

UNIVERSIDADE ABERTA À TERCEIRA IDADE: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA SOBRE A OPORTUNIDADE DE INCLUSÃO DA PESSOA IDOSA

Janaína Paula Calheiros Pereira Sobral¹, Raiane Jordan da Silva Araújo², Roberta Virtuoso de Sousa³, Yasmin Virtuoso Sousa⁴.

(1) *Universidade Federal de Alagoas.* nainacalheiros2@gmail.com

(2) *Hospital Universitário Professor Alberto Antunes.* raianejsa@hotmail.com

(3) *Faculdade SEUNE.* robertav.souza@hotmail.com

(4) *Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas.* yasminvirtuoso@hotmail.com

RESUMO

Este estudo tem como objetivo relatar a experiência de enfermeiras vivenciada enquanto acadêmicas do curso de Enfermagem e monitoras no projeto de extensão de uma instituição pública de Alagoas. Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência de enfermeiras, desenvolvido enquanto acadêmicas do curso de Enfermagem e monitoras no projeto de extensão intitulado Universidade Aberta à Terceira Idade da Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas –UNCISATI. A vivência ocorreu na oficina de informática ofertada pelo referido projeto e se desenvolveu de março à dezembro de 2012, sendo que os encontros foram realizados todas as terças e quintas-feiras, nas instalações da Universidade. A Oficina de Informática contava com a participação de 20 pessoas idosas, que relataram se sentir motivadas em participar das atividades, tanto pela questão da convivência, do pertencimento a um grupo com o mesmo segmento etário, quanto pela aquisição de novos conhecimentos. Ao final de cada oficina de informática, os participantes relatavam informalmente que as aulas estavam mudando a vida deles, promovendo maior satisfação, disposição para sair do ambiente doméstico e sentiam-se mais alegres. Esses espaços geram (re) descobertas nessa fase da vida, promovendo transformações positivas, com a aquisição de novos conhecimentos, com o aprendizado, e principalmente com a geração de sentimentos de felicidade, realização pessoal, o que resulta no aumento da autoestima e do bem-estar. Observou-se que existem benefícios quando uma pessoa idosa participa de atividades relacionadas aos programas UNATI, especificamente da oficina de informática, pois pôde-se perceber, por meio dos relatos, que há uma melhoria na qualidade de vida e nas relações interpessoais.

Palavras-chave: Terceira idade, Envelhecimento, Exclusão Digital.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento faz parte do ciclo vital do ser humano e pode-se observar transformações sociais significativas quanto ao crescimento populacional de pessoas idosas, sendo inevitável pensar este acontecimento no âmbito da saúde pública e ainda no âmbito do avanço da ciência e da tecnologia.

Nesse contexto, com base em dados secundários contidos no DATASUS do Ministério da Saúde, por meio do aplicativo TABNET, que tem a função de gerar as informações em saúde e ainda possibilitando identificar informações demográficas extraídas da fonte Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), evidenciou-se que no período de 2012 a 2016, há uma diminuição populacional correspondente à faixa etária de 0 a 29 anos, enquanto há um crescimento significativo na faixa etária a partir de 30 anos até 80 anos ou mais. As projeções realizadas pelo IBGE, que vão até o ano de 2060, apontam que este crescimento da população idosa será cada vez mais acentuado¹.

Com estas estimativas e outros estudos que demonstram o crescente e inevitável envelhecimento populacional, torna-se imprescindível a elaboração, implantação e implementação de políticas públicas voltadas para a população idosa. Políticas que tenham como foco o bem-estar nos seus mais variados contextos, com vistas à promoção da saúde e conseqüentemente a uma maior expectativa de vida ².

Nesse cenário, os programas de Universidade Aberta à Terceira Idade (UNATI) se constituem como campos privilegiados de vivências, sendo inteiramente voltado para a pessoa idosa. Com atividades de educação permanente que estimulam a pessoa idosa ao aprendizado nos mais diferentes aspectos sejam estes econômico, político, social ou cultural³.

Instituições de Ensino Superior (IES) que possuem programas UNATI, cumprem um papel social de suma importância, pois oportunizam à pessoa idosa o convívio/contato social, ou seja, a (re) inserção em uma sociedade globalizada, além de proporcionar ações que promovem hábitos de vida saudáveis e conseqüentemente mais ativa e de qualidade.

Diante do exposto, a construção deste relato se torna fundamental por disseminar a experiência de discentes em um programa UNATI como um espaço de transformação social, oportunizando uma melhor qualidade de vida e fazendo com este segmento etário sinta cada vez mais o desejo de viver e viver ativamente. Assim, o objetivo deste estudo é relatar a experiência de enfermeiras vivenciada enquanto acadêmicas do curso de Enfermagem e monitoras no projeto de extensão de uma instituição pública de Alagoas.

METODOLOGIA

Estudo descritivo do tipo relato de experiência, vivenciado a partir da monitoria realizada por acadêmicas do curso de graduação em Enfermagem em oficinas de Informática, disponibilizadas pelo projeto de extensão Universidade Aberta à Terceira Idade – UNCISATI, realizada no período de março a dezembro de 2012. As aulas de informática contavam com a participação de aproximadamente

20 pessoas idosas e eram ministradas em uma sala na Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas (UNCISAL) denominada “Espaço Digital”, todas as terças e quintas-feiras.

A UNCISAL, possui desde o ano de 2006, o projeto de extensão UNCISATI, vinculado ao Programa de Extensão Interdisciplinar Pró-Idoso-PEIPI. O projeto oportuniza às pessoas idosas adquirir novos conhecimentos nas mais diversas áreas (saúde, tecnologia, artes, entre outras), socialização e envelhecimento ativo e saudável. Desde o seu surgimento, aproximadamente 3000 participantes foram formados.

O projeto UNCISATI oferece anualmente aproximadamente 300 vagas para o público na faixa etária a partir dos 50 anos. São ofertados cursos e oficinas que ocorrem durante toda a semana, entre eles: aulas de informática, inclusão digital, tecnologias móveis, alongamento, meditação, danças circulares, medicina natural, equilíbrio e postura, envelhecimento ativo, qualidade de vida no envelhecimento, bordados, pintura em tecido, pintura em vidro, ponto cruz, bijuterias, espanhol básico, inglês básico, motivação e autoestima e prevenção do estresse.

O projeto oferta ainda anualmente aproximadamente 50 vagas para seleção de monitores, ou seja, acadêmicos de cursos de graduação de quaisquer Instituições de Ensino Superior do Estado. Os monitores selecionados passam a acompanhar o professor responsável nas atividades ofertadas pelo projeto.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Das 20 pessoas idosas participantes da oficina, 3 eram do gênero masculino (15%) e 17 do gênero feminino (85%). A faixa etária predominante era entre 55 e 65 anos (70%). A maioria dos participantes (85%) não sabiam usar o computador e 15% tiveram um mínimo contato com o equipamento.

As pessoas idosas relataram que a motivação em participar das atividades do projeto UNCISATI, especificamente da Oficina de Informática, estava relacionada ao fator convivência, do pertencimento a um grupo com o mesmo segmento etário. Com isso, percebe-se que a oferta de vagas em atividades, como oficinas de informática podem proporcionar as pessoas da terceira idade felicidade e qualidade de vida, pois em um mundo em constante desenvolvimento e transformações, este segmento etário vem apresentando cada vez mais vitalidade, desejo de inclusão, de aprendizado e de vivenciar novas descobertas e desafios ⁴.

Nas primeiras semanas de aula foi possível identificar que alguns participantes se apresentaram tímidos e apreensivos frente ao computador. Com o passar dos dias, pôde-se observar

uma grande motivação e desejo de conhecer cada vez mais os recursos disponibilizados pelo computador. Muitas vezes, essa apreensão inicial quanto ao uso dessa tecnologia pode estar associada ao processo natural do envelhecimento, o qual é acompanhado pela diminuição da cognição e limitações físicas⁵. Porém, o acesso a essas Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC), não devem ser restritas apenas a grupos mais jovens com a justificativa de que possuem maior facilidade em manusear ou adaptar-se a essas ferramentas⁶⁻⁷.

No decorrer das aulas foi observado que as pessoas idosas além de aprender sobre como utilizar o computador e seus mais variados recursos, também criavam elos e mantinham relações interpessoais saudáveis. Isso demonstra a necessidade da inclusão digital de pessoas idosas, pois este aprendizado por auxiliar na questão cognitiva, bem como promover maior interação social seja em curta ou longa distância⁷.

Vale ressaltar que muitos relatavam que antes, quando não participavam das oficinas, sentiam-se “sem utilidade”, presos em suas casas, apresentando muitas vezes tristeza e descontentamento com a vida. Além disso, relatavam possuir filhos e netos e expressaram que os mesmos não tinham paciência para ensinar a utilizar o computador.

Estudos apresentam que a não utilização da internet pelas pessoas idosas estão relacionadas a falta de interesse, de conhecimento sobre o seu uso e a falta de acesso, além de apontar que o acesso à internet e o uso do computador vão diminuindo com o avançar da idade⁸. Portanto, aprender informática, proporciona à pessoa idosa autonomia, autoestima por estar aprendendo algo novo para ela, o que auxilia na saúde mental, pois a ocorrência de depressão nessa faixa etária pode ocorrer mais frequentemente pela sensação de incapacidade funcional e exclusão/abandono social/familiar, fazendo com que a pessoa idosa se isole do contexto social, o que aumenta o risco de suicídio⁹⁻¹⁰.

Ao final de cada oficina de informática, os participantes relatavam informalmente que as aulas estavam mudando suas vidas, promovendo maior satisfação, disposição para sair do ambiente doméstico e sentiam-se mais alegres.

Esses relatos são corroborados por um estudo realizado em uma oficina de informática para pessoas idosas no Rio Grande do Sul, que constatou que espaços como esse geram (re) descobertas nessa fase da vida, ou seja, promovem transformações positivas, com a aquisição de novos conhecimentos, com o aprendizado, e principalmente por gerar sentimentos de felicidade, realização pessoal, o que resulta no aumento da autoestima e do bem-estar¹¹.

CONCLUSÕES

Com uma análise atual, enquanto enfermeiras, pode-se afirmar que atuar como monitora de informática no projeto UNCISATI, proporcionou uma experiência enriquecedora, pois ampliou a visão sobre a importância da inclusão das pessoas idosas em atividades que para elas eram consideradas impossíveis de se realizar ou de aprender.

O projeto contribuiu com a integração entre a academia e comunidade, sendo esta representada pelo grupo da terceira idade no espaço acadêmico. Assim, a universidade executou mais do que seu papel com o ensino, exerceu um papel social que resultou em trocas de conhecimento e favoreceu ainda a qualificação na formação do discente enquanto monitor/facilitador no processo de aprendizagem.

Observou-se que existem benefícios mútuos, tanto quanto ao aprendizado adquirido pelo discente ao lidar com a população idosas, quanto para a própria pessoa idosa participante das atividades relacionadas aos programas UNATI, especificamente na oficina de informática, pois pôde-se perceber, por meio dos relatos, que há uma melhoria da qualidade de vida e nas relações interpessoais.

Ao tornar possível a acessibilidade da pessoa idosa a utilização do computador e da internet, foi possível identificar o favorecimento da sua inserção no ambiente virtual e na participação das redes sociais, além de abrir caminhos para novas oportunidades de desenvolvimento pessoal.

Considerando a propagação rápida das tecnologias, a pessoa idosa deve ser cada vez mais inserida nesse meio, evitando a exclusão digital com a justificativa de que pessoas com essa faixa etária não consegue absorver ou aprender novas tecnologias. Por isso, sugere-se que essas questões sejam cada vez mais discutidas, visto que a população está envelhecendo e torna-se notória a necessidade de investimento em atividades que proporcionem uma melhor qualidade de vida e consequentemente uma maior expectativa de vida.

REFERÊNCIAS

1. Ministério da Saúde (BR). DATASUS. Indicadores Demográficos segundo o IBGE [Internet]. [citado 2017 Set 10]. Disponível em: <http://tabnet.datasus.gov.br/cgi/tabcgi.exe?ibge/cnv/projpopbr.def>.
2. Veras R, Caldas CP. Promovendo a saúde e a cidadania do idoso: o movimento das universidades da terceira idade. Ciênc. Saúde Coletiva [Internet]. 2004 Jun [citado 2017 Set 10]; 9(2):423-432. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232004000200018&lng=en.

3. Webber F, Celich KLS. As contribuições da universidade aberta para a Terceira idade no envelhecimento saudável. *Estud. interdiscip. envelhec.* [Internet]. 2007 [citado 2017 Set 10]; 12:127-142. Disponível em: <http://www.seer.ufrgs.br/RevEnvelhecer/article/viewFile/4983/2852>.
4. Pereira C, Neves R. Os idosos e as tecnologias de informação e comunicação: competências de comunicação e qualidade de vida. *Revista Kairós Gerontologia* [Internet]. 2011 [citado 2017 Set 23]; 14(1): 05-26. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/7099/5139>.
5. Tavares DMS, Dias FA. Capacidade funcional, morbidades e qualidade de vida de idosos. *Revista Texto & Contexto.* [Internet]. 2012 [citado 2017 Set 23]; 21(1): 112-20. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/tce/v21n1/a13v21n1.pdf>.
6. Santana MA, Côrte B, Lodovici FMM, Alves VP. Aliando tecnologia da aprendizagem à qualidade de vida dos idosos. *Revista de Estudios para el Desarrollo Social de la Comunicación.* [Internet]. 2013 [citado 2017 Set 23]; 1(7): 269-279. Disponível em: <http://revista-redes.hospedagemdesites.ws/index.php/revista-redes/article/view/230/218>.
7. Pereira C, Neves Rui. Os idosos na aquisição de competências TIC. *Educação, formação e tecnologias* [Internet]. 2011 [citado 2017 Set 23]; 4(2): 15-24. Disponível em: <http://eft.educom.pt/index.php/eft/article/view/251/142>.
8. SALES Márcia Barros de, et al. Tecnologias de informação e comunicação via web: preferências de uso de um grupo de usuários idosos. *Revista Kairós Geriatria e Gerontologia* [Internet]. 2014 [citado 2017 Set 23]; 17(3): 59-77. Disponível em: <http://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/21507/15756>.
9. Petersen DAW, Kalempa VC, Pykosz LC. Envelhecimento e inclusão digital. *R. Eletr. de Extensão* [Internet]. 2013 [citado 2017 Set 23]; 10(5): 121-128. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/extensio/article/view/1807-0221.2013v10n15p120/25456>.
10. Roncon J, Lima S, Pereira MG. Qualidade de vida, morbidade psicológica e stress familiar em idosos residentes na comunidade. *Psicologia: Teorias e Pesquisa* [Internet]. 2015 [citado 2017 Set 23]; 21(1): 87-96. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ptp/v31n1/0102-3772-ptp-31-01-0087.pdf>.
11. Silveira MM, Rocha JP, Kümpel DA, Wibelinger LM, Pasqualotti A, Colussi L. Ambientes de aprendizagem: significado na vida de idosos frequentadores de oficinas de informática. *RENOTE* [Internet]. 2011 [citado 2017 Set 23]; 9(1): 1-9. Disponível em: <http://seer.ufrgs.br/index.php/renote/article/view/21975/12747>.