falei, já né? Se você não tem ambiente. Vanessa: Saúde também não.

Palmeira: Não, porque você vai ficar, é porque que tem, “não porque eu estou com com estresse, eu estou com não sei o que”, o outro passa e não te cumprimenta ou não. Alguma coisa tá errada.

Vanessa: Aham, entendi. E a gente caminhando assim, senhor, **acha que é possível aprender alguma coisa sobre saúde, sobre o ambiente?** Outra coisa que o senhor vê?

Palmeira: Vamos ver se vai ser alguma coisa. Que relação que pode. Uma relação?!

Vanessa: É, alguma coisa assim que o senhor vê que está presente, né? Entre saúde, entre ambiente.

Palmeira: O ar aqui é diferente.

Vanessa: Uhum Palmeira:

bem diferente.

Vanessa: Bem diferente.

Palmeira:

Muito diferentes, então acho que esse tem uma relação. Tem relação de diferença entre meio ambiente, saúde. Aí ó (aponta para uma borboleta azul voando)

Vanessa: Ai, que bonita, a borboletinha azul.

Palmeira: Difícil vê.

Vanessa: É, até hoje, eu só vi morta, né? No laboratório da faculdade. Assim não tinha visto.

Palmeira: Depois que começaram usar muito pesticida, inseticida e coisas, acabou com um monte de, você não vê mais, não ouve mais rã, formiga, aquela formiga preta, que a turma chamava lava-pé, não, escorreição, vagalume, cigarra, borboleta.

Vanessa: Quem mais sofre são os animais, né?

Palmeira: Esse é o coqueiro, esse é o coco nativo. Esse pé aqui tem fruta madura.

Algum passarinho foi lá mexer e caiu.

Vanessa: A última perguntinha pra gente encerrar. **Que que é viver bem para o senhor, o bem viver?**

Palmeira: Viver bem. Primeiro lugar, você tem que ter saúde. Se não você não vive bem. Aí você tem que ter um lugar que é onde você pode chegar, dormir bem, comer bem. Ter um bom convívio. Uma relação fácil de, de, de, de entre amigo, entre, entre o pessoal que você convive, né? Você tem que sempre tá bem, porque se você tem atrito com alguém, você não, não, não vive bem.

Vanessa: O sentimento ruim, né?

Palmeira: Estar com as contas em dia, isso também faz bem. Se você está devendo muito e, ou tem para receber e não recebe também não é bom.

Vanessa: Será que essa trilha está longe de chegar lá? Faz tanto tempo que eu vim aqui.

Palmeira: Não. Isso aqui é uma reserva do Estado hein. Só que era muito maior

Vanessa: Antes de ser reserva?

Palmeira: Não, isso aqui já ficou quando a companhia, loteou as terras aqui, que essa área ficou fora, era 200 e poucos alqueires, que seriam 500 hectares. Aí ali entrou um, lá entrou outro, lá entrou outro, e foi.

Vanessa: Foi fechando.

Palmeira: Aí depois Ainda colocaram o IAPAR aqui. Você é professora ali.?

Vanessa: É, eu sou professora aqui em Palotina, dou aula no Barão.

Palmeira: A no Barão.

Palmeira:

Vanessa: É, tenho aula lá na.

Eu fui o primeiro aluno do barão.

Vanessa? É sério? Que bacana é. Eu lembro que eu fiz.

Palmeira: Da primeira turma em 1961, se eu não me engano.

Vanessa: É, eu lembro uma vez que eu fiz uma pesquisa sobre o início do colégio.

Palmeira: Tenho uns documentos lá em casa.

Vanessa: O senhor estudou até que série?

Palmeira: Não, eu fiz até a quarta na época. O primário, né.

Vanessa. É o primário. É 10 anos, né, que o senhor falou que parou de estudar.

Palmeira: É, aí. Depois, daí, depois de adulto aí continuei, né? Mas, ele começou ali.

Deixa eu falar para você um ponto de referência. Uma quadra pra lá da rodoviária.

Vanessa: Ah, sei.

Palmeira: Numa casa de madeira.

Vanessa: Ah, então não era sempre ali onde é hoje?

Palmeira: Não, não, não, não. Primeira professora, chamava-se Maria da Penha.

Porque primeiro, nós estava no colégio das irmã. Palotina tinha colégio das irmã.

Vanessa: É realmente eu nunca ouvi falar aqui.

Palmeira: Chamava "Mater Querabilidade". Era ali. Tem a casa paroquial na esquina, o contrário.

Vanessa: Há sim, sei. Eu tenho aula no Barão, tenho aula no Tancredo Neves, lá em cima, também.

Palmeira: Lá em cima no Oswaldo Cruz, né?

Vanessa: Isso.

Palmeira: A secretária lá, como é que era o nome? Eronilde, não?

Vanessa: Leonilda.

Palmeira: Leonilda. Ela era secretária do colégio agrícola. Ela veio de Foz do Iguaçu. Mas eu, o tal de ser humano é, é um. Essa árvore aqui chama marfim.

Vanessa: Acho que, eu nunca vi uma de perto. Sempre ouço falar, né?

Palmeira: É uma madeira rara, cara e branca, por isso chama marfim. Muito usada antigamente, fazer taco de sinuca.

Vanessa: Antigamente se jogava bastante, né?

Palmeira: É, hoje está em desuso, Né? E como é que é taco de sinuca é, tem 2 aqui, uma la e uma aqui. Aquela outra de lá, está vendo? Tem a ponteira podre lá.

Palmeira:

Vanessa: Aham

Aquilo lá, antigamente eles ralavam e jogavam uns 3 kg disso aí ralada, lavava e lavava e punha 1 kg de, de coco junto, e fazia cocada.

Vanessa: De árvore?

Palmeira: É, ela não tem, é que nem chuchu, não tem cheiro. Não tem gosto. Tem umas par, tem um aqui, 2 ali, 3. Aí você vai fazer um mestrado. Para fazer? A samambaia

Vanessa: Ai que bonita

Palmeira: É, mas é outra é outra, mas é samambaia.

Vanessa: É, outra espécie, ne. É eu tô fazendo mestrado para ter um título a mais, né?

Para fazer concurso, daí. E para me profissionalizar mais também, gosto da área de ensino, sobre saúde né, meio ambiente.

Palmeira: Ah ta. Você já ouviu falar do ortigão?

Vanessa: Já ouvi, ortiga né, minha avó fala.

Palmeira: É, mas esse é o ortigão, esse é brabo, isso aí da bolha.

Vanessa: Queima?

Palmeira: Queima.

Palmeira: Só que parece que ele está no final da vida. Concurso para Federal?

Vanessa: É, Federal ou Estado.

Palmeira: Governo está prometendo que vai abrir concurso. Agora, não sei.

Vanessa: Então né, falaram que ia abrir para professor no Estado, né? Mas esse ano não abre mais, né? Por causa da política não pode, só se for o ano que vem.

Palmeira: Laranja do mato, você conhece? Não, né?

Vanessa: Não, não.

Palmeira: Essa chama apepu. Amarga. Mas deve ter bicho, deve ser uma cutia, alguma coisa que comeu. Tem um sobrinho meu que vai vim de Curitiba, vou pedir se eu posso vim aqui mostrar para ele, não conhece nada. Sempre fechado em casa. Ele trabalha de cabeleireiro, né?

Vanessa: Ah sim.

Palmeira: Então é de casa pro trabalho.

Vanessa: É, eu fui criada no sítio também, mas ser bem sincera, eu não ia muito para, pro meio do mato, assim, andar não.

Palmeira:

Palmeira: Bonito aqui. Você pode ver que a madeira grossa não tem mais aqui, o povo levaram tudo embora.

Vanessa: É levaram, né?

Palmeira: Levaram tudo embora. É, tem tatu aqui. Levaram tudo embora. Mas como é que você conseguiu ali na Federal, então?

Vanessa: Para fazer o mestrado?

Palmeira: É

Vanessa: Abriu seleção, né, a prova aí eu fiz e tinha 3 etapas, né? Aí eu fiz e fui passando. Aí tinha bastante vagas também. Que eu sou a primeira turma do mestrado ali, de educação, né.

Palmeira: É.

Vanessa: Que abriu em 2021, né? E aí eu já sou da primeira turma.

Palmeira: O dia que você vier aqui de novo, vê se você consegue trazer um pão seco de casa.

Vanessa: Porque?

Palmeira: Joga ai para você ver.

Vanessa: Ah, os peixinhos.

Palmeira: Deve ter dourado de 8, 10 kg ai dentro. Tinha pelo menos, né?

Vanessa: É, é para ter mesmo, né porque não pode.

Palmeira: É uma tarde nós jogamos aí, eles pulam de bater.

Vanessa: Tenho medo de passar em ponte.

Palmeira: Ah mas essa aqui é boa. Olha lá, ta vendo lá?

Vanessa: Ah, tô vendo aquilo é uma?

Palmeira: É uma carpa.

Vanessa: Deixa eu ver se consigo tirar uma foto Palmeira:

Vê se você consegue aproximar.

Vanessa: Não sabia que a carpa ficava no rasilho assim.

Palmeira: Pois é alguma coisa ela tem ali, ela deve estar cuidando dos filhotes. Do ninho.

Porque ela tá viva, ela mexe a boca, né? Quer ver, a água que movimenta ali, ó. Hora que ela vê nós. Ela vai, olha a boca dela, abre e fecha. (risos). Aqui tem dourado grande, tinha pelo menos. Mas deve ter ainda, aqui ninguém deixa mexer.

Vanessa: Ah sim.

Palmeira: Olha lá.

Vanessa: Bem, é isso Sr (*oculto para preservar o anonimato*), agradeço sua participação, a colaboração, vai me ajudar bastante.

Palmeira: Que isso, precisando estamos aí. Espero que te ajude, que você tenha conseguido o que precisava.

### **Transcrição “Disposição”**

Vanessa: Então vou pedir permissão para a senhora, pra gravar a entrevista, ta?! Para depois eu escutar e poder escrever. Então né só para a gente lembrar. É um projeto, é voluntário, de mestrado da UFPR. E aí eu vou fazendo umas perguntas para a senhora, e a gente vai conversando, ta. Não tem resposta certa, não tem resposta errada, se quiser me perguntar alguma coisa também, pode ficar à vontade, ta?! E aí se a senhora, cansar, quiser descansar um pouco, tomar água. Eu não sei se a senhora quer fazer a trilha toda, né? Então a gente chega num certo ponto e volta.

Disposição: Não, acho que não é muito longa, né? É eu sou acostumada a andar, eu ando bastante. Vanessa: Ai, que bom.

Disposição: Eu faço tudo a pé, não tenho mais carros. Tudo a pé é eu ando a cidade inteira.

Vanessa: Ai, que bom, ai eu...

Desconhecido: “boa tarde”. (encontramos com uma senhora varrendo a trilha).

Vanessa: As vezes eu sou meio preguiçosa, eu gosto mais de andar de carro (risos)

Disposição: Você ainda está na ativa, né? Precisa né, não tem tanto tempo. Vanessa:

É, isso é verdade. Então, para a gente começar, né, perguntar para a senhora que **que é saúde para a senhora?**

Disposição: Para mim, saúde é eu poder fazer tudo o que eu sou acostumado a fazer, cuidar da minha casa e participar das atividades que eu faço, que, que é ginástica, dança.

Vanessa: Nossa está bem lameado aqui

Disposição: É. Para mim poder cozinhar, poder fazer doce, salgado as coisas que eu faço do dia a dia, que eu cuido da minha casa sozinha.

Vanessa: Aham

Disposição: Eu já tive empregada. Eu não acho necessário, como eu moro aqui sozinha, cuido de tudo, então, aí eu me sinto bem.

Vanessa: É, sente bem, cuidando, né do seu lar. A senhora gosta de cozinhar, então?

Disposição: Nossa, eu gosto de cozinhar, e eu faço de tudo um pouco.

Vanessa: Aham.

Vanessa: **E ambiente que que é ambiente para a senhora?**

Disposição: Ambiente eu. É o lugar onde a gente está, onde eu moro, onde eu faço exercício, depende do, de onde eu vou. E Que esteja bom, né? Para a gente andar. Está bem liso aqui.

Vanessa: É cuidado escorregar.

Disposição: É esperado que ia ter toda essa molhação (risos), ta escorregando.

Vanessa: É, mas acho que eles limparam aqui. Ah é, a moça estava varrendo. Não sabia que eles faziam essa manutenção de varrer a trilha aqui.

Disposição: Não sei se eu respondi tudo.

Vanessa: Sim (risos) não, a gente vai conversando.

Disposição: Assim, é onde a gente está no momento, naquele ambiente. Eu estou no ambiente da minha casa, estou no ambiente do clube, onde eu faço ginástica, ambiente da dança.

Vanessa : A senhora é bem ativa né?

Disposição: Ah eu sou bastante (risos).

Vanessa: (risos) Que bom.

Disposição: É, eu faço muita coisa.

Vanessa: Bastante coisa.

Disposição: É, e não sinto cansaço. Hoje eu já fui na aula de estepe às 8h, das 8h às 9h. Aí, fui para casa ajeitar o apartamento. Eu limpei ontem, para não ficar muito para hoje, né?.

Vanessa: Sim. Opa, quase que eu fui pro chão (leve um super escorregão na trilha)

Disposição: Olha! Toma cuidado.

Vanessa: Meu Deus.

Disposição: Ta bem, bem escorregadio.

Vanessa: É porque tem bastante musgo também.

Disposição: Isso aqui parece um, quase um radite isso aqui.

Vanessa: A senhora, gosta de plantas também?

Disposição: Eu gosto, eu tenho um jardimzinho. Eu moro no térreo, e atrás, eu tenho um jardimzinho, uma calçadinha.

Vanessa: Ai, eu não sei o que, que acontece. OPA (escorreguei de novo). Que que acontece comigo, mas minhas plantinhas não vão muito para frente, não.

Disposição: É, as vezes que não pega Sol, ou pega Sol demais né?

Vanessa: É, às vezes eu coloco muita água, tem algumas que não gostam muito de água, né?

Disposição: Por isso que as minhas orquídeas não vão muito para frente, parece que eu tenho que dar bastante água e a orquídea não gosta de muita água.

Vanessa: (risos) Não mesmo.

Disposição: Eu gosto de deixar as plantas crescerem a vontade, não sou de deixar tudo muito certinho, em vasinho.

Vanessa: A senhora planta no chão?

Disposição: Planto no chão, mas planto em vaso também.

Vanessa: Ah, uhum. **E qual que é a percepção que a Senhora tente sobre a relação de saúde ambiente?**

Disposição: Nossa, é tudo né? Depende muito do ambiente para você ter saúde, se você tem uma casa bagunçada, tudo desarrumado. Não precisa ser nada chique, precisa ser organizado e limpo, principalmente.

Vanessa: Sim

Disposição: Porque se você está num lugar, que voce não limpa. Nós temos muito problema de barata em Palotina, por causa do calor, né?.

Vanessa: Ai, é verdade.

Disposição: Se você deixar, elas tomam conta. Então, a gente tem saúde. E não é, só essa parte física, a saúde física né, saúde mental, principalmente. Então precisa diversificar o que a gente faz. Se eu fizer sempre a mesma coisa. Eu vou ficar muito, só naquilo, né? Não, não vai, a minha mente vai ficar acostumado só com aquilo assim

Vanessa: Sempre inovando, né?.

Disposição: É. Quando a gente anda na rua, se você andar sempre pelo mesmo caminho, o dia que você sair você se perde. Ainda mais depois de 70 anos (risos).

Vanessa: Ah, mas eu mesma me perdi ali no lugar que sou super acostumada a frequentar, e não achava. Desde lá em baixo, fui lá no P.A.

Disposição: É, as vezes isso acontece também porque você está ligado em várias coisas ao mesmo tempo. Olha que linda (aponta para uma borboleta).

Vanessa: Nossa que bonita. Ai, será que eu consigo tirar uma foto?

Disposição: Tira, ai que linda.

Vanessa: Ai, eu acho linda essas borboletas. É super raro, essas colorações azuis.

Disposição: É, e olha aí, olha ai quantas.

Vanessa: Tem bastante borboleta.

Disposição: Aquela ali, ela parou, ela vai abrir a asa.

Vanessa: Fazer um vídeo dela aqui.

Disposição: Toda azul.

Vanessa: Depois eu paro o vídeo e tiro a foto. Será que ela não vai abrir?

Disposição: Você viu o tamanho dessa aqui?

Vanessa: Qual?

Disposição: Essa árvore aqui.

Vanessa: Enorme, né?

Disposição: Nossa olha o tronco dela.

Vanessa: Muito grande.

Disposição: Essa deve ter uns 100 anos. Nossa o ar está tão agradável, né? Depois da chuva, assim.

Vanessa: Fica fresquinho, né?

Disposição: Fica fresquinho.

Vanessa: Ó o barulhinho da, da água. E a senhora acha que a saúde e o ambiente possuem relações?

Disposição: Nossa, e como. Se você vive num ambiente tumultuado, você fica uma pessoa irritada ou uma pessoa depressiva. Principalmente nessa parte da depressão, o ambiente é., se você convive com pessoas negativas também, né? Tem muita relação entre.

Vanessa: É, eu costumo falar que as pessoas que reclamam muito, suga toda a nossa energia.

Disposição: Isso mesmo. A gente tem que agradecer todos os dias. Não reclamar do que a gente perdeu, mas pelo que a gente tem. Não bem material, né. Como você diz, acho que da nossa época para agora, para nossa idade, é tudo de bom, nossas mães, nossas avós não viviam isso que nós vivemos agora. Tem tanta oportunidade, e ainda você encontra pessoas que dizem “ai, eu não sei o que fazer o dia inteiro” (muda a voz, como se imitasse alguém)

Vanessa: É, é que tem gente que gosta de ficar mais parado, né?

Disposição: É. É, é.

Vanessa: E quanto mais parado a gente vai ficando, mais parado a gente quer ficar e vai.

Disposição: E vai, vai, vai atrofiando nosso corpo, quanto a cabeça.

Vanessa: É verdade. Aqui a trilha já está fechada. Lembro que quando eu vim aqui, a última vez não estava com uma vazão tão grande assim de água.

Disposição: Muita chuvarada que deu. Olha ali, parece que é a primavera. Aqui tem samambaia. Samambaia de mato.

Vanessa: Será que elas estão reproduzindo? Ah, não. (viro a folha da samambaia para ver se tem os soros reprodutivos, lembrei das aulas de botânica).

Disposição: Quando eu era criança, a gente brincava de sombrinha.

Vanessa: Com a samambaia?

Disposição: É, lá no Rio Grande. Você tirava, nossa tinha umas assim desse tamanho (fazia o gesto de tamanho com as mãos), aí tirava as folhas e aí saía passeando de sombrinha. Olha como tem (aponta para as samambaias do chão). Não sei se quer continuar para lá.

Vanessa: Sim, se senhora quiser a gente vai.

Disposição: Então vamos.

Vanessa: Está tão gostoso né, fresquinho.

Disposição: Nossa está uma delícia. Nossa, enxarcou aqui hein.

Vanessa: Hummm, como que a gente vai passar aqui? (risos)

Disposição: (risos) O meu neto falou ontem. “Vó? Você tem um barquinho para emprestar (risos)”? Quer passar para lá?

Vanessa: Toma cuidado.

Disposição: Mais do que molhar o pé.

Vanessa: É melhor molhar o pé do que cair, né?

Disposição: É. Aqui está bem liso, ó. E daí? Como eu faço?

Vanessa: Acho que vai ter que ir para lá e voltar.

Vanessa: **E quais são os benefícios da caminhada, na sua opinião?**

Disposição: Para muitos, é tudo de bom. Quando eu faço uma caminhada, dá uma disposição. Vanessa: É, né?!

Disposição: A caminhada e exercícios físico. Já faz mais de 20 anos que eu faço academia. Nós temos uma turma. Tem, tem uma menina lá de, 14, 15 anos e tem uma menina de 81 na nossa turma (risos)

Vanessa: Nossa (risos)

Disposição: Nós somos três, quatro, com mais de 70 anos. E é uma turma assim, uma delícia. A gente vai lá, se diverte, faz exercício, a professora acompanha.

Vanessa: Em qual academia que a senhora vai?

Disposição: Ali no clube.

Vanessa: Há. Ali no clube do ATC.

Disposição: No ATC.

Vanessa: É bom que fica pertinho ali.

Disposição: Ali é pertinho de casa. Eu vou 3 vezes por semana às 8:00 é ginástica localizada.

Vanessa: Só atravessar a rua.

Disposição: Sexta-feira é estepe. Aí na terça, eu vou no yôga, que é mais alongamento do que o yôga mesmo, lá onde voce foi.

Vanessa: Aham, sim.

Disposição: Eu não estava indo porque eu fazia dança terapia na terça e na quinta.

Daí eu achei melhor fazer dança só na quinta e voltei fazer a yoga.

Vanessa: Tem a agenda cheia (risos)

Disposição: É, e na quinta de tarde eu faço dança italiano.

Vanessa: Que, que que é dança terapia?

Disposição: Dança terapia, ele faz exercícios, faz dança de tudo, a gente dança a vontade. Ele da aula de, o professor é um cubano. Ele dá aula de zumba também.

Para outras turmas.

Vanessa: Que bacana. Nunca tinha ouvido falar em dança terapia.

Disposição: Já faz anos que ele dá aula aqui

Vanessa: É que assim, eu também, nunca é. Quando eu comecei a fazer academia, aí eu acabei engravidando.

Disposição: Huuummm, tu tem uma criança?

Vanessa: Sim, ela tem 4 meses, minha neném.

Disposição: Nossa novinha assim?! Pegou no meio do teu trabalho.

Vanessa: É, pegou.

Disposição: É uma menina?

Vanessa: É uma menina. A Aurora.

Disposição: Olha para mim, exercício, caminhada meu dia, o dia que eu não tenho nada para fazer na rua, aí eu invento (risos)

Disposição: Durante a pandemia eu ia nos., nas ruas onde não tinha movimento, mas eu não deixei de andar. Botava máscara, passava álcool e, e ia..

Vanessa: Aham. A senhora chegou pegas COVID?

Disposição: Eu peguei agora em julho. Em julho me deu o COVID, mas bem leve, eu fiquei em casa, não tive um problema assim, nem dor no corpo. Tive um pouquinho de febre e tosse.

Vanessa: Ai que bom.

Disposição: O médico nem acreditava.

Vanessa: Aí, que bom. Mas olha, né, eu não sou médica nem nada disso, mas a senhora né, pela senhora ser bem ativa, assim, isso ajuda bastante a fortalecer né, o sistema imunológico.

Disposição: A sim. A cardiologista que eu fui, ela disse, nem precisa você fazer aquele teste de resistência na esteira, porque tudo o que voce faz.

Vanessa: É, já é um teste né.

Disposição: Eu acho que eu sou bem ajustada. Mas eu leio bastante, eu tenho as horas de sossego, que eu leio.

Vanessa: É em equilíbrio, né?

Disposição: Eu faço crochê, faço tricô, faço tear, faço tapete.

Vanessa: É, eu hoje em dia eu não faço mais, né? Mas eu também sei fazer.

Disposição: Ah, mas não dá tempo né, criança pequena e com o trabalho.

Vanessa: Sim.

Disposição: Acho difícil você.

Vanessa: Eu gosto muito de pintar e ponto Cruz. Enxovalzinho dela aproveitei para fazer.

Disposição: Ah sim, que bom.

Vanessa: **E para a Senhora, como que está sendo realizar a caminhada hoje?**

Disposição: Para mim tá ótimo. Eu já sabia o que ia ser. Tanto que eu já, quando voce pôs lá que era pegar chapéu, passar coisa, eu já tava, tava preparando.

Vanessa: Já estava, né?

Disposição: É. Naquele ano que a gente tava fazendo aquele projeto da UFPR pra terceira idade, eu participei, eu e mais algumas, participamos da caminhada no clube.

Vanessa: Há sim, eu lembro.

Disposição: Agora de novo já teve. Não sei se é da ADOSP, né?

Vanessa: Aham.

Disposição: Eu só não ando muito rápido.

Vanessa: Eu não lembro, é porque faz tempo já. Em 2019, não lembro se a senhora participava do projeto nessa época.

Disposição: Sim, foi em 2019, é o primeiro projeto aqui em Palotina. Primeira turma.

Vanessa: Há, porque eu lembro que, um trabalho da faculdade ainda que eu tava, a gente apresentou, é uma. Como que eu posso dizer assim? Foi até o meu marido, né, na época era meu namorado e ele falava umas coisas, pediu para os idosos deitarem no chão e colocar uma venda, né? E aí colocou uma musiquinha de fundo e ele ia contando uma história.

Disposição: Nessa aula eu faltei. É porque teve uma época que a gente viajou, mas eu não me lembro dessa aula.

Vanessa: Ai, então pode ser. É então daí, que era para relaxamento, né?

Disposição: Olha a laranjinha.

Vanessa: Acho que é laranja do mato.

Disposição: É laranja do mato. Que bonita.

Vanessa: Grandona, né?

Disposição: Deixa ela. Ela ali para dá semente.

Vanessa: É, os animaizinhos devem comer ela daqui a pouco, as cutias.

Disposição: Ah diz que tem capivara aqui. O meu neto, que é da minha filha, ele tem 10 anos mora em São Paulo. E eles fizeram um trabalho na escola sobre a capivara, e ele é encantado, é o bicho preferido dele. Eu não sabia que tinha capivara por aqui, esses dias alguém falou. Aí eu tenho que trazer ele o dia que eles vierem para cá.

Vanessa: Ai, mas é uma gracinha mesmo a capivara. Os dentinhos.

Disposição: Tanto que a carinha dele no WhatsApp e lá no Netflix, tá uma capivara.

Vanessa: (risos) Ai que bonitinho.

Disposição: Ele sabe tudo sobre capivara o que você perguntar.

Vanessa: Ele ainda não quis uma capivarinha de estimação?

Disposição: (risos) Ah, lá é difícil.

Vanessa: A lagartinha.

Disposição: Hum, vi que pulou ali na folha ali. Ele ganhou uma, uma aluna da minha filha, mandou para ele uma de pelúcia assim, uma capivara.

Vanessa: **E a Senhora, acha que é diferente caminhar na cidade do que caminhar aqui?**

Disposição: Ah claro, aqui a gente respira ar puro né. Lá no centro, lá na cidade, você respira, o que os carros soltam, lá a combustão do. Aqui é bem mais saudável.

Vanessa: **E na vida da senhora, a senhora já vivenciou alguma situação em que o ambiente, a saúde interferiu na sua vida?** Seja de maneira positiva, de maneira negativa.

Disposição: Nossa, bom, a primeira casa que nós tivemos era lá no Rio Grande ainda. A gente ia mandar pintar, aí o pintor teve que lixar ela inteirinha porque era pintado com tinta cal, aquilo soltou uma poeira assim. E para poder dormir dentro, tinha que limpar todo dia.

Vanessa: Nossa.

Disposição: Eu chegava da escola no trabalho, e ia limpar tudo porque não dava pra respirar. Eu já entrei em casa que ainda não estava terminada, a construção. Que também não é fácil você ficar no meio.

Vanessa: Aham.

Disposição: Ah, não lembrava que voltava na ponte aqui.

Vanessa: Nossa, já?! **E qual o local que a Senhora mais gosta de estar?**

Disposição: Eu gosto de ficar na minha casa.

Vanessa: Uma delícia, né?

Disposição: Eu gosto muito da minha casa. Eu sempre, eu mudei bastante, mas cada casa que eu mudei eu sempre gosto de ficar na minha casa. Eu vou para a casa dos meus filhos, eu me adapto fácil. Eu não tenho problema de.

Vanessa: Não se apega.

Disposição: Não. Então, tanto na casa deles, na casa dos amigos eu fico à vontade. Mas bem, bem, é só na casa da gente. E eu, eu não tenho problema de viver sozinha, assim, certo? Tem muita gente que fala, “ai tem que arrumar um marido”, eu sou separada, faz 20 poucos anos. Eu não acho que eu agora, eu não me adapto mais.

Vanessa: É casar é bom, mas.

Disposição: Voltei aí.

Vanessa: 20 anos sozinha.

Disposição: Tem que pesar bastante.

Vanessa: Uhum, é.

Disposição: E, eu tenho bastante homens na minha vida, tenho irmãos. Sou só eu de irmã, aí tenho netos, tenho sobrinhos, tem genro, então, tá bom.

Vanessa: É, não, não faz falta uma figura masculina.

Vanessa: **E na sua vida hoje, tem algum, alguma relação da saúde e ambiente que interfere na sua vida?**

Disposição: É isso aí, eu poder sair todos os dias, fazer meus exercícios, fazer caminhada, me alimentar. Sou eu mesmo que faço minha comida sempre. Eu gosto da minha comida.

Vanessa: Aí que bom, geralmente as pessoas costumam não gostar, né, da própria comida.

Disposição: Não, eu gosto, eu gosto quase todo sábado, meu filho almoça comigo assim, meu neto também, daí eu faço assim, as comida que eles gostam que eu também. É assim que eu gosto de viver bem e a vontade né, sempre. Não tenho luxo, como dizem né.

Vanessa: **E hoje a senhora acha que a senhora conseguiu aprender alguma coisa sobre saúde, sobre ambiente?**

Disposição: Tem, tem, tem muita informação no nossos dias. A gente, a minha mãe já era uma pessoa que cuidava muito dessa parte. Ela, ela tinha os chás dela, tinha e sempre foi muito de experimentar coisas novas na alimentação. Eu também gosto disso.

Vanessa: Vamos continuar. Ou a Senhora quer ficar mais aqui?

Disposição: Não, não, vamos lá.

Vanessa: E pra a última pergunta aqui do meu questionário, **o que é bem viver para a Senhora na sua vida?**

Disposição: Bem viver é viver em harmonia com o lugar onde eu vivo. Com as pessoas que estão a minha volta, família com os amigos.

Vanessa: É, vejo que a senhora é bem família né, gosta sempre se estar perto da família.

Disposição: É, procuro não interferir na vida dos meus filhos e dos meus netos. Me seguro muito. Porque a gente tem a mania de mãe, de sempre, o meu filho mais velho faz 30 anos que é casado, outra faz 25, então, a minha filha faz uns 15, então não tem mais o que ficar dando pitaco na vida deles, né?

Vanessa: Agora eles dão pitaco na vida dos filhos.

Disposição: Ah, sim. Também não deixo interferirem muito na minha.

Vanessa: É, né?

Disposição: Tenho bastante liberdade.

Disposição: Olha, estão dando pipoca para os peixinhos. Não sei se eles tiram de vez em quando, se aumenta muito a população. Acho que, carpa né que tem aqui.

Vanessa: É acho que carpa, tilápia.

Disposição: Eu tenho a impressão que de vez em quando eles tem que fazer uma limpa.

Vanessa: É, eu não sei se pode, né, porque como aqui é reserva, não sei se pode

Disposição: Porque se não aumenta também muito né. Eles devem ter um programa para isso deve ter alguma coisa.

Vanessa: A senhora falou que ia para a escola antes. A senhora era professora?

Disposição: Sim.

Vanessa: Do que?

Disposição: Eu trabalhei desde com ensino fundamental, a maioria. Trabalhei com quinta a oitava e segundo grau um pouquinho também. Com Geografia.

Vanessa: Com geografia, ah que legal.

Disposição: Já faz tempo (risos).

Vanessa: Já acabou o sofrimento da senhora (risos).

Disposição: Na época, a gente fala bastante entre nós que nós somos todas as aposentadas, a gente trabalhou juntos e grupo do chimarrão. Hoje em dia ta difícil, viu.

Vanessa: Tá bem difícil.

Disposição: Ta difícil, porque parece que liberaram demais. E os professores estão sofrendo. Tem muito professor doente. A gente não enfrentava esse tipo de coisa, era autoridade na sala. Não precisava bater, tinha alguns que batiam, tinha professor e a gente sabe, da época da gente. Mas eles respeitavam e hoje em dia não tem isso.

Vanessa: Não tem respeito, exaram ente isso.

(Telefone dela toca)

Disposição: Deve ser o rapaz que vai levar o meu puff lá bem agora. Estava em casa até agora.

Vanessa: Ah, uns 20 minutinhos nós tá lá.

Disposição: (trecho oculto para não expor a conversa pessoal da entrevistada)

Vanessa: Então a gente finaliza nossa entrevista, nossa conversa né. Agradeço muito pela senhora ter participado, vai me ajudar muito com certeza.

Disposição: Ah imagina, foi uma delicia, gostei bastante, tomara que te ajude.

Vanessa: Vai ajudar sim.

### Transcrição “Ligeirinho”

Vanessa: Então, né? Relembrar mais uma vez, é para minha pesquisa, né, de mestrado é, e eu vou ir fazendo umas perguntinhas pro senhor, a gente vai andando. E se o senhor quiser andar mais devagar, mais rápido, quiser parar um pouquinho, né? E aí a gente vai caminhando. Então né para começar, o **que que é saúde pro senhor?**

Ligeirinho: Saúde?! Acho que é o bem-estar físico, mental e social. Acho que é isso. A pessoa sentir-se bem. Mentalmente, socialmente, fisicamente. É o básico, né? Para mim, saúde é isso.

Vanessa: É o básico né. É realmente a às vezes, quando a gente não sente muito bem né? E tudo uma coisa atrela outra, né? Se o físico não está bem, a nossa cabeça também já não fica tão legal, né?

Ligeirinho: É, tem que ter, tem que o todo, né? É o físico e o mental e o social, viu?

Vanessa: O que seria a saúde social? Assim, que o senhor fala.

Ligeirinho: Saúde social é saber conviver com as pessoas, saber respeitar. Saber, é conversar, saber trocar ideias, saber é, enfim, o que o outro sente. Como é que ele vai, né. Como é que ele se sente em relação aos demais. Acho que é isso, relacionar-se com as pessoas, saber conversar e respeitar, né? Vanessa: **E ambiente que é ambiente para o senhor?**

Ligeirinho: Ambiente? Ambiente é algo mais mais amplo. Porque o ambiente, o ambiente já é uma parte, começa na família, né? Começa na família, o ambiente, na família. Se o ambiente de bem-estar, de, de respeito, de amor, principalmente. Depois na escola. O ambiente escolar, porque desde o nascimento, porque eu acho que a pessoa desde o dia que nasce, tem que sentir-se segura, sentir-se amada. Para poder quando chegar a idade dele ir pra escola, que ir pra escola é uma coisa. É cortar, cortar o cordão umbilical da da família né? Então é um, é um ambiente difícil. Mas os pais devem colaborar para que criança sintam-se bem na escola. Depois sentir-se bem com outras pessoas, e assim ela vai crescendo sabendo. Para ter uma maturidade mais efetiva. Mais saudável. Porque já começam desde, uns dizem até que começa na vida intrauterina. É uma teoria. Que já começa na vida intrauterina. Que as pessoas, pro bem-estar da família, da mãe, do pai, já sente aquilo. Não sei se isso está provado, mas é uma teoria, então eu acho que é isso. Eu acho que o ambiente.

Vanessa: Uhum.

Ligeirinho: Aí vem depois a natureza, a escola. E é uma coisa muito mais ampla. Que daí vem a natureza, né? Natureza envolve, que nós fazemos parte disso tudo, né? É isso que você perguntou né? O que que é?!

Vanessa: Isso, uhum. Para o senhor né, o que que o senhor acredita que seja ambiente.

Ligeirinho: Eu acho. Eu acho que o ambiente é isso, né?

Vanessa: É, uhum. Até o senhor falou, né? De cortar o cordão, né? Minha nenzinha está com 6 meses, então daqui a pouco já fico pensando, né? De quando ela tiver que ir pra escola, na creche.

Ligeirinho: É. ela vai sofrer um pouco, né? Então a gente tem que preparar muito bem, né? Vai preparando, porque é difícil.

Vanessa: É sim.

Ligeirinho: É difícil a criança aceitar ficar longe da mãe e do ambiente da casa. O ambiente da casa é seguro, né? Fora do ambiente ou da casa, ela não sabe o que que vai encontrar, mas os pais sabendo orientar a coisa, vai bem, vai bem. Vanessa:

Vai né?! **E qual que é a relação que o senhor acha que tem entre saúde e o ambiente?**

Ligeirinho: A relação entre saúde e ambiente? Ai tem tudo a ver, né? Aí é tudo a ver. Esse ambiente que você fala é o ambiente, que tipo de ambiente? O familiar ou social, ou na do, da natureza, todos.

Vanessa: Todos eles.

Ligeirinho: Ah tem tudo a ver.

Vanessa: Isso.

Ligeirinho: Você perguntou o que que é saúde?

Vanessa: Isso, a relação da saúde e o ambiente.

Ligeirinho: Há, eu acho que tem tudo a ver, sabe? Acho que tem tudo a ver. Porque a saúde, a saúde sofre quando o ambiente, começa com o ambiente familiar. Se o ambiente familiar não é propício, não é de tranquilidade, não é de bem-estar, a pessoa já vai sentindo interiormente uma intranquilidade. No mal-estar. Aí vem a parte social e daí vem a parte da natureza, né? Porque a pessoa tem que respirar bem, né? É, é respirar bem. Que, que tem que sentir-se em contato com essa natureza. Eu acho que é um todo, é um todo. Não existe nada isolado.

Vanessa: Atchimmm (espirrei). Ai desculpa. Não estou com gripe, nada não, só um espirro normal.

Ligeirinho: Pode, pode, pode falando.

Vanessa: Ó, a próxima pergunta seria, né? Quais relações, né, acho que o senhor já, já mencionou, né, sobre essa questão de tranquilidade, sobre o respirar.

Ligeirinho: Acho que vou vim aqui (passa para o lado onde tem menos barro e mais serapilheira).

Vanessa: É, acho que fica menos escorregadio. Deu uma chuvinha. O senhor costuma fazer caminhada, né? Rotineiramente?

Ligeirinho: É, olha, eu já andei muito, sabe, eu. Sou meio andarilho (risos). Eu sou andarilho. Mas com a idade, eu to com 91 anos.

Vanessa: Nossa, não parece. Parece ser bem mais jovem.

Ligeirinho: Vou fazer 92 daqui 4 meses, então eu tô mais perto dos 92 do que dos 91 (risos)

Vanessa: (risos) É verdade.

Ligeirinho: Mas eu sempre fui andarilho e até hoje eu gosto de andar. Só que eu andava muito rápido, andava quase correndo e hoje.

Vanessa: Uhum.

Ligeirinho: Eu já tenho as minhas limitações. Então eu ando devagar, já ando com cautela, já ando procurando evitar a quebra. Que eu já levei alguns tombinhos

Vanessa: É??

Ligeirinho: Já. Correndo, correndo, inclusive no metrô, lá em São Paula, já fui correndo, e tropecei, cai, mas levantei. Não aconteceu nada, mas depois de uns dois ou três tombos (risos). Aprendi a, a me segurar, sabe?

Vanessa: É, andar mais devagarinho.

Ligeirinho: E sabe que eu aprendi a segurar já também a consciência de que eu não tenho mais 18 anos (risos). Depois dos 18, a gente tem que tomar certas cautelas.

Vanessa: É verdade, nossa e o perigo que é assim, para qualquer um né.

Ligeirinho: Eu gosto de andar.

Vanessa: É, eu sou preguiçosa para andar. Não é que eu não goste, mais é que. Ah, gosto do conforto, né de sair de carro.

Ligeirinho: É que você ainda é uma geração que tem carro né?

Vanessa: É, sim, é verdade.

Ligeirinho: Eu sou de uma geração que eu fui ver carro depois de adulto né. Eu sou de, de 31. O carro começou aqui no Brasil na década de 50, então já tinha mais de 20 anos e quem tinha carro, era só pessoas que tinha poder.

Vanessa: Nossa.

Ligeirinho: Então eu não nasci dependente de carro. Então a gente tem andar mesmo. (risos)

Vanessa: É, era o jeito de se mover.

Ligeirinho: É. Andar de onibus, andar de carro, andar de trem, né?

Vanessa: Aham.

Ligeirinho: Era trem. A gente fazia as viagens, mas era uma era diferente. A era de hoje, é a era da máquina.

Vanessa: É hoje o ser humano está sendo substituído, né?

Ligeirinho: Mas é aí que tá. Então as pessoas, tem que fazer academia, né?

Vanessa: É.

Ligeirinho: No meu tempo não existia academia.

Vanessa: Vem na beiradinha aqui que não está tão liso.

Ligeirinho: A gente, a gente já, já brincava na rua, andava de pé no chão, porque sapato era caro, era difícil.

Vanessa: Era caro, né?

Ligeirinho: Então a gente era outra geração. Mas, tudo, tudo tem sua época.

Vanessa : Sim.

Ligeirinho: E tudo é muito bom, né.

Vanessa: É.

Ligeirinho: A verdade é que a vida é muito boa.

Vanessa: Foi evoluindo para melhor, né?

Vanessa: Foi evoluindo para melhor as coisas.

Ligeirinho: A vai evoluindo pra melhor. Bem, melhor aí que tá.

Vanessa: Em algumas coisas (risos)

Ligeirinho: Ai que tá. Dependem do que pessoa sente que é melhor. Porque hoje é, por exemplo, as pessoas, parece que se isolam.

Vanessa: É verdade.

Ligeirinho: As pessoas se isolam e talvez sinta falta do contato social. É a televisão, né? É o computador.

Vanessa: A gente já mora em caixinhas, né? Uma encima da outra, né? Então.

Ligeirinho: É essa, essas coisas, então tem a parte boa, mas tem que saber conciliar.

Vanessa: Sim, é verdade.

Ligeirinho: Não, é, não exagerar. Em nenhuma das partes.

Vanessa: E daí o senhor falou né, que o senhor sempre gostou muito de andar. **Qual os benefícios de caminhada?** Assim que o senhor...

Ligeirinho: É o que?

Vanessa : Os benefícios, de fazer uma caminhada.

Ligeirinho: Ah, a são muitos os benefícios, né? Primeiro que a gente sai um pouco da casa, né? (risos). Sai um pouco da casa. A gente vê um pouco as outras pessoas, sente um pouco a natureza, o Sol, principalmente, então é. Faz muito bem, entendeu? Ver outras pessoas, ver o movimento. é uma higiene mental. Eu acho, é uma higiene mental. A caminhada é uma higiene mental. É o que substitui a parte da academia, a gente vai exercitando um pouco as pernas, certo? É verdade que os músculos (risos). Só os músculos da perna, né, mas.

Vanessa: É, é mais.

Ligeirinho: Mas faz falta também, os outros músculos, né?

Vanessa: Sim.

Ligeirinho: Mas, mas a gente vai, vai, levando. Mas a caminhada, faz muito bem. Eu sempre caminho.

Vanessa: E como que está sendo realizar essa caminhada hoje? Aqui no parque.

Ligeirinho: Uma delícia. É uma delícia. Eu (cof, cof, cof). Eu, faz muito tempo, eu e minha esposa. Nós fizemos várias trilhas, como a gente ia, ia fazer, a gente ia nas colônias de férias.

Vanessa: Aham.

Ligeirinho: A gente fazia lá em Campos de Jordão, por exemplo, a gente fazia várias caminhadas. Tipo trilhas mesmo assim, então a gente, eu e minha esposa, a gente andava. Hoje, ela não anda mais sabe, hoje ela tem muitas dificuldades de andar. E ela é 10 anos, 10 anos e meio mais nova que eu. Mas ela quase não anda. Foi deixando. Fez muito tempo ginástica, deixou a ginástica, depois que ela deixou a ginástica, foi deixando a caminhada. Hoje ela quase não anda. Mas a caminhada é uma coisa muito boa. A gente tem que andar para ver né, ver, sentir o ambiente fora do, da casa.

Vanessa: Sim. **E caminhar aqui no parque é diferente?** O senhor acha que é diferente de caminhar na cidade, por exemplo?

Ligeirinho: Ah é diferente. Aqui é muito mais gostoso (risos).

Vanessa: (risos) É? (risos)

Ligeirinho: Principalmente quando a gente vai com uma sombra, né?

Vanessa: É verdade.

Ligeirinho: Como nós estamos pegando aqui. Quando a Valéria falou que eu ia fazer caminhada, eu pensei que ia fazer um, enfrentar um solão, sabe? E aqui está uma sombra gostosa.

Vanessa: É que aqui, a mata está bem fechada, né.

Ligeirinho: Um ambiente gostoso, né? É a vantagem de conservar a natureza, né? Conservar as plantas, conservar esse ambiente né, os passaros né, ouvir esses pássaros também.

Vanessa: É, a água correndo - boa tarde (passamos por um grupo de pessoas que faziam trilha)

Ligeirinho: Tá muito bom. Tem muita gente fazendo trilha, viu. Faz bem.

Vanessa: É, aqui é um lugar que o pessoal gosta de vim. Principalmente quem é de fora, né? Vim conhecer. O senhor já tinha vindo aqui?

Ligeirinho: Não, nunca tinha vindo.

Vanessa: Ainda não?

Ligeirinho: Nunca tinha vindo. Eu andava ali onde a (oculto para preservação do anonimato) mora, lá, no centro, né? Acho que praticamente é o centro ali.

Vanessa: É, uhum.

Ligeirinho: Aí eu ia naquele, que eu andava sempre. Ali, na, tem um, não é, bem um parque. Tem uma área. Vanessa: Uma praça, ali?

Ligeirinho: Uma praça ali, que tem muitas plantas. Então eu sempre andava, fazia essa caminhada até lá, sabe. Dessa vez eu não estou fazendo, porque a minha esposa. Eu levanto cedo. E estou fazendo muitas coisas dentro de casa. Eu também ajudo muito minha esposa, dentro de casa, sabe?

Vanessa: Aham. É, nos afazeres domésticos?

Ligeirinho: Ah, ajudo. Porque nós não temos empregada em casa.

Vanessa: Ham.

Ligeirinho: Então nos temos. Nós temos. Aqui, nós vamos descer aqui?

Vanessa: É, se o senhor. A gente pode dar o contorno todo ou se o senhor quiser, a gente pode voltar daqui.

Ligeirinho: Não vamos ver. Só que aqui, deixa eu ver. Eu vou devagar daí.

Vanessa: O senhor quer se apoiar em mim?

Ligeirinho: Eu quero. Nessas descidas eu quero. Mas, eu, eu faço muitas coisas dentro de casa. Essa daí que eu falo para você, que é meus cuidados.

Vanessa: Aham, sim é. Não, mas está certo, tem que cuidar.

Ligeirinho: Meus cuidados, meus cuidados, para não cair. Já levei muito tombo, mas agora eu me seguro. Você sabe que lá em São Paulo no metrô, no metrô de São Paulo. Quando eu vou pegar o metrô. Que é decida. Ou eu desço sem ser a escada rolante, sem ser a escada rolante. Eu peço pra alguém me ajudar ir no primeiro degrau, depois eu vou.

Vanessa: Aham, é da.

Ligeirinho: Agora para subir, não tenho problema, você entendeu?!

Vanessa: É, é que dá um.

Ligeirinho: Pra descer a gente tem medo de tropeçar, né? Então essa subida e descida é meio complicado. Mas você perguntou que o mesmo? Esqueci.

Vanessa: É a diferença né, de caminhar no parque e aqui, daí o senhor comentou, né? Sobre, é ajudar a sua esposa em casa, né?

Ligeirinho: Ah. Sim, sim.

Vanessa: Que o senhor levanta cedo, é. Faz bastante coisa.

Ligeirinho: É, é. Mas deixa eu pegar.

Vanessa: Aqui tem um.

Descemos a escada feita de madeira, que está um pouco duvidosa, e ele se apoio no corrimão.

Vanessa: Meio mole aqui, mas é.

Ligeirinho: Quando eu digo para você, as minhas diferenças. Antigamente descia, descia correndo.

Ligeirinho: Mas também com quase 92 não dá, né.

Vanessa: À o senhor esta é muito bem para 92 (risos)

Ligeirinho: É agora você viu, vou indo devagar. Agora a gente vai, da a volta?

Vanessa: É, aí a gente vai sair lá naquela ponte.

Ligeirinho: Ah tá, então, vamos lá. Mas então você perguntou se. Eu mudei o assunto, eu mudei o assunto.

Vanessa: Não! Tá indo. Que é sobre a diferença, né? De caminhar, daí o senhor.

Ligeirinho: Ah é, eu gosto de caminhar. Ah, eu e minha esposa a gente andava lá em Campos do Jordão, por exemplo. A gente fazia uma caminhada. Tinha uma trilha assim quase que, quase que deserta, quase que deserta.

Vanessa: É?

Ligeirinho: Mas. Vai indo na frente, é, que eu vou.

Vanessa: Opa.. (tive um leve tropeço num tronco de árvore). Aqui, está meio liso, o senhor quer se apoiar?

Ligeirinho: Não.. Não é, e que eu tenho que ver aonde que eu vou pisar. Se eu pisar em falso já era. Tenho que ver aonde que eu vou pisar.

Vanessa: É que até ali na ponte a, eles abriram a trilha, né? Aqui já está mais natural, mesmo, do jeito que sempre foi, né?

Ligeirinho: É. Vamos ver. Vamos devagar que não tem pressa.

Vanessa: Não.

Ligeirinho: Eu sempre digo. Eu sempre lembro daquela música, “ando devagar porque já tive pressa”. Eu já fui de correr. Você sabe que quando eu, eu me aposentei do Estado.

Vanessa : Uhum.

Ligeirinho: Quando eu me aposentei, da Secretaria da Educação no Estado de São Paulo, como supervisor de ensino. Eu não queria me aposentar, sabe?! Porque eu tinha muita energia. Eu tinha naquela época 60 e poucos anos, acho que 67 anos. Eu tinha uma energia que eu não podia parar.

Vanessa: Aham.

Ligeirinho: E aí eu fui procurar emprego. No anúncio de jornal do bairro (risadas), para ganhar um salário mínimo.

Vanessa: Sim.

Ligeirinho: Mas não era pelo salário, é para eu sair de casa. Eu saí de casa e, e ter o que fazer.

Vanessa: Aham. Se sentir válido, né?

Ligeirinho: E eu trabalhei numa empresa de anúncios de jornais. Naquela época não tinha, naquela época não tinha internet, essas coisas. A gente tinha que levar os

anúncios pro jornal publicar anúncio de emprego, anúncios de várias coisas. Eu tinha que entregar para 5, 6 jornais, e no centro de São Paulo. Do meu bairro do Brooklin, eu ia até o centro, de ônibus. Então eu saía na quinta-feira e na sexta eu saía do, 5 horas eu saía lá da casa onde eu trabalhava, no emprego. Pegava o ônibus, eu tinha que, chegava na cidade mais ou menos, quase 6, 6 e meia. Dependendo do caso. E até 8 horas, no máximo, eu tinha que entregar para todos os jornais.

Vanessa: Nossa.

Ligeirinho: Todos os jornais. Então eu tinha que correr.

Ligeirinho: Porque 8 horas fechava o jornal, então eu tinha que correr.

Vanessa: Aham.

Ligeirinho: E o meu patrão me dizia assim, me chamava de ligeirinho, ligeirinho. (risadas) E, e a gente. Eu andava muito rápido, muito rápido. Eu depois dos 85, 86 ou mais. Não faz muito tempo que eu comecei a, a moderar mais, sabe?!

Vanessa: Sim.

Ligeirinho: A descer escada com mais cautela. Saber onde eu piso, mas pode perguntar, continuar sua entrevista.

Vanessa: Ah, mas pode ir tá. Muito bom ouvir o senhor contar. O senhor **já vivenciou alguma situação em que o ambiente e a saúde interferiram**, né? Na sua qualidade de vida?

Ligeirinho: Se eu já, se eu já presenciei?

Vanessa: Isso.

Ligeirinho: Não sei não, se eu já presenciei, mas, deixa eu pensar né. Que o ambiente prejudicou?

Vanessa: Não, que influenciou. Tanto de ser algo bom ou de algo ruim.

Ligeirinho: Bem. Deixa eu pensar um pouco, né? Que eu já presenciei.

Vanessa: Pode pensar.

Ligeirinho: Eu, eu acho que, eu acho que não, não é necessidade de presenciar, sabe. Que é muito difícil a gente presenciar, presenciar. Mas a gente sente, por exemplo, que, quando a gente está em contato assim com a natureza. Com mais frescor como se diz.

Vanessa: Aham

Ligeirinho: A gente se sente melhor. Eu acho que a gente se sentindo melhor é uma prova de que a natureza, o ambiente. Por exemplo, o calor de Palotina, por exemplo. Qual é, qual é, porque que a gente tem necessidade de ligar o ar? Se a gente tivesse

mais, mais árvores em volta, talvez a gente sentisse mais frescor. Esse frescor te dava mais bem-estar, agora o que que acontece?. Palotina é um lugar quente.

Vanessa : É quente.

Ligeirinho: Eu acho que não tem muita nascida no centro né. Acho que falta, falta arborização ali no centro. Pra gente sentir mais frescor, né?

Vanessa: Sim.

Ligeirinho: Eu acho que isso daí já é uma prova, de que o ambiente influencia na saúde.

Vanessa: É, não, eu concordo com o senhor. Aqui não tem muitas árvores, né? Na verdade, até tem agora algumas das pequenininhas, né? Vamos ver se.

Ligeirinho: Mas precisava ter muito mais.

Vanessa: Mas precisava ter muito mais, realmente.

Ligeirinho: Muito mais, justamente pelo clima daqui.

Vanessa: É na rua da minha casa, por exemplo, que é uma rua pequena, né? Estreita né, de comprimento, tem acho que 3 árvores, só. De grande porte, né. E na frente da minha casa, assim, minha casa é alugada, né? E não foi eu que plantei, mas ela é pequenininha ainda, né? Então soma ali 4 árvores na rua inteira. Só, né? Então é muito pouco, né? Realmente fica muito quente.

Ligeirinho: Muito pouco. Eu acho que a árvore, a árvore, árvore é vida né.

Vanessa: Sim.

Ligeirinho: Árvore é vida. A gente já estudou desde quando a gente estava no grupo escolar. Que árvore é, árvore é, durante o dia, ela emite o oxigênio né.

Vanessa: Sim.

Ligeirinho: Então a gente às vezes, sente até falta de respirar por falta de oxigênio né. De, de, de, de diminuir o oxigênio no ar.

Vanessa: É sim. Sim.

Ligeirinho: Eu acho que faz falta. Por isso eu acho que as plantas, acho que é o Poder Público. Até mesmo o Poder Público não ta nem ai, né?

Vanessa: É, esse que é o problema, né? Quem podia mudar alguma coisa, não se importa.

Ligeirinho: Isso, se o Poder Público cuidar, né, da, cuidar da, cuidar da natureza, das plantas.

Vanessa: É.

Ligeirinho: É muito difícil, eles preferem agradar os, os municípios com outras coisas.

Vanessa: É, é, com renda financeira né? Principalmente, só. E em **qual local que o senhor mais gosta de estar?**

Ligeirinho: Qual o quê?

Vanessa: Qual lugar que o senhor mais gosta de ficar? Assim.

Ligeirinho: Dentro de casa ou fora de casa?

Vanessa: Qualquer lugar. Falo assim, se o senhor gosta de ficar, é na rua, em casa.

Ligeirinho: Eu gosto de diversificar (risos).

Vanessa: É? (risos) Não tem lugar preferido.

Ligeirinho: Eu gosto de diversificar. Eu gosto muito da minha casa. A minha casa, conforme o horário, né? Na minha casa por exemplo, nesse horário que nós estamos aqui, a tarde, onde o Sol é muito quente, principalmente no verão. Eu prefiro ficar dentro de casa. Mas hoje, aqui, por exemplo, fazendo essa caminhada, e essa sombra toda está muito gostoso. Tá muito bom, também sabe.

Vanessa: Tá, né?

Ligeirinho: Pena que não é sempre assim, né? Não é sempre assim a caminhada, caminhada que a gente faz. Não é sempre uma trilha, né?

Vanessa: É.

Ligeirinho: Aqui tem muita sombra, muito gostoso. Quando você me convidou para vir aqui. Eu pensei que eu fosse enfrentar um solão sabe, que eu estava até preocupado (risos)

Vanessa: Não, não.

Ligeirinho: Não pelo solão.

Vanessa: Sim, é porque de, desitratada mesmo.

Ligeirinho: Mas pelo calor, pelo calor.

Vanessa: O Sol é muito bom, mas também ele é perigoso, né?

Ligeirinho: É, perigoso para pele também né.

Vanessa: Sim.

Ligeirinho: Para tudo. Mas eu gosto. É de ficar em casa. Eu gosto de, que nem tô (*ocultado para preservar o anonimato*), eu gosto de aguar as planta, hoje já aguei la as plantas da frente de manhã.

Vanessa: Uhum.

Ligeirinho: Ontem eu aguei a tarde. Então dependendo do horário. É lugar onde a gente mais, é que eu mais gosto, mas eu gosto de tudo. Eu gosto de estar em casa,

eu gosto de estar trabalhando, gosto de fazer compra. Gosto de sair. Mas sempre procurando, a gente não, não se cansar e não se queimar muito.

Vanessa: É. E hoje, o senhor, vê **alguma relação entre sua saúde e o ambiente?**

Ligeirinho: Ah eu vejo sim, vejo sim. Eu acho que quando a gente ta num ambiente muito quente, muito quente, muito quente. E suando muito. A gente perde até noção das coisas, né? Eu acho. Então a gente tem que procurar ta num ambiente mais, com mais frescor. Pra gente poder sentir-se bem. E não tá suando desesperadamente, né? Eu acho isso. Eu acho que tá. E se o ambiente ta num ambiente com mais frescor. Se não tem planta, tem que ter um ar condicionado (risos)

Vanessa: (risos) tem que ter um ar. Nem ventilador está resolvendo, né? Tem que ter um ar.

Ligeirinho: Nem ventilador, nem ventilador. Então a gente, isso já é uma prova da relação da saúde deles com o ambiente. Porque a gente fica muito suado, muito suado, muito. E dá um desespero, desespero o calor pra mim.

Vanessa: É verdade, dá uma agonia, né? Muito grande.

Ligeirinho: É. Já é o ambiente né? Que a gente tem que procurar, relação da gente com o meio ambiente.

Vanessa: É, realmente. E o senhor acha que **é possível aprender sobre saúde e ambiente, fazendo caminhada?**

Ligeirinho: Se é possível aprender?

Vanessa: Isso. Aprender alguma coisa sobre saúde, ambiente?

Ligeirinho: Aprender com a gente mesmo ou com as outras pessoas?

Vanessa: Com a gente mesmo, ou com outras pessoas que o senhor acha que, pode também estar aprendendo, mas pode falar no pessoal mesmo.

Ligeirinho: Eu acho que é difícil a gente transferir para outra pessoa. O que a gente sente em relação ao meio ambiente.

Vanessa: Sim, realmente.

Ligeirinho: Logicamente a gente diria que desde, desde o ambiente escolar. Da nossa vivência escolar, fazer caminhada com as crianças. Explicando pra elas. Mas, eu particularmente acho que, que eu aprendo, eu aprendo aqui. Que a gente vive bem melhor. Quando faz essas caminhadas e principalmente essas trilhas, eu me sinto melhor. Agora em relação às outras pessoas. Difícil transferir, né?

Vanessa: Sim, exato.

Ligeirinho: Então as pessoas têm que sentir. Então a gente tem que trazer as pessoas pra caminhar né? (risos)

Vanessa: (risos) É verdade.

Ligeirinho: Pra quem não fez ainda, tem que, tem que procurar fazer.

Vanessa: Aham.

Ligeirinho: Porque não é todo mundo que faz não, viu?

Vanessa: Não. É eu tive bastante, né? Que nem o grupo que eu estou pesquisando são as pessoas acima de 60 anos, né. E aqui em Palotina é, divulguei né, bastante assim. E eu só consegui 2 pessoas né, que tiverem interesse, então.

Ligeirinho: Eles nunca tinham feito?

Vanessa: Não.

Ligeirinho: E o que eles acharam?

Vanessa: Ah, eles gostaram bastante também. Eles já tinham vindo aqui, né? Já conhecia, mas eles gostaram bastante de participar, né?

Ligeirinho: Ficaram sentado lá.

Vanessa: Hãh?

Ligeirinho: Eles vinham, ficavam sentado, e iam embora.

Vanessa: É, não, a gente veio caminhar também.

Ligeirinho: Não, não, é antes.

Vanessa: Ah, assim é fazer a trilha, não sei se eles chegaram a fazer.

Ligeirinho: É. É, mas é gostoso, é bom. Tem que fazer para, para sentir, né? Vanessa: A sim, é realmente. E acho que até qualquer pessoa, né, que quando sai para fazer caminhada, né? Uma questão hormonal mesmo, né? Que você se sente melhor, né? Depois de andar de fazer um exercício.

Ligeirinho: A é, a sente né. Inclusive no apetite né? Até no apetite.

Vanessa: É, uhum. Sim, que tem um gasto energético. E aí a última pergunta que eu tenho para fazer para o senhor é, o que é **bem viver para o senhor**, bem viver?

Ligeirinho: Bem viver. Primeiro é ter saúde, é o que eu falei, a saúde física, mental e social. Eu acho que bem viver também, envolve uma parte religiosa, sabe? Sem fanatismo. Vanessa: Sim.

Ligeirinho: Sem fanatismo. Eu acho que, eu por exemplo, eu sou católico. E eu acho que a religião faz parte. Sinto falta. A religião também, para o meu bem-estar. Eu acho que não é só a matéria, sabe?

Vanessa: Sim.

Ligeirinho: Eu acho que a parte espiritual também contribui muito para a elicidade da pessoa, sabe? Sem fanatismo, que eu falei. Porque eu sou católico. Procuro ser praticante. Mas dentro dos meus limites tambm. Mas a parte religiosa para mim, eu acho que, que nós temos essa relação com o cosmo também, né?

Vanessa: Uhum.

Ligeirinho: Porque tudo é um mistério, né Vanessa. Vanessa né?

Vanessa: É isso, Vanessa.

Ligeirinho: Vanessa acho que tudo na vida é um mistério, né?

Vanessa : Sim.

Ligeirinho: Então, não sei se devo contar a você. Eu, quando eu nasci. Eu sou de uma família que meus pais teve 12 filhos.

Vanessa: Bastante.

Ligeirinho: E pegou mais uma de criação. Então, essa que meu pai pegou de criação. Ela era muito amiga da minha irmã mais velha. Eles ficaram muito amigos lá no Paraná, no Paraná, lá no perto da divisa com São Paulo.

Vanessa: Sim.

Ligeirinho: Quando meu pai mudou pra Itapeva, essa menina de criação quis ir com minha irmã, ela era uma família muito pobre. Bem, conta a minha mãe, e essa minha irmã, que eu nasci e não podia ser nem batizado, não podia ser batizado porque nasci muito doente. Era uma doença que não, ninguém curava. Era uma câimbra de sangue que eu tinha. E no fim, quando eu tinha 6 meses, eu fiquei tão ruim, tão ruim, que eu fui batizado para morrer, para não morrer pagão. Às pressas, a minha mãe convidou um casal italiano. Que são meus padrinhos de batismo. Fui batizado para morrer. Depois que eu fui batizado, eu sarei. Então.

Vanessa: É, eu acredito muito.

Ligeirinho: Então sabe, Vanessa, eu acredito muito também para o bem-estar. Você falou o que é bem-estar, né? Eu acho que não é só o físico, social e o mental. Eu acho que é também é o espiritual, sabe? Eu não sei como é que as pessoas se, que dizem que não acreditam vivem. Que bem que, eu acho muito difícil a pessoa que fala que não tem nada espiritual ser verdade. Porque nós, nós temos uma, no fundo, nós somos também. Uma pessoa que tem esse contato com a natureza. Quando eu digo a parte espiritual, não é ser, não é religião, mas é esse, esse cosmo que nós vivemos. Tudo é um mistério, né? Se você for ver na vida toda, tudo é um mistério. Então eu acredito que, que a gente tem que ter esse dentro de nós, esse é contato com o

cosmo. O cosmo pode ser católico. Pode ser outra religião, pode ser, ou pode não ser nada. Pode ser só, até, até, até a natureza, né?

Vanessa: Sim.

Ligeirinho: A natureza também é uma religião, né?

Vanessa: É verdade.

Ligeirinho: Mas tem, a gente tem que acreditar nesse, nessa parte espiritual. Eu digo espiritual. Não ambiental. Porque o ambiental também tem esse contato lá, né? Tudo, tudo lá em cima. Então o bem-estar para mim é isso. Eu acho que eu sinto necessidade dessa parte espiritual de desenvolver. Não sei se cada vez mais, porque é tão profundo assim, essa, essa parte espiritual, mas a gente tem que se contentar com aquilo que a gente, sabe, né?

Vanessa: É, é verdade.

Ligeirinho: Se não, não é feliz também.

Vanessa: É verdade.

Ligeirinho: Mas eu acho que bem-estar é isso, viver bem é. É isso que você perguntou? Que que é bem-estar.

Vanessa: Isso, uhum.

Ligeirinho: Bem estar é isso. É, é ter a parte espiritual tamb[em desenvolvida, pra poder, para poder sentir-se bem, né? Eu me sinto bem assim. Cada um dentro da sua crença. Da sua realidade, mas eu acho que a gente vive para ser feliz, né.

Vanessa: É verdade.

Ligeirinho: Se não a gente vive, vai viver de que jeito?

Vanessa: Sim.

Ligeirinho: Tem que ter esse contato, essa. Bem, era a ultima pergunta?

Vanessa: Era, a última.

Ligeirinho: Dá pra gente ver mais ou menos, não?

Vanessa: Sim, tá, tá excelente isso que o senhor falou por último, agora foi, me tocou bastante assim no pessoal mesmo, né? Eu também sou, eu sou também, sou católica, né? Cresci, né? Numa família, nada de fanatismo também é, e.

Ligeirinho: É não pode ser fanático.

Vanessa: E agora ainda não consegui batizar a minha neném, aí eu sinto que falta isso ainda né. (*oculto para preservar o anonimato*) Então agora, a gente ta voltando nos trilhos, né? E aí a gente vai conseguir batizar ela nos próximos meses aí.

Ligeirinho: É, fui batizado também com 6 meses.

Vanessa? É, né? É então, ela acho que vai uns 8 meses, por isso que a gente vai conseguir, batizar ela. Mas é, e essa parte espiritual, né? Acho que é muito pessoal de cada um, né? E eu acho muito difícil alguém não sentir algo assim, né?

Ligeirinho: Isso que eu digo né, é difícil. É uma pessoa que fala que, que nega, né? Acho difícil. Acho que a negação é uma própria afirmação, né?

Vanessa: Exatamente, né? E assim, não falando assim de uma forma de, de crítica, mas eu tinha, né? Tem alguns colegas que se, que dizem não acreditar, né? Em, em algo espiritual assim, nesse sentido. Mas percebo uma tristeza muito grande nessas pessoas, né? Elas não, assim, não vou dizer que elas são tristes, mas eu percebo, né? Quando se fala isso.

Ligeirinho: É isso que eu digo viu. Que falta alguma coisa né.

Vanessa: exatamente que falta alguma coisa. Eu vou finalizar a gravação, então. Daí a gente vai conversando até terminar a trilha.

No trecho até a ponte, Ligeirinho continuou andando devagar, e em certo momento quase caiu ao tropeçar em uma pedra. Por sorte, eu estava perto e ele conseguiu se segurar em mim. Ao final, me relatou que não toma medicação sem prescrição médica, que se sente alguma dor ou incômodo, procura um médico, que prescreve medicações e solicita exames se necessários. Mas não vai a farmácia pedir remédio para dor na garganta por exemplo, prefere ir ao médico para examinar e prescrever a medicação correta. Me deu um exemplo, que todo ano faz xecape de exames de sangue, e em um deles a tireoide estava alterada e necessitou de uso de medicação, sendo a única medicação contínua que faz uso, aos 92 anos.

### **Transcrição “Erva”**

Erva: Então tem que falar tudo de novo?

Vanessa: Tem. Não, fala, eu vou lembrar depois um pouco, que eu esqueci, que gravou errado. E lá falou sobre saúde, né? O **que que é saúde** pra (*oculto para preservar o anonimato*), que a (*oculto para preservar o anonimato*) falou?

Erva: Saúde é o. A natureza. É bom pra, pro corpo, coração, os órgãos, ajuda bastante.

Vanessa: E ambiente? O **que que é o ambiente** pra (*oculto para preservar o anonimato*)?

Erva: Ambiente é, ambiente é preservar a mata. É as nascentes. Água limpa. Plantar árvores mais. Pra ter mais, uma natureza mais pura.

Vanessa: Aquele lago lá abastece daqui, ó.

Erva: Aham. Se não fosse essa mata aqui, não tinha essa água aqui.

Vanessa: É, isso é.

Vanessa: Cuidado que isso aqui, ele é meio mole. **E qual que é a relação entre saúde ambiente?** A *(oculto para preservar o anonimato)* acha que tem?

Erva: Ah, tem né. Se tem saúde o meio ambiente ajuda bastante. Trazer a, pra saúde, o meio ambiente é muito bom.

Vanessa: É *(oculto para preservar o anonimato)* tinha falado sobre, que a *(oculto para preservar o anonimato)* gosta de caminhar, quais são, na sua opinião, por que que é importante caminhar?

Erva: É importante pra saúde, pra, pro coração, pulmão essas coisa tudo é bom. A gente fica mais, parece mais leve.

Vanessa: **E como está sendo fazer a caminhada hoje?** A gente já está mais da metade da trilha.

Erva: Muito bom andar na trilha. Nunca andei na trilha assim, tô gostando bastante.

Vanessa : *(oculto para preservar o anonimato)* nunca andou assim?

Erva: Nunca entrei numa, num parque. É a primeira vez.

Vanessa: Ah, eu estou vendo aqui, ó, quando entrei na faculdade, eu fazia parte desse projeto. Se ainda for mesmo, de abelha.

Erva: De abelha?

Vanessa: Uhum. Logo que eu entrei, 1 ano, 6 meses depois. Mas fiquei pouco tempo também. *(oculto para preservar o anonimato)* acha **que caminhar aqui no parque é diferente de caminhar lá na cidade** ou andar na rua?

Erva: Ah é. Aqui é mais diferente, mais fresco, mais ar, mais puro.

Vanessa: Eu esbarrei em alguma coisa, me encheu de picão. *(oculto para preservar o anonimato)* tinha falado que antigamente não tinha formiga, né?

Erva: Não. Há uns 20 e poucos anos, 10 anos, que começou a aparecer formiga. Me lembro quando apareceu lá em casa. Ai começou alastrar e, em todo lugar tem.

Vanessa: É, ó, no caminho inteiro a gente vê bastante. Isso que passa bastante gente. E *(oculto para preservar o anonimato)* já vivenciou alguma situação em que a saúde ou o ambiente interferiu na sua vida? Assim.

Erva: Não

Vanessa: Que isso? (ela olha para algo no chão)

Erva: Ah é coquinho. A hora que vi achei que era gabioba.

Vanessa: **E em qual lugar que a vó mais gosta de estar?** De ficar, assim.

Erva: Eu, eu não sei responder.

Vanessa: Não, qualquer lugar, não precisa ser.

Erva: Gosto mais do sítio.

Vanessa: De ficar no sítio? Porquê?

Erva: Porque fui criada no sítio, nunca morei na cidade. Lá tem, gosto de mexer com as galinhas, com os porcos. Então a hora da gente passa mais rápido.

Vanessa: Eu já gosto de ficar na cidade.

Erva: É, voce gosta da cidade, eu já não gosto.

Vanessa: E na sua vida hoje, **qual é a relação que tem entre a saúde e o ambiente**, que (*oculto para preservar o anonimato*) vive?

Erva: Ah, que que eu posso falar? Única coisa que eu gosto de andar na mata, que eu conheço bastante erva. Que faz remédios.

Vanessa: Quais ervas que?

Erva: Tem o cipó-minhome, tem erva de bicho. Tem, tem muitas ervas.

Vanessa: Para que que serve cipó?

Erva: Cipó-minhome, serve para verme. Melão, São Melão Caetano também serve para, pra muita coisa.

Vanessa: Isso aqui, é cipó-minhome?

Erva: Não, cipó-minhome é, é cascudo assim.

Vanessa: Ah, é, lembrei. (*oculto para preservar o anonimato*) Erva:

Cipó-minhome?

Vanessa: É.

Erva: Tem na beira do rio. Argila do rio também é bom pra várias doenças. Tirar fungo, bactéria. Café de bugre, café de bugre é uma frutinha.

Vanessa: Pé do que?

Erva: CA-FÉ-DE-BU-GRE

Vanessa: Ah, Café de bugre.

Erva: É, é uma frutinha assim, aquela colenta. E também serve pra remédio, pra desintoxicar de veneno.

Vanessa: Uhum.

Erva: (*oculto para preservar o anonimato*) Vanessa:

Pra que?

Erva: Pra desintoxicar, tava intoxicado de veneno.

Vanessa: Aquela vez que ele tinha muita dor de cabeça?

Erva: Ah não lembro, acho que foi.

Vanessa: E o que que a (*oculto para preservar o anonimato*) acha que é possível aprender caminhando, sobre meio ambiente e saúde?

Erva: É bom pra mente né. Vai andando no meio das árvores. Se distrai, olha as árvores. Então a mente vai ficando melhor.

Vanessa: Mais leve.

Erva: Mais leve. Esquece dos problemas.

Vanessa: A (*oculto para preservar o anonimato*) não tem problema (risos) Erva: (risos) Não, não tem não.

Vanessa: **E o que que é bem viver** pra (*oculto para preservar o anonimato*)? Erva: Bem-viver? Ah, comer bem, vestir, sem fazer extravagâncias. Que a saúde, protege mais.

Vanessa: Então era isso (*oculto para preservar o anonimato*). Só umas perguntinhas.

Erva: Aqui é outra trilha?

Vanessa: É aqui, acho que só dá a volta ali.

Erva: Aqui vai sair lá na ponte?

vanessa : Vai . De pergunta, era isso.

Erva: Tá ligado ou você desligou?

Vanessa: Não, eu deixei ligado. A vó quer que eu desligo? Eu desligo.

Erva: Não, pode deixar.

Vanessa: Se (*oculto para preservar o anonimato*) quiser falar mais alguma coisa, tá? Cuidado cair aqui, hein.

Erva: Também tem pedra.

Vanessa: Uhum, tem muita raiz. Já ta chegando lá.

Erva: Deixa eu ver essa planta. É João Burandir . Isso aqui é João Burandir.

Vanessa: Pra que que serve isso?

Erva: Ah, é um remédio também, mas pra que que serve eu não sei. Minha finada mãe usou pra coceira, fazer o chá.

Vanessa : Coceira?

Erva: É, alergia, ela tinha alergia. Não vi cipó-minhome.

Vanessa: E tem muita samambaia aqui, ó.

Erva: É, samambaia também é.

Vanessa: Bom era se pudesse levar uma mudinha né (risos) Erva:

Samambaia é bom para fazer, arranjo né?

Vanessa: (*oculto para preservar o anonimato*) Erva:

Lá no sítio nós tem.

Vanessa: Tem?

Erva: Tem.

Vanessa: Se o pai vir aqui vai querer pescar.

Erva: Legal aqui, né?

Vanessa: É, não é uma pontinha de madeirinhas.

Erva: É a terra né. Não pode pescar?

Vanessa: Não, aqui não pode.

Erva: Talvez colocaram peixe, peixe.

Vanessa: Acho que já tinha, né? E aí, só não pode mais pescar.

Erva: A lá a arteira, ta sentada no meio das pedras.

Vanessa: Só não sei se eles tiram, pra não aumentar muito.

Erva: Ah, talvez eles jogam só, peixe da.

Vanessa: Não, mas eles não podem jogar peixe aqui.

Erva: Porque?

Vanessa: É os que tinha, porque aqui é uma reserva, então você não pode mexer.

Erva: eu sei, mas talvez colocaram alguma, alguma variedade de.

Vanessa: É. Não sei, daí.

Erva: Que talvez não tinha, né? Tem uns que tem né.

Vanessa: Ó, tem um monte ali. Eles jogaram ração, agora há pouco.

Erva: Eles tratam?

Vanessa : Sim, trata.

Erva: Então tem peixe.

Vanessa: Não, mas está, está cheio de peixe aqui.

Erva: Então deve ter traíra, porque traíra, é uma.

Vanessa: Tem dourado, que um dos, dos.

Erva: Então dourados eles jogou.

Vanessa: Das pessoas que eu fiz entrevista, conhece aqui, falou que tem bastante dourado, carpa.

Erva: Então foi jogado carpa, dourado, esses uns, são eles que joga, né.

Vanessa: Tem gente que vem e fica, dá pipoca, pão, pros peixinho, pra eles pular. Devia ter trazido para neném, olhar. Quando eu estava grávida, aquelas fotos que eu tirei, nós tirou aqui.

Erva: A (*oculto para preservar o anonimato*) não, não anda aqui.

Vanessa : (risos) Não.

Erva: Foi feita a represa né? Aqui, eu acho.

Vanessa: É. Então tá, vou parar a gravação. Obrigada.

Erva: De nada.

### **Transcrição “Satisfação”**

Vanessa: Então né, deixa eu explicar para a senhora de novo. É que a gente vai fazer, uma caminhada, né, no parque ali dá toda a volta. Aí se chegar num ponto e a senhora, como a gente já andou um pouco, né? Se a senhora quiser voltar, aí a gente volta.

Satisfação: Aham.

Vanessa: É, e aí eu vou fazendo umas perguntas para a senhora. Aí depois, lá no carro eu vou pedir que a senhora, pra assinar um documento. Era até pra assinar antes, né? Satisfação: Aham, é.

Vanessa: O documento é só garantindo, né? Que eu não vou divulgar seu nome, nada disso, né? Vai usar exclusivamente para pesquisa de mestrado também.

Satisfação: Uhum.

Vanessa: O meu mestrado é em educação, né. Aqui na, na UFPR de Palotina mesmo. E aí, e aí tem algumas perguntas que, e a gente vai conversando, né? Se a senhora quiser perguntar alguma coisa também, fica a vontade. E para a gente começar **o que é saúde pra senhora?**

Satisfação: O que que é saúde? É está bem-estar com a gente, né? É a gente tá bem. A gente ter, ah, tem que ter saúde para a gente, né? Saúde é tudo de bem, tudo de bom pra gente. Se a gente não tiver saúde, a gente não consegue fazer nada, né?

Nem isso que a gente tá fazendo, conseguia, né?

Vanessa: É, nem andar direito.

Satisfação: Nem andar.

Vanessa: É se a gente não tiver saúde, nada vai pra frente, né? Tudo empaca.

Satisfação: Nada, tudo empaca. Saúde é tudo em primeiro lugar.

Vanessa: E ambiente? **Que que é ambiente** para a senhora?

Satisfação: Ó, o ambiente, eu acho assim. A gente ter que ter um ambiente bom, ambiente social, com a família com tudo, né? Pra social, um bem-estar para a sua vida, né? Que é isso.

Vanessa: Estar bem com os amigos.

Satisfação: Os amigos, né. Com os vizinhos, né?

Vanessa: Ah, verdade.

Satisfação: É importante, é os vizinhos também, né?

Vanessa: Sim.

Satisfação: Eu sempre falo que o sal, o primeiro sal é dos vizinhos, porque às vezes, na hora de um desespero, uma coisa, a gente corre aonde? Nos vizinho, né? Porque parente das vezes estão todos longe, né?

Vanessa: É difícil, né? A gente morar pertinho um do outro né, quando é parente.

Satisfação: É difícil. Então, os vizinhos é o primeiro sal.

Vanessa: Verdade. É, eu não tinha parado para pensar nisso, né? Que, as vezes a gente precisa de alguma coisa, corre na (*oculto para preservar o anonimato*).

Satisfação: É, até numa doença, num socorro. Uma hora acontece qualquer coisa.

Que que você grita? É o vizinho né?

Vanessa: Sim, é.

Satisfação: É o vizinho.

Vanessa: É verdade. **E qual que é a sua percepção sobre saúde e ambiente?** Que que a senhora acha sobre saúde e ambiente juntos.

Satisfação: O que que eu acho? Eu acho que a gente pra gente participar do ambiente, a gente tem que ter saúde, né? Não é? Porque se a gente não tiver saúde, a gente também não participa de ambiente nenhum. Num vai numa festa, num visita ninguém, né? Porque se você estiver acamado ou qualquer coisa, você tem que ficar por ali, né?

Vanessa: É verdade.

Satisfação: Então tem que ter saúde, saúde.. Penso eu, né?

Vanessa: Sim. Não, é não tem certo, não tem resposta certa. Não tem resposta errada tudo é. É realmente que a senhora acha né, e eu concordo aqui, né?

Satisfação: Né? Se você não tiver saúde, você não é, você não vai até as pessoas, você não conversa, você não participa da sociedade, nada, né? Tem que estar bem.

Vanessa: E a senhora acha que **saúde ambiente tem relações**? E qual a relação que elas têm?

Satisfação: Saúde e ambiente, tem relações, se fala?

Vanessa: Isso.

Satisfação: Ai, eu acho que tem né (risos). Tem né.

Vanessa: Quais? (risos)

Satisfação: Quais? É assim, ó, que nem nós falamos tudo isso ali. Se a gente não tiver, ambiente com as pessoas, com as famílias, com tudo. Se a gente não tiver saúde, a gente fica isolado, né? A gente não tem saúde se a gente não tiver, o ambiente junto. A gente não tem, né? É, a gente não, não vai pra frente, né? Não consegue.

Que precisa de ter, né, um ambiente bom. Que eu posso falar para você, é isso aí.

Vanessa: Sim. E a senhora gosta de fazer caminhada, costuma andar?

Satisfação: Olha, eu não sou muito de caminhada, não. Nunca fui muito fã de caminhada não. Eu faço o meu exercício em casa. Pouca coisa assim, mas caminhada, caminha. Caminho, nossa, vou fazer minhas coisinhas, às vezes caminhando, né, não saio só de carro, mas caminhada assim, aquele ritmo caminhado todos os dias, tirar esse tempo, não.

Vanessa: Sim. Tirar aquele horário pra sair.

Satisfação: Não caminho, não.

Vanessa: E como **que está sendo fazer essa caminhada**?

Satisfação: Ai, bom, gostoso. É diferente, né? Foi uma manhã diferente com a gente, assim. Muito bom.

Vanessa: Que bom. E a senhora falou que não costuma fazer muito, mas a senhora sabe quais são os benefícios de fazer uma caminhada? De, de, de ter, não de sair para caminhar, mas o fato de movimentar o corpo, do andar.

Satisfação: Mas sim. Porque eu nem faço, mas já fui recomendada por médico para mim sair, tipo para circular, circulação né. Que nem eu fiz cirurgia da minhas varizes, médico mandou caminhar direto até vou ter que começar a caminhar. Porque agora depois que eu fiz uma cirurgia ele fez a, to fazendo aplicação, né?

Vanessa: Uhum.

Satisfação: E ele falou que vai me ajudar bastante nas caminhadas, então eu vou ter que dar um jeito de fazer umas caminhadas nas quadras lá. Ele falou que ajuda bastante a circulação do sangue, do coração, né? Pra vários tipos de coisa.

Vanessa: Sim.

Satisfação: É muito bom. A gente sabe que o exercício físico é tudo hoje em dia.

Vanessa: É, isso é. Eu acho que para a mente também né. Pra gente dá uma.

Satisfação: Para mente, ó, portanto, que quando a gente está nervosa a gente sai, não sei se para você, já aconteceu várias vezes pra mim. Você sai, deixe, sai, quando você volta, você tem mais ânimo para fazer. É você está ali nervosa, você não consegue fazer as coisas, né?

Vanessa: Uhum.

Satisfação: E daí você dá uma caminhada, você volta. No que você volta, você está bem, né?

Vanessa: É, verdade.

Satisfação: Então, eu acho assim, que a caminhada é para tudo essas coisas, né?

Circulação, para até, por nervosismo da gente, uma terapia.

Vanessa: É, uma terapia.

Satisfação: Terapia. A gente por certo, teria que fazer.

Vanessa: É eu, até né, estava no caminho, a gente tava falando, né, que eu sou muito estressada. E assim a gente, na correria do dia a dia, a gente não tira esse tempo né, pra andar.

Satisfação: Não.

Vanessa: E quando a gente está aqui, né, tão gostosinho aqui.

Satisfação: Nossa, você até esquece né, das coisa, né?

Vanessa: É, olha, quanto tempo que não chove. Olha como tá o chão, molhado.

Satisfação: É, molhado, verdade. Umedecido o ar, respirar assim, parece que até gostoso, né?

Vanessa: Sim, é.

Satisfação: Respira maravilhoso, bem gostoso.

Vanessa: E **como está sendo fazer essa caminhada hoje?**

Satisfação: Ai, muito bom, nossa, bom mesmo. E fiquei grato você ter me convidado. Assim, pra eu fazer.

Vanessa: Ai, que bom. Ai eu que agradeço, porque olha, nossa, é tão difícil encontrar. Porque o meu projeto, acho que eu não falei para a senhora, mas é de trabalhar com idosos mesmo, idosos assim, acima de 60 anos já é considerado, né? Idoso.

Satisfação: Hum. Geriátra então você ta fazendo?

Vanessa: Não, não, é em educação, mas aí.

Satisfação: Ah, é educação.

Vanessa: Para eu saber o que a, a, as pessoas idosas, né? Tem de, é, o que que acham né? Sobre saúde e ambiente, né?

Satisfação: Ah ta.

Vanessa: E eu tive muita dificuldade em encontrar, né, pessoas. Eu já fiz com 4 pessoas, mas precisava de mais uma. Eu até ia fazer (*oculto para preservar o anonimato*). Mas aí, como a vizinha, volte e meia tá doente, né? Aí acabou não dando certo. Aí a minha avó falou assim (*oculto para preservar o anonimato*) quem sabe ela vai. Aí deu certo aí, que bom que a senhora veio.

Satisfação: Não, eu falei nossa. E que bom que foi hoje, que se fosse da vez outro dia que nem sexta já tem médico né, do meu marido para ir. Você falou que é de sexta e terça?

Vanessa: Segunda e Quarta.

Satisfação: É, e quarta eu também não podia vim. Segunda-feira que eu tava meia livre. Mas é assim, que bom deu no dia certo? Chamou, né? É, eu agradeço, nossa.

Vanessa: E eu também, demais.

Satisfação: Então, com isso, a gente vai aprendendo e foi muito bom, foi uma manhãzinha assim, gostosa. Umas horinhas maravilhosas, né?

Vanessa: Aham. E a senhora **acha diferente caminhar aqui e de caminhar na cidade**, mesmo que for pra sair pra fazer alguma coisa assim?

Satisfação: É aqui você veja que é livre, né? É um espaço livre, né? Você está aqui, você, nossa, você está vendo, você a paisagem é linda. O lugar assim não precisa ter tanto perigo das coisas. A cidade já tem que andar com mais jeito assim com mais né, mais cuidados, né?

Vanessa: É, uhum.

Satisfação: Mas.

Vanessa: Atravessar a rua.

Satisfação: Atravessar a rua.

Vanessa: E às vezes assim, né? A gente toma cuidado e o outro não, e aí.

Satisfação: E pessoa idosa, você sabe. Hoje já não enxerga tão bem, né? Tem que ter óculos (risos)

Vanessa: Ah mas até novo. Até novo usa, mas a pessoa idosa já é mais fase né. Já é mais comum, né? Já né.

Satisfação: Mas aqui é gostoso, aqui você nem vê passar, né? Você anda um bom tanto e nem veja, né?

Vanessa: É.

Satisfação: Gostoso.

Vanessa: Até se a senhora quiser voltar já, que a gente tem que andar mais um pouco se quiser completar tudo.

Satisfação: Mas vai voltar? É passar por aqui ou andar mais pra lá?

Vanessa: Não. É dá toda a volta por lá assim. Aí, se a senhora quiser voltar, daí já fica mais perto. Aí a senhora que sabe.

Satisfação: Se que sabe. Se o se vê que dá até aqui.

Vanessa: Não, é se a senhora conseguir andar.

Satisfação: Não, sim, eu consigo.

Vanessa: Se tiver. A senhora falou tem, é fazer sua cirurgia das varizes né, às vezes dói as pernas.

Satisfação: Não, não dói.

Vanessa: Ah, então vamos. Ali a gente vai passar por uma ponte, tem a nascente, né? E a gente vai conversando. E, e a senhora **já vivenciou alguma situação em que a saúde e o ambiente interferiram na sua vida?**

Satisfação: Não. Assim, saúde e ambiente interferiram na minha vida? Não, não, não.

Vanessa: Então, que bom, então, né?

Satisfação: Em situações assim, né? Não.

Vanessa: Uhum. Ó barulhinho da água.

Satisfação: É, ai que delícia, né? Ó esse barulho dessa cachoeira já lembra os passados, coisa gostosa, né?

Vanessa: Aham.

Satisfação: É um tempo, a gente andava muito assim, né?

Vanessa: É?

Satisfação: É. Nossa, era a trilha, era matos, assim, andava bastante no meio do mato. Hoje em dia a gente não faz mais isso aqui, é muito pouco de.

Vanessa: Difícil né?

Satisfação: Difícil.

Vanessa: Cuidado escorregar, que, que é meio liso.

Satisfação: Olhe que água limpinha, né. Nossa, que maravilha.

Vanessa: Vou tirar uma foto.

Satisfação: A vez que nós veio estava bem suja assim, turva né. Chuva né Vanessa: É? Ah sim, agora.

Satisfação: Se ve a água, agora não está chovendo por uns dias, né?

Vanessa: Senhora, quer segurar aqui?. Meio molenga, essa escada aqui.

Satisfação: É, essa parte de cima tá. Ai, que delícia, né?

Vanessa: Friozinho né? Estava tão calor.

Satisfação: É, sim chega ta até gostoso.

Vanessa: Teve um dia que eu vim e aqui nessa parte aqui, estava cheio de água, aí a gente precisou dar toda a volta e ficar pulando ali. (*oculto para preservar o anonimato*).

Satisfação: Sim. Que veio aqui?

Vanessa: É.

Satisfação: Meu Deus.

Vanessa: Mas ela falou que ela era serelepe, que ela sempre tem muita atividade para fazer de dança, academia, mas.

Satisfação: É, tem umas que é.

Vanessa: Mas eu fiquei morrendo de medo dela cair ali.

Satisfação: Ai tem uma senhorinha que elas participam de tudo né. Eu vejo no clube de mãe. Ali eu tenho a (*oculto para preservar o anonimato*) ela mora ali na quarta rua (*oculto para preservar o anonimato*). Gente, ela tem 83 anos. Você não fala que ela tem 83 anos. É, mas vai quase todos os dias para o centro a pé.

Vanessa: Nossa.

Satisfação: Ela volta, faz as coisinha dela, e a cabeça dela. Eu queria que você visse. E ela não é uma mulher assim, ela é bem sofrida, sabe?

Vanessa: Aham.

Satisfação: Mas ela participa de tudo, ela participa do clube de mãe, ela participa do, do baile do vovô. Ela é viúva há muitos anos né. Então ela participa do clube do vovô. E fica muito ativo essas pessoas né. Eu já não participo. Meu marido nunca gostou de participar.

Vanessa: Ah eu acho que quando eu chegar, depois de 50, também vou ser uma velhinha que fica no sofá fazendo crochê e bordando, por que (risadas).

Satisfação: (risadas) Ah eu não sou muito não sabe, nem de visitar as pessoas. Eu não sou muito, acredita. Mais em casa, gosto de conversar, bastante.

Vanessa: Aham.

Satisfação: Mas assim, sair assim, eu não sou muito.

Vanessa: É, de sair eu também. (*oculto para preservar o anonimato*) Satisfação: Então.

Vanessa: Gosta de ficar dentro de casa, aí eu saio assim, né? Trabalho e tal, né? Mas e com a neném, mas.

Satisfação: É tem outra vida hoje.

Vanessa: Se eu pudesse, eu ficava também.

Satisfação: Eu não sou muito de ficar batendo perna. Assim, eu falo perna, né? Mas não sou muito não. Assim, faço minhas coisinha.

Vanessa: Aham, sim.

Satisfação: Faço o meu crochêzinho. As coisas, quitute de casa eu que faço, é difícil, muito eu comprar. Faço pão, essas coisas assim.

Vanessa: Uhum. Ai eu gosto de cozinhar também. O, o dia a dia, não sou, não gosto muito, né? Mas de fazer as coisas, assim, eu às vezes, eu gosto de fazer.

Satisfação: Aham, é, a casa pra gente é tudo de bom. Se a gente se sente feliz, né?

Vanessa: Sim.

Satisfação: É muito bom.

Vanessa: Já que a gente está falando assim, **qual lugar que a senhora mais gosta de estar**, de ficar?

Satisfação: Ah, é na minha casa, assim, nossa. Se souber outro lugar, gosto das vezes, passear também, viajar. Já viajei, né? Bastante, mas. Ai, fico louca. Quando chega assim pra vim para minha casa, recanto meu, a minha casa, curtir a família, os netos, né?

Vanessa: Aham.

Satisfação: Tudo de bom. Não tem lugar melhor.

Vanessa: Aí eu também gosto, de ficar em casa.

Satisfação: Eu gosto.

Vanessa: E hoje em dia, **qual que é a relação do ambiente e a sua saúde?**

Satisfação: Hoje? O meu ambiente está bom. Ambiente meu está bom, a minha

saúde, que das vezes hoje em dia vou fazer 64 anos, né? Já está meio assim. Não que esteja, mas já sempre já estávamos com probleminhas, né?

Vanessa: É, a gente sempre tem alguma coisa.

Satisfação: Alguma coisa tem, né? Mas saúde assim, graças a Deus ainda está, está bem, fora essas coisinha assim. Só que mudou, né?

Vanessa: Como assim, mudou?

Satisfação: Mudou pra. A gente hoje em dia tem mais assim, tem uma gripe, tem uma né, mas muito, tá bem. O ambiente ta maravilhoso

Vanessa: E a gente está aqui, caminhando, conversando sobre saúde, sobre o ambiente. A senhora **acha que é possível aprender** alguma coisa com isso que a gente tá, conversando, andando.

Satisfação: Olha, não é impossível, não. Porque é que nem eu falo. Que nem eu acabei de falar pra você antes. E eu não tenho esse, essa visão de caminhar, né? E gostar de caminhar, mas tô vendo que eu já tenho que fazer uma caminhadinha. Sair de dentro do meu conforto, do sofá, né? já vou precisar (risos). Na verdade, eu já teria que estar fazendo, né?

Vanessa: Já começou hoje, então.

Satisfação: É, já comecei hoje.

Vanessa: Já pode falar para o médico. "Comecei sexta-feira caminhar" Satisfação: Já dei uma andada.

Vanessa: Uma boa caminhada né porque a gente andou ali até chegar aqui, agora fazendo a trilha.

Satisfação: Já. É falta de costume, né. Voce sair.

Vanessa: É que o nosso corpo não foi feito para se exercitar assim, né. Se a gente esperar vir a vontade, a gente não vai.

Satisfação: É, não vai.

Vanessa: Eu mesmo estou falando que vou voltar pra academia tem, desde março, que estou falando, até hoje não fui lá fazer matrícula. O dia que eu fui estava fechado. Eu falei "olha não é para eu vim" (risos).

Satisfação: (risos) É, mas você veja, o seu tempo também, não é. É curto, se for olhar né? Porque, ó, você tem criança pequena, você trabalha fora, né?

Vanessa: Aham.

Satisfação: Não é fácil, né? A gente fala. E para fazer isso aí, você tem que ter disponibilidade, né? Pra fazer.

Vanessa: Sim.

Satisfação: Agora, no meu caso, não. É eu e meu marido, a gente fecha e sai. É falta mesmo de pegar e ir né.

Vanessa: Sim.

Satisfação: Mas é como diz, a gente se acomoda demais.

Vanessa: É o conforto é bom né.

Satisfação: Vishi, tudo de bom.

Vanessa: Ai ai, e a sua casa é novinha, né? É tão gostoso curtir.

Satisfação: É o que eu ia falar, curtir minha casa, então agora está bem, né?

Maravilhoso. O ambiente está bom. Recebe os filhos, tudo tranquilo, muito bom.

Vanessa: **E o que é bem viver para a senhora?**

Satisfação: Ah, o bem viver, a gente, viver, viver bem com todos né. Com a família, viver bem com a gente mesmo. Primeiro a gente eu acho, né?

Vanessa: Sim.

Satisfação: Porque se a gente não tiver bem também, a gente não transmite isso aí para as, pra ninguém, né? Porque você pode ver se a gente não tá bem, a gente não passa essas coisas pros outros, né? Você pode ver, uma pessoa quando tem problema, tadinha ela está ali, ela só reclama, né? Então não tem nem como. Então a gente tem que estar bem, mesmo com a gente mesmo.

Vanessa: Pra depois de poder passar pro outro, né? Se não, a gente acaba até passando negatividade.

Satisfação: Passar pro outro. Isso, e se você não estiver bem, você não passa.

Vanessa: Mas era isso de pergunta que eu tinha pra fazer pra senhora. Acho que foi muito bom, é, vai me ajudar bastante na minha pesquisa e a gente termina a trilha tá chegando ali já, na, na ponte.

Satisfação: Ah espero que vai te ajudar, né.

Vanessa: Vai sim com certeza. Que bom, agradeço.

Satisfação: Que bom, agradeço.

Vanessa: Uma conversa muito gostosa de fazer, caminhada.

Satisfação: Foi muito bom, mesmo. Muito, muito bom.

Vanessa: É bom que que é silêncio, né, pra gente andar até assim. É que fica longe da cidade, né? Pra gente, vim direto, né?

Satisfação: Isso, pra deslocar né.

Vanessa: Mas é um lugar tão gostoso de fazer uma, caminhada, anda.

Satisfação: Nossa, maravilhoso. Olha que gostoso, né? Você nem cansa, você nem, né?

Vanessa: Sim. É agora a gente já está indo na descida, né?

Satisfação: Isso, ajuda daí também.

Vanessa: Lá era subida, aqui já está na descida.

Satisfação: Mas é gostoso, nossa, muito bom. Nossa meu netinho ia adorar, porque ele adora essas coisas assim, verde, mato, sítio. Se fosse por ele, ele ia direto pro sítio.

Vanessa: É, criança que mora na cidade gosta muito de sítio né?

Satisfação: Do sítio. Nunca vi. Vê bicho né. Coisa linda.

Vanessa: É, aí minha filhinha também, quando eu, a gente vai para o sítio, já ponho ela na terra, deixo ela brincar, vai ver os bichinhos, eu mesmo quando ela nasceu, não via a hora dela fazer 6 meses, ficar bem durinha, sentadinha, pra por ela na terra.

Satisfação: Aí, melhor coisa. Coisa gostosa. E não tem coisa melhor, porque antes a gente criava os filhos tudo nesse, tudo desse jeito, né? Quase não tinha nada de problema de doença nem nada, né? Mas hoje em dia, as coisas também mudou muito, até na alimentação que você come, já tem problema, né? Então, isso aí manda muito.

Vanessa: É hoje está muito, muito agrotóxico na, nas coisas. E, e também, né, se não passar não produz e, é em larga escala né, em pequeno produz, né? Mas se quiser comer sem agrotóxico, tem que ir na feirinha de quarta-feira.

Satisfação: Ah, isso, verdade.

Vanessa: Você vê pelo tamanho da cenoura, né?

Satisfação: Isso, tem diferença.

Vanessa: Cenoura de mercado é enorme, da feirinha é pequenininha.

Satisfação: Pequeninha. É porque não tem produto nenhum né, assim de veneno nem nada. E é mais caro também para a gente consumir, né? É mais caro.

Vanessa: Aí, aqui é meio perigoso de passar. Muita Pedra, né, raiz.

Satisfação: Nossa, que pau pobre para samambaia, para as coisas né.

Vanessa: Oi?

Satisfação: Pau pobre pra samambaia, que coisa linda.

Vanessa: É.

Satisfação: Pras flores.

Vanessa: Chegou já. A senhora já tinha andado aqui na trilha?

Satisfação: Já. Uma vez sim, mas faz muito tempo. Muito tempo mesmo.

Vanessa: É eu mesma, eu vim para Palotina em agosto de 2016, né? E aí acabei ficando, né? Casei, fiquei por aqui, trabalhando e. Eu comecei vim aqui, a primeira vez que eu vim quando eu vim fazer as fotos de grávida.

Satisfação: A sei, aham.

Vanessa: Então tem um ano que eu comecei vim, né? E, o, eu fiz biologia, né? Então, eu tinha meio que obrigação de vir aqui, né, antes. Mas acabei não vindo. Aí agora que, aí falei assim assim, vou aproveitar o mestrado para, para ir lá.

Satisfação: E é gostoso né. Nossa meu genro adorava vim aqui, sabe? Ele trazia as crianças.

Vanessa: É? É que é um lugar gostoso né.

Satisfação: Um lugar gostoso, né? Ele trazia pão para jogar pros peixe, que tem um peixe lindo né.

A bateria do celular acabou, mas agradei a participação

## APÊNDICE 4 – UNIDADE DE SENTIDO, UNIDADE DE SIGNIFICADO E CATEGORIZAÇÃO

UNIDADE DE SENTIDO	UNIDADE DE SIGNIFICADO	CATEGORIZAÇÃO
O entrevistado dirigia o olhar em busca de novas descobertas, em especial da planta palmeira. (P1)	Dirigia o olhar em busca de plantas	Atencionalidade
<i>Saúde é tudo, é tudo. O que você faria sem saúde? Tudo que uma pessoa pode desejar, é saúde. Não adianta ter dinheiro. Não adianta ser pobre, ser rico, se não tem saúde, não tem nada</i> (P2)	Saúde é importante, é o principal	Presentidade
É necessário cuidar do ambiente que estamos imersos, desde a casa em que se habita até a natureza. (P3)	Zelo pelos ambientes	Presentidade
O participante expõe a necessidade de construção de políticas eficazes, e comento sobre essas políticas com ele, que no mesmo momento afirma não confiar em políticas, pois de acordo com ele, os governantes “só veem o lado deles”.(P4)	Governantes não investem em políticas voltadas ao meio ambiente	Ética
Palmeira comenta que o Parque não é completamente natural, pois tudo de bom que havia ali foi retirado para construções e comércio no início da construção da cidade de Palotina. (P5)	A vegetação do Parque foi explorada no início da construção da cidade	Ética
<i>se você não tem saúde, não tem ambiente (...), se você tem um ambiente bom, você tem saúde (...) Porque (...) o pessoal fala assim “é porque lá na favela, o povo é doente”, mas é doente por quê? O ambiente deles é ruim. Não tem praticamente nada. E aí, já quem tem um ambiente bom, já tem (...) saúde melhor</i> .(P6)	Condições de saneamento básico interferem na saúde e no ambiente	Ética
O entrevistado comenta que sua infância foi difícil, desde os 10 anos não frequentava mais a escola e acompanhava sua família para o trabalho rural, além disso, “morava mal, comia mal, sabe, dormia mal porque tinha que trabalhar muito”. (P7)	Evasão escolar e excesso de trabalho, sem direito a lazer.	Ética

<p>Perguntei a ele sobre sua experiência em realizar aquela caminhada naquele momento, e o mesmo relembra com emoção o dia em que visitou o Parque</p>	<p>Recordações de um passeio com sua filha e os acontecimentos.</p>	<p>Presentidade</p>
<p>com sua filha, que na época estudava Engenharia Ambiental. Ainda relatou que encontraram uma serpente no mesmo percurso em que estávamos no momento, uma jararaca, conhecida na época como Urutu. Essa fala de Palmeira me lembrou de meu pai, que conta que há muitos anos era muito comum o aparecimento de serpentes Urutu, e compartilhei isso com ele. (P8)</p>		
<p><i>Esse é um negócio que a prefeitura com o meio ambiente, você que vai entrar nesse caminho, tinha que fazer no município todo. (...)Por que você vai lá, onde é que ela nasce, limpa, bem limpinho, aí vai colocando pedras, cimento com terra, e vai arrumando, para ela nascer e sair limpa para nenhum bicho (...) mexer lá e estragar. (...)E aqui, ó, essa água, é pura, no meio das pedras (...). Tem que preservar mesmo. (P9)</i></p>	<p>Políticas públicas para preservação do meio ambiente, especialmente as nascentes.</p>	<p>Ética Atencionalidade</p>
<p>Nesse momento, uma borboleta azul voa sobre nós e eu comento sobre a espécie ser difícil de encontrar, e o participante faz uma crítica ao uso de agrotóxicos, que desde que o uso passou a ser desenfreado, pouco se vê/escuta certos animais, como a rã, formiga, vagalume, cigarra, borboleta. (P10)</p>	<p>O uso desenfreado de agrotóxicos interfere na população de certos animais.</p>	<p>Ética Atencionalidade</p>

<p><i>Viver bem. Primeiro lugar, você tem que ter saúde. Se não você não vive bem. Ai você tem que ter um lugar que é onde você pode chegar, dormir bem, comer bem. Ter um bom convívio. Uma relação fácil (...) entre amigos, entre (...) o pessoal que você convive, né?! Você tem que sempre tá bem, porque se você tem atrito com alguém, você (...) não vive bem (...).Estar com as contas em dia, isso também faz bem. (P11)</i></p>	<p>Ter saúde, lazer, bom convívio, amigos, dinheiro.</p>	<p>Ética Presentidade</p>
<p>Ouvir ele contar sobre histórias do lugar, reconhecer plantas, comentar sobre sua vida pessoal, me fez questionar sobre minha vida, é como se eu estivesse conversando com meu avô. (P12)</p>	<p>Recordações afetivas e sentimento de correspondência.</p>	<p>Presentidade</p>

<p>A trilha molhada e escorregadia nos obrigava a cuidar com os passos. Nossos olhares iam em direção à procura de locais menos lamacentos, ao mesmo tempo que o vento balançava as folhas das árvores e gotas de água caíam sobre nós (D1)</p>	<p>Cuidados ao caminhar e pingos de chuva nos molhavam</p>	<p>Atencionalidade</p>
<p>Ao questioná-la sobre o que era saúde, me respondeu que saúde significa realizar suas atividades, cuidar da casa, cozinhar, e participar de atividades como dança e ginástica (D2)</p>	<p>Ter independência para as atividades cotidianas</p>	<p>Ética</p>
<p>Perguntei a ela o que era ambiente, e para Disposição, depende do lugar em que está inserida, podendo ser onde mora, onde vai, onde faz exercícios e que seja um local agradável para caminhar. (D3)</p>	<p>Ambiente pode ser qualquer lugar em que esteja</p>	<p>Presentidade</p>
<p><i>Não sinto cansaço. Hoje eu já fui na aula de estepe às 8h, das 8h às 9h. Ai, fui para casa ajeitar o apartamento. Eu limpei ontem, para não ficar muito para hoje, né. (D4)</i></p>	<p>Rotina agitada com exercícios físicos e cuidados com a casa</p>	<p>Presentidade</p>

Questiono se ela gosta de plantas. <i>“Eu gosto, eu tenho um jardinzinho. Eu moro no térreo, e atrás, eu tenho um jardinzinho, uma calçadinha”.</i> (D5)	Gosta e cultiva plantas em sua casa	Presentidade
Questiono sobre sua percepção entre saúde e ambiente e ela responde. <i>“Nossa, é tudo, né? Depende muito do ambiente para você ter saúde”,</i> até mesmo a casa precisa estar organizada, limpa, pois na cidade há muitos problemas com baratas. <i>“E não é, só essa parte física, a saúde física né, saúde mental, principalmente. Então precisa diversificar o que a gente faz.</i> (D6)	Saúde e ambiente são dependentes um do outro, inclusive a saúde mental	Presentidade
<i>A gente tem que agradecer todos os dias. Não reclamar do que a gente perdeu, mas pelo que a gente tem. Não bem material, né. Como se diz, acho que da nossa época para agora, para nossa idade, é tudo de bom, nossas mães, nossas avós não viviam isso que nós vivemos agora. Tem tanta oportunidade.</i> (D7)	Gratidão pela vida e reconhecimento da evolução do mundo, principalmente para as mulheres.	Presentidade
Algumas pessoas gostam de ficar mais sossegadas, e ela traz argumentos importantes, pois o	Sedentarismo pode causar sérios danos à saúde.	Presentidade
sedentarismo pode atrofiar o corpo e a mente. (D8)		
A participante avista no chão algumas samambaias, e vou verificar se estavam em fase reprodutiva, me recordando das aulas de Botânica da minha graduação. Ela comentou que quando criança brincava de “sombriinha” com as samambaias, pegava as folhas, colocava sobre a cabeça segurando pela ponta, e saía andando, como se fosse uma sombrinha, um guarda-chuva. (D9)	Recordações da graduação e da infância.	Presentidade

<p>Caminhando mais adiante, perguntei a ela se era diferente caminhar no parque e na cidade, e ela diz <i>“ah claro, aqui a gente respira ar puro né (...) aqui é bem mais saudável”</i>. (D10)</p>	<p>Caminhar no parque é melhor que na cidade.</p>	<p>Presentidade Atencionalidade</p>
<p>Ela lembrou de sua primeira casa, de quando foram pintar as paredes, precisaram lixar e isso fez muita poeira, e eles estavam morando na casa, então não dava para respirar direito. (D11)</p>	<p>Recordações da pintura de sua primeira residência</p>	<p>Presentidade</p>
<p>Aproveito para perguntar se atualmente a saúde e o ambiente interferem em sua vida, <i>“é isso aí, eu poder sair todos os dias, fazer meus exercícios, fazer caminhada, me alimentar. Sou eu mesmo que faço minha comida sempre. Eu gosto da minha comida (...) é assim que eu gosto de viver bem e à vontade, né?! Sempre, não tenho luxo”</i>. (D12)</p>	<p>Ser independente no dia a dia</p>	<p>Ética Presentidade</p>
<p>Relembra de sua mãe, que cuidava de chás, que gostava de experimentar coisas novas na alimentação, e que também gosta disso (D13)</p>	<p>Recordações da alimentação de sua mãe</p>	<p>Presentidade</p>
<p><i>Bem viver é viver em harmonia com o lugar onde eu vivo. Com as pessoas que estão a minha volta, família com os amigos.</i> (D14)</p>	<p>Viver em harmonia com o envolto.</p>	<p>Presentidade</p>
<p>Havia sol, devia estar fazendo mais de 30°C naquela tarde, mas o vento estava fresco, algumas nuvens cobriam o céu azul. Água era essencial para suportar o calor, e protetor solar</p>	<p>Sol forte e calor, mas com solo úmido</p>	<p>Atencionalidade</p>
<p>não poderia faltar. O solo estava úmido, e um pouco barrento, mas compacto, devido a terra roxa predominante da região e pela umidade fornecida pela vegetação. (L1)</p>		

<p>Começo perguntando o que é saúde, que resume em uma frase <i>“Acho que é o bem-estar físico, mental e social. Acho que é isso. A pessoa sentir-se bem”</i>. Fico curiosa a respeito sobre o termo de saúde social, e o questiono, que explica ser a convivência em sociedade, saber conviver, conversar, respeitar, trocar ideias. (L2)</p>	<p>Saúde é sentir-se bem fisicamente, mentalmente e socialmente.</p>	<p>Presentidade Ética</p>
<p>Questiono sobre o que é ambiente, e para ele, é algo mais amplo, que o ambiente começa na família, de bem-estar, de respeito, de amor, principalmente. (L3)</p>	<p>Ambiente é acolhedor e seguro</p>	<p>Presentidade</p>
<p>Aborda sobre o ambiente da natureza, <i>“é uma coisa muito mais ampla. Que daí vem a natureza, né? Natureza envolve, que nós fazemos parte disso tudo, né?”</i> (L4)</p>	<p>Estamos imersos na natureza, somos parte dela</p>	<p>Presentidade</p>
<p>Lembrei-me de minha filha e compartilho com ele minhas angústias a respeito de “cortar o cordão umbilical”, pois logo ela irá para a creche, e já fico pensando nisso. (L5)</p>	<p>Compartilho minhas angustias sobre minha filha sair do ambiente familiar</p>	<p>Presentidade</p>
<p><i>Se o ambiente familiar não é propício, não é de tranquilidade. Não é de bem-estar. A pessoa já vai sentindo interiormente uma intranquilidade. No mal-estar. Aí vem a parte social e daí vem a parte da natureza, né? Porque a pessoa tem que respirar bem, né? É, é respirar bem. Quem que tem que sentir-se em contato com essa natureza. Eu acho que é um todo, é um todo. Não existe nada isolado.</i> (L6)</p>	<p>O ambiente familiar precisa ser acolhedor e tranquilo, e o ambiente da natureza envolve o ar puro, sem dicotomias.</p>	<p>Ética Presentidade</p>
<p>Ele comenta que gosta de andar, e que andava praticamente correndo, mas que hoje em dia caminha com mais cautela. (L7)</p>	<p>Caminhava com rapidez quando mais jovem, e hoje com cuidado</p>	<p>Atencionalidade</p>
<p><i>O carro começou aqui no Brasil na década de 50, então já tinha mais de 20 anos e quem tinha carro, era só pessoas que tinha</i></p>	<p>Foi andar de carro depois de adulto e atualmente há muita tecnologia</p>	<p>Ética</p>

<i>poder. O meio de locomoção era andar, ou usar ônibus, trem. Era uma época diferente e, hoje, é a era da máquina. (L8)</i>		
Como a trilha estava escorregadia, sugeri a ele para andar na beirada, para evitar de escorregar e cair. (L9)	Cuidado ao caminhar evitando acidentes	Atencionalidade
Ele comenta que brincava na rua, andava descalço, não tinha calçados, pois era algo caro, mas que tudo tem sua época, e que <i>“a verdade é que a vida é muito boa”</i> .(L10)	Brincava e andava descalço por questões financeiras, mas a vida é muito boa	Presentidade
Pergunto quais os benefícios da caminhada em sua opinião, e ele diz que é bom porque primeiro sai um pouco de casa, <i>“a gente vê um pouco as outras pessoas, sente um pouco a natureza, o sol, principalmente (...) Ver outras pessoas, ver o movimento. É uma higiene mental (...) a caminhada é uma higiene mental. (L11)</i>	As caminhadas permitem sair um pouco de casa, ter contato social e com a natureza, é uma higiene mental.	Presentidade
Relembra que ele e sua esposa faziam trilhas antigamente, que iam em colônias de férias, então caminhavam bastante. Ligeirinho abordou que sua esposa é 10 anos mais jovem que ele, mas que possui mais dificuldades para andar, que aos poucos foi deixando de se exercitar, e hoje quase não anda mais, no sentido de caminhar. (L12)	Recorda caminhadas com sua esposa, que já não possui tanta facilidade em andar.	Presentidade
Quando recebeu o convite para participar do projeto, imaginou que a caminhada seria embaixo de sol quente, mas que na verdade estava uma sombra muito boa. (L13)	A sombra estava muito boa	Atencionalidade Presentidade
Comento que a sombra é devido a mata fechada do parque, e ele diz que é <i>“Um ambiente gostoso, né? É a vantagem de conservar a natureza, né? Conservar as plantas, conservar esse ambiente né, os pássaros né, ouvir esses pássaros também.”</i> (L14)	A vantagem de preservar a natureza é também a sombra, o cantar dos pássaros	Ética Atencionalidade

Havia uma pequena escada, modelada no próprio solo, repleta de musgos e escorregadia. Sugiro que ele se apoie em mim, que aceita. Descemos com cuidado, cerca de 5 de-	Devido a escada escorregadia, ele se apoia em mim e a descemos com cuidado.	Atencionalidade Ética
graus. Ele comenta que são esses os cuidados que toma atualmente, em pedir ajuda para os degraus. (L15)		
Nessa parte da trilha em diante, nossa caminhada tornou-se ainda mais lenta, o que não foi um problema, pois isso permitia que observássemos com maior atenção aos detalhes da trilha. (L17)	A trilha tornou-se mais lenta, propiciando maior atenção no ambiente.	Atencionalidade
Encontrou um emprego em anúncios de jornais da cidade e entregava no jornal do bairro. O participante relatou que precisava caminhar muito, o dia todo. Ele foi relatando o trajeto que fazia, e comentou que seu chefe, na época, o apelidou de "Ligeirinho". (L18)	Relembra um trabalho que precisava andar muito, recebendo o apelido de Ligeirinho.	Ética Presentidade
<i>Acho que falta (...) arborização ali no centro. Pra gente sentir mais frescor, né (...) eu acho que isso daí já é uma prova de que o ambiente influencia na saúde".</i> (L19)	Poucas árvores no centro da cidade.	Ética Atencionalidade
<i>Árvore é vida, né?!</i> (L20)	Arvore é vida	Presentidade
A árvore fornece oxigênio, e por isso deveria haver mais árvores, e que deveria ser responsabilidade do poder público cuidar da natureza. E nesse momento, o participante faz uma crítica sagaz, referindo-se aos governantes: <i>"Mas eles não estão nem aí".</i> (L21)	Arvores fornecem oxigênio, por isso deveria haver mais, sendo responsabilidade do poder público.	Ética

<p>Continuamos andando, observando a trilha e a vegetação. Passos lentos e precisos. Ele retoma a conversa e diz que gosta de ficar em casa, na casa de sua filha, gosta de regar as plantas. “eu gosto de estar trabalhando, gosto de fazer compras. Gosto de sair. Mas sempre procurando (...) não se cansar e não se queimar muito”, referindo-se ao sol. (L22)</p>	<p>Enquanto caminhávamos, ele dizia que gosta de estar ocupado</p>	<p>Presentidade Ética</p>
<p>É difícil a gente transferir para outra pessoa. O que a gente sente em relação ao meio ambiente.” E complementa: “eu aprendo aqui. Que a gente vive bem melhor. Quando faz essas caminhadas e principalmente essas trilhas, eu me sinto melhor”. (L23)</p>	<p>Incapaz de transferir os sentimentos ao outro, que aprende no local e se sente melhor assim.</p>	<p>Atencionalidade Presentidade</p>
<p>“Então as pessoas têm que sentir. Então a gente tem que</p>	<p>As pessoas precisam sentir o ambiente para aprender</p>	<p>Presentidade</p>

<p>trazer as pessoas pra caminhar né? (risos)”. (L24)</p>		
<p>Primeiro é ter saúde, é o que eu falei, a saúde física, mental e social. Eu acho que bem viver também envolve uma parte religiosa, sabe? Sem fanatismo (...) eu sou católico. E eu acho que a religião faz parte (...) para o meu bem-estar. Eu acho que não é só a matéria, sabe? (...) eu acho que a parte espiritual também contribui muito para a felicidade da pessoa (...) porque eu sou católico, procuro ser praticante. Mas dentro dos meus limites também (...) Eu acho (...) que nós temos essa relação com o cosmo (...) porque tudo é um mistério”. (L25)</p>	<p>A espiritualidade pode fazer parte da saúde, sem fanatismos ou vínculos com determinados dogmas, mas no sentido de estabelecer uma relação com o cosmo, pois tudo é um mistério.</p>	<p>Presentidade</p>
<p>Ele relata uma situação de sua infância, que nasceu com uma séria doença, que ficou bem próximo da morte, e que para não morrer pagão, foi batizado, e após o batismo foi curado. (L26)</p>	<p>Recorda sobre uma doença que o afetou ainda bebê, e foi curado após o batismo.</p>	<p>Presentidade</p>

Meu corpo se arrepiou inteiro, e eu senti uma paz interior que é impossível expressar em palavras. (L27)	Sentimento de tranquilidade e paz.	Presentidade
<i>O cosmo pode ser católico. Pode ser outra religião (...) ou pode não ser nada. Pode ser só, até (...) a natureza, né?! (...)</i> A natureza também é uma religião, né? (L28)	Não há uma única definição ao cosmo, pode ser até a natureza.	Presentidade
No trecho até a ponte, Ligeirinho continuou andando devagar, e em certo momento quase caiu ao tropeçar em uma pedra. Por sorte, eu estava perto e ele conseguiu se segurar em mim. (L29)	Caminhando devagar, ele tropeça e se apoia em mim, evitando uma queda.	Atencionalidade
É a natureza, é bom para o corpo e para os órgãos. (E1)	Saúde é o corpo e o ambiente	Presentidade
Após alguns segundos de silêncio e mais passos, ouvimos o som da água corrente que vinha da nascente. (E2)	Som da água corrente	Atencionalidade
<i>Ambiente é preservar a mata, é as nascentes, água limpa, plantar arvores mais, pra ter mais...uma natureza mais pura</i> (E3)	Precisa preservar o meio ambiente para uma natureza limpa	Presentidade Ética
Descemos com cuidado, sempre observando onde pisávamos, pois além de estruturalmente estar bamba, havia musgos por inteira. (E4)	As escadas estavam balançando e repleta de musgos	Atencionalidade
<i>Se tem saúde o meio ambiente ajuda bastante (...) Pra saúde. O meio ambiente é muito bom.</i> (E5)	O meio ambiente ajuda na saúde	Presentidade
Caminhamos olhando ao redor com cuidado para não tropeçar nas raízes protuberantes das árvores. (E6)	Cuidado para não cair	Atencionalidade
Caminhar é bom para o coração, para o pulmão, essas coisas, e que caminhar a deixa mais leve. (E7)	Caminhada faz bem para o corpo	Presentidade
Muito bom andar na trilha e que nunca havia caminhado em trilha, <i>tô gostando bastante.</i> (E8)	Primeira vez que caminha na trilha	Presentidade

<i>Há uns 20 e poucos anos, 10 anos que começou a aparecer formiga. Me lembro quando apareceu lá em casa. Aí começou alastrar e em todo lugar tem. (E9)</i>	Não havia tantas formigas há anos. Agora tem em todo lugar	Atencionalidade
A participante se abaixa e observa pequenas frutinhas caídas no chão, e questiono sobre o que seria, <i>ah é coquinho. A hora que vi achei que era gabioba. Soltou o coquinho no chão, bateu as mãos uma na outra e continuou caminhando. (E10)</i>	Encontra uma fruta no chão, reconhece, solta-a e segue caminhando.	Atencionalidade
<i>Porque fui criada no sítio, nunca morei na cidade. Lá tem ...gosto de mexer com as galinha, com os porcos. Então a hora da gente passa mais rápido. (E11)</i>	Prefere morar no sítio	Presentidade
<i>Andar na mata, que eu conheço bastante erva. Que faz remédios. (E12)</i>	Conhece muitas plantas medicinais	Presentidade
Ela complementa que meu pai usou esse café-de-bugre pois estava intoxicado de veneno. (E13)	Meu pai usou uma planta medicinal	Atencionalidade
<i>É bom para a mente né?! Vai andando no meio das árvores, se distrai, olha as árvores. Então a mente vai ficando melhor. Mais leve. (E14)</i>	Caminhar é bom para a mente, se distrai e a mente fica mais leve	Presentidade
<i>Comer bem, vestir. Sem fazer extravagâncias, que a saúde, protege mais. (E15)</i>	Bem viver é ter conforto	Ética
Ela para e observa uma planta. <i>Deixa eu ver essa planta. É João-borandir. (E16)</i>	Observa e reconhece uma erva medicinal	Atencionalidade
<i>Saúde é tudo de bom(...) se a gente não tiver saúde, a gente não consegue fazer nada, né?</i>	Saúde em primeiro lugar	Presentidade

<i>Nem isso que a gente tá fazendo, conseguia. (S1)</i>		
<i>Um bem-estar para a sua vida (S2)</i>	Estar de bem com a vida	Presentidade
<i>Primeiro sal é dos vizinhos, porque às vezes, na hora de um desespero (...) a gente corre aonde? Nos vizinhos, né? (S3)</i>	Os vizinhos são o primeiro socorro	Presentidade

Para participar de um ambiente, precisamos ter saúde, pois ao contrário disso, sem saúde não é possível participar de nenhum ambiente, <i>não vai numa festa, não visita ninguém (...) não vai até as pessoas, você não conversa, você não participa da sociedade, nada, né? Tem que estar bem.</i> (S4)	É necessário ter saúde para viver em sociedade	Presentidade
<i>Está bom, gostoso, é diferente (...) muito bom</i> (S5)	Está agradável	Presentidade
O médico já a recomendou a praticar, para circulação, pois já fez cirurgia de varizes e é necessário caminhar sempre, <i>que ajuda bastante a circulação do sangue, do coração, né? Para vários tipos de coisa (...) o exercício físico é tudo hoje em dia.</i> (S6)	Recomendação médica de realizar atividade física. É importante para saúde física	Atencionalidade
Em momentos de estresse, sai para andar e quando retorna está com ânimo para realizar as atividades cotidianas (S7)	Caminhar desestressa	Presentidade
A caminhada pode ser <i>uma terapia</i> (S8)	Caminhar pode ser terapêutico	Presentidade
O ar está umedecido, gostoso de respirar (S9)	O clima está agradável	Atencionalidade
Ela diz que ficou muito contente com o convite, e que foi no dia ideal, pois em outros dias teria demais compromissos (S10)	Feliz com o convite	Presentidade
A participante diz que no parque tem espaço livre, está vendo a paisagem, e que é linda. Não há tantos perigos como na cidade, que necessita andar com mais cuidado, principalmente a pessoa idosa (S11)	O parque tem espaço livre e é bonito. Na cidade é necessário ter mais atenção para caminhar	Atencionalidade
<i>Aqui é gostoso, aqui você nem vê passar, né? Você anda um bom tanto e nem vê, é gostoso.</i> (S12)	A caminhada no parque está agradável	Presentidade
Comento sobre o barulho de água e ela diz que o barulho da água a faz recordar o passado, <i>coisa gostosa né</i> (S13)	Barulho de água e lembranças	Atencionalidade
Costumava andar bastante, <i>era a trilha, era matos, assim, andava bastante no meio do mato,</i>	Caminhava bastante, mas atualmente não mais	Atencionalidade

mas ressalta que hoje em dia já é mais difícil (S14)		
Caminhamos pela ponte observando a nascente e uma pequena cachoeira que formava na descida (S15)	Observação da água	Atencionalidade
A entrevistada observa o lugar e comenta <i>olhe que água limpinha, né. Nossa, que maravilha</i> (S16)	A água está limpa, que maravilha	Atencionalidade
Me recordo de uma entrevista que fiz em que um determinado local estava todo inundado, e precisamos pular entre troncos de árvores (S17)	Recordação de entrevistas anteriores	Atencionalidade
<i>A casa pra gente é tudo de bom. Se a gente se sente feliz, né? É muito bom (...) sua casa é tudo de bom, não tem lugar melhor.</i> (S18).	Estar em casa é muito bom	Presentidade Ética
O caminhar pela trilha estava prazeroso, o cheiro de árvore e terra molhada invadia minhas narinas. Meus olhos buscavam por fungos e insetos no chão e em troncos de árvores, mas poucos foram visualizados (S19)	Caminhar estava bom, e buscava elementos ao redor	Atencionalidade
Com a idade, sempre aparece alguns imprevistos de saúde, como uma gripe, mas de um modo geral está bem de saúde, e o <i>ambiente está maravilhoso</i> (S20)	O ambiente está ótimo	Presentidade
Com a caminhada deste dia percebeu que realmente precisa iniciar a prática de caminhar sempre, que <i>a gente se acomoda demais</i> (S21)	Necessidade de realizar caminhadas diárias	Atencionalidade
Refletir sobre minha própria saúde, tanto mental quanto física, pois muitas vezes fico tão centralizada no trabalho, estudos e na família, que esqueço de cuidar de mim (S22)	Reflexão sobre minha própria saúde	Atencionalidade
<i>Viver bem com todos né. Com a família, viver bem com a gente mesmo. Primeiro a gente, eu acho, né? Porque se a gente não tiver bem também, a gente não transmite isso aí para (...) ninguém.</i> (S23)	Viver bem com todos ao redor, principalmente consigo mesmo	Ética

Em certo momento, ela observa o local e lembra-se de seu neto, e diz que ele iria adorar o parque, porque tem <i>verde, mato, sítio</i> (S24)	Recorda-se do neto	Atencionalidade
<i>A gente criava os filhos tudo desse jeito, né? Quase não ti-</i>	A criação dos filhos era simples, e quase não havia doenças graves	Ética
<i>nha nada de problema de doença, nem nada (...) mas hoje em dia, as coisas também mudou muito, até na alimentação que você come, já tem problema né. Então isso aí já manda muito</i> (S25)		
Ela avista um tronco de samambaia pobre, e diz que é ótimo para flores, <i>que coisa linda</i> (S26)	Visualiza um de tronco samambaia	Atencionalidade
Passamos pela ponte, e no meio dela avistamos alguns peixes que estavam na superfície da água, e ela relembra que seu genro costumava ir lá com os filhos pequenos jogar pão para eles (S27)	Observamos peixes e ela recorda de seu genro	Atencionalidade