

---

## ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL E UNATI-UCG

---

Elaine F. de L. Barbosa, Izabel Jakeline M. L. Moreira,  
Maria Lúcia F. M. Cunha

*Resumo: este artigo é um estudo de revisão elaborado com a finalidade de conhecer o estado da produção científica na temática do envelhecimento saudável e qualidade de vida realizado com a população da Universidade Aberta à Terceira Idade da Universidade Católica de Goiás. O conteúdo dos trabalhos encontrados traz a compreensão do processo de envelhecimento como um fenômeno dinâmico, multifacetado e construído socialmente.*

*Palavras-chave: envelhecimento, qualidade de vida, Universidade Aberta à Terceira Idade*

**A** longevidade humana tem sido assunto de grandes discussões na sociedade em virtude do aumento da população idosa, o que exige das autoridades públicas e da comunidade científica medidas para lidar com o processo do envelhecimento. Segundo dados divulgados pelo Instituto de Geografia e Estatística (IBGE *apud* SANTIAGO *et al.*, 2005),

*No início do século XX, o tempo de vida médio do brasileiro era 33 anos; hoje essa média subiu para 71,3 anos em 2003, contra 70,5 anos em 2000. Essa expectativa cresceu 8,8 anos [...]. Estima-se que até o ano de 2020 essa proporção triplique, colocando o Brasil como o sexto país no mundo com maior número de idosos.*

O progresso da Medicina, a evasão rural, as melhorias das condições de trabalho e o controle de diversas patologias favoreceram o aumento da população idosa.

Para Neri (1995, p. 9-16),

*mesmo havendo estudos sobre a velhice e o envelhecimento desde a antiguidade, como a obra 'Senectude de Cícero', publicada há cerca de 2000 anos, foi durante a quinta década do século passado que aumentou o número de publicações científicas sobre o envelhecimento.*

O termo Gerontologia, como uma nova disciplina, foi proposto por Methnicoff no início do século XX. Atualmente, a Gerontologia deve ser entendida como uma ciência interdisciplinar por abordar o processo de envelhecimento humano em seus diversos aspectos. Pavarini *et al.* (2005, p. 400) definem a Gerontologia como “A ciência que estuda o processo de envelhecimento em suas mais diversas dimensões, e se constitui, na prática, na ótica atual, em uma especialidade de diferentes profissões”. Além da Medicina, a Psicologia e outras disciplinas passaram a se interessar pela Gerontologia, demonstrando seu caráter multidisciplinar em função das particularidades que envolvem o processo de envelhecimento.

Segundo Bacelar (2002, p. 21),

*a Organização das Nações Unidas (ONU) estabeleceu a idade de 60 anos para categorizar as pessoas na qualidade de velho, terceira idade, e para, a partir daí medidas administrativas serem tomadas e executadas.*

O Estatuto do Idoso – lei n. 10.741 de 1º de outubro de 2003 (BRASIL, 2006b) – e o Programa Saúde do Idoso, do Ministério da Saúde, são exemplos de políticas formuladas pelas autoridades governamentais, fruto das lutas empreendidas pela população idosa que evidencia a necessidade de garantir os seus direitos. Acredita-se que, à medida que forem implementadas, tais políticas tendem a favorecer um envelhecimento menos danoso, possibilitando à terceira idade melhor qualidade de vida.

## ENVELHECIMENTO E QUALIDADE DE VIDA

A qualidade de vida tem sido preocupação constante do ser humano. Na população idosa, a qualidade de vida está diretamente relacionada com a manutenção da saúde, da capacidade funcional e da autonomia. Mas o que é envelhecer? Para Beauvoir (*apud* SILVA, 1998, p. 18), envelhecer “é um fenômeno biopsicossocial sendo uma dimensão existencial como todas as situações humanas”.

Fisicamente, o envelhecimento se dá pelo processo de mudanças químicas e hormonais que vão transformando o organismo dos indivíduos. Calazans (2005, p. 11) diz que

*o homem envelhece porque suas células envelhecem. As células têm um determinado período de vida útil em que mantêm suas funções intactas. Após um certo tempo, que é variável para cada grupo celular, há uma degeneração que prejudica a funcionalidade originária.*

No entanto, o envelhecimento ocorre de forma variável nas populações. Sayeg e Pereira (1994, p. 36) afirmam que “há pessoas que precocemente já podem ser consideradas ‘anciãs’, enquanto outras, além de 70 e 80 anos ainda são física e mentalmente ‘adultos maduros’”. Isso ocorre em razão de fatores biológicos, ambientais, sociais, culturais e econômicos vivenciados durante o transcorrer da vida.

Envelhecimento saudável e qualidade de vida, segundo a Organização Mundial de Saúde (*apud* OPAS, 2005, p. 15), é definido como

*a percepção que o indivíduo tem de sua posição na vida dentro do contexto de sua cultura e do sistema de valores de onde vive, e em relação a seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações. É um conceito muito amplo que incorpora de maneira completa a saúde física de uma pessoa, seu estado psicológico, seu nível de dependência, suas relações sociais, suas crenças e sua relação com características proeminentes no ambiente.*

Sabemos que, com o processo de envelhecimento, ocorrem mudanças fisiológicas, psicológicas e sociais. Victor, Silva e Araújo (2002) entendem que tais processos ultrapassam barreiras biopsicossociais, não sendo possível definir conceitos amplamente aceitos de envelhecimento. Percebe-se que a indefinição científica se evidencia por causa das múltiplas versões que existem sobre o processo do envelhecimento.

Existem alguns fatores determinantes a serem considerados para que haja qualidade de vida para o indivíduo idoso, dos quais a Organização Pan Americana de Saúde (OPAS, 2005) destaca os seguintes: a cultura, as condições socioeconômicas favoráveis, o equilíbrio psicológico por meio de boas relações sociais e familiares, o ambiente físico no qual o idoso está inserido, a moradia segura, o saneamento básico e a alimentação de qualidade. Considera, também, a OPAS (2005), que, para um envelhecimento

com saúde, o indivíduo deve evitar o tabagismo, o etilismo e praticar exercícios físicos. Medidas de promoção da saúde mediante a prevenção primária, secundária e terciária, assim como o acesso a serviços de saúde de qualidade e assistência digna e respeitosa completam o quadro das necessidades básicas que devem ser atendidas a fim de que todo indivíduo possa envelhecer saudavelmente.

É difícil conceituar qualidade de vida, já que ela pode sofrer influências do meio, bem como de fatores e valores pessoais. Segundo Santos *et al.* (2002, p. 3),

*avaliar a qualidade de vida do idoso implica a adoção de múltiplos critérios de natureza biológica, psicológica e socio-estrutural, pois vários elementos são apontados como determinantes ou indicadores de bem estar na velhice.*

Descobrir os benefícios da velhice, prolongar a juventude e envelhecer com boa qualidade de vida tem trazido certa ansiedade ao ser humano no instante em que percebe o aumento da necessidade de conviver, de amar e existir, evidenciando o grande desafio da atualidade. Boa qualidade de vida é aquela que oferece o mínimo de condição para que os indivíduos possam desenvolver o máximo de suas potencialidades, resguardados os limites individuais. Portanto, o envelhecimento saudável não se limita aos aspectos biológicos. Duarte (1998, p. 17) enfatiza que

*envelhecer de maneira saudável significa fundamentalmente que, além da manutenção de um bom estado de saúde física, as pessoas necessitam de reconhecimento, respeito, segurança e sentirem-se participantes de sua comunidade.*

Desse modo, torna-se fundamental que a sociedade comece a encarar o envelhecimento como um estágio no curso da vida, época que também é muito importante para manter e construir novos projetos.

A lei n. 8.842/1994, que dispõe sobre a Política Nacional do Idoso, no Cap. IV, artigo 10, na área de esporte e lazer, estabelece que os órgãos governamentais e entidades públicas têm o dever de “incentivar e criar programas de lazer, esporte e atividades físicas que proporcionem melhoria da qualidade de vida do idoso” (BRASIL, 2006a). Essas ações visam a uma maior participação dos idosos na comunidade. Segundo Victor, Silva e Araújo (2002), as diretrizes do Ministério da Saúde vêm estimulando a realização

de pesquisas na temática do envelhecimento com o intuito de produzir conhecimentos mais amplos na área que possam subsidiar os profissionais de saúde para um atendimento holístico aos idosos.

Diante dessa nova realidade, várias áreas do conhecimento são necessárias para lidar com o envelhecer humano, pois este exige um conhecimento mais abrangente para ser compreendido em sua totalidade. A enfermagem, assim como outras profissões, tem buscado inserir-se no contexto interdisciplinar da Gerontologia enfrentando os desafios que isso representa na atual sociedade brasileira.

Para Pavarini *et al.* (2005, p. 401),

*iniciativas de incorporar o conteúdo de gerontologia em todos os cursos de graduação em enfermagem certamente levarão a formação de profissionais muito mais qualificados e devem ser encorajadas. Cabe também aos diversos cursos da área de saúde e até mesmo de outras áreas, compartilharem dessas iniciativas.*

Compete, pois, às universidades ampliarem a formação na área da Gerontologia, e não apenas aglutinar um pouco de conhecimento de cada profissão, a fim de formar um novo profissional capaz de compreender o processo de envelhecimento e atuar com qualidade junto às pessoas idosas.

*A atuação interdisciplinar nas equipes de saúde e enfermagem implica em construção deste conhecimento, como aquisição de competências, uma prática de inter-relação e interação entre as diversas disciplinas e articulação dos conhecimentos [...]. Implica em reflexão-ação-reflexão. Esse constante construir, desconstruir e reconstruir pode contribuir para a evolução e inovação da enfermagem como conhecimento e profissão (MEIRELLES; ERDMANN, 2005, p. 417).*

A realização deste estudo de revisão foi motivada por vivências familiares e experiências nos campos de estágio ao longo da vida acadêmica, que despertaram a atenção para a necessidade da interdisciplinaridade na manutenção ou recuperação da qualidade de vida da pessoa idosa. Assim, foi realizado um levantamento sobre as áreas do conhecimento que realizaram estudos com a clientela da Universidade Aberta à Terceira Idade (Unati) da Universidade Católica de Goiás (UCG), tendo como objetivo identificar as contribuições mais significativas que esses trabalhos trazem para a compreensão do que é qualidade de vida na fase do envelhecimento.

## APRESENTAÇÃO DOS RESULTADOS E DISCUSSÃO

Primeiramente, apresenta-se uma breve explicação sobre as universidades abertas à terceira, com ênfase para a Unati-UCG, local em que este estudo foi realizado.

As Unatis têm contribuído de forma significativa para o atendimento das necessidades da população idosa: promovendo estímulo para participação efetiva na comunidade, motivando os idosos a reorganizarem a própria vida por meio da possibilidade de retomar antigos projetos que ficaram parados no tempo ou mesmo enfrentar novos desafios, recuperando ou fortalecendo a capacidade de lidar com as próprias emoções e conflitos e compreendendo o processo de envelhecimento de forma positiva (FERRARI, 2002).

Do ponto de vista histórico, os precursores das Unatis foram os franceses, que criaram, no século passado, mais propriamente na década de 1960, as chamadas “universidades do tempo livre” (CACHIONI; NERI, 2004, p. 37). Segundo estes autores, elas tiveram início em 1973, com Pierre Vellas, um conhecido professor de Direito Internacional da Universidade de Ciências Sociais de Toulouse. No Brasil, foi somente da década de 1990 que houve uma maior ênfase na questão da Unati por iniciativa da Pontifícia Universidade Católica de Campinas.

Em Goiânia (GO), a Unati-UCG foi criada em 1992 pelos Departamentos de Educação e de Serviço Social, com o apoio da Vice-Reitoria para Assuntos Comunitários e Estudantis (UCG, 2006).

Pela experiência acumulada em seus 14 anos de atividades, a Unati-UCG constitui um importante campo de estudo sobre a população idosa e já possui um razoável acervo de trabalhos científicos sobre o envelhecimento humano produzidos por professores e alunos dos diversos cursos de graduação e pós-graduação da UCG.

A Unati-UCG não é um curso universitário propriamente dito, mas um curso-programa cujo objetivo é propiciar a participação de pessoas da terceira idade no espaço universitário, por meio de atividades específicas voltadas para o desenvolvimento da consciência de cidadania e participação social em diferentes organizações políticas e sociais, e estimular a convivência social com vistas à superação do preconceito e discriminação em relação ao idoso.

A Unati-UCG fundamenta-se em pressupostos gerontológicos de natureza sociopolítica-educativa com uma abordagem multidisciplinar, e o curso/programa conta com uma equipe formada por profissionais de diversas áreas do conhecimento, como Serviço Social, Enfermagem, Nutrição,

Fonoaudiologia, Odontologia, Medicina, Musicoterapia, Sociologia, Teologia, Geriatria, Filosofia, Psicologia, Educação Física, Letras (Português e Inglês) e História.

A proposta pedagógica da Unati-UCG engloba dois semestres letivos com 98 horas cada. O primeiro semestre corresponde ao primeiro período, e os conteúdos das disciplinas abrangem aspectos biológicos, psicológicos, sociais, políticos, culturais e espirituais do envelhecimento, nutrição, saúde da voz, saúde bucal e atividades físicas como hidroginástica, tai-chi-chuan, dança de salão e atividades de socialização.

O segundo semestre trabalha em continuidade com as disciplinas já citadas, com o acréscimo de duas, Geriatria Preventiva e Realidade Social. Os alunos do segundo período também podem optar por uma das oficinas de inglês, artes, informática, coro terapêutico e dança.

Com o objetivo de dar continuidade à socialização dos idosos como também à manutenção dos vínculos estabelecidos, a Unati-UCG criou algumas oficinas extras nas quais os ex-alunos podem participar por tempo indeterminado após o término dos dois semestres do curso-programa que são: Na Memória Mil Histórias, Sentinelas da Saúde, Oficina de Cidadania e Oficina de Vivência Saudável.

Com a aposentadoria, sobra muito tempo para o desenvolvimento pessoal e para a retomada de antigos projetos postergados durante o transcorrer da vida em função de outras prioridades e, sem dúvida, as universidades para a terceira idade vêm contribuir para a retomada do desenvolvimento pessoal, promovendo a auto-estima, a autonomia e a auto-expressão, além de ampliar e produzir novos conhecimentos sobre o processo de envelhecer. As Unatis oferecem um agradável espaço de convivência, contribuindo para amenizar a solidão de muitos idosos, propiciando o contato com diferentes formas de expressão, priorizando ações voltadas para o resgate do viver com qualidade.

Nesse contexto, a educação deve servir de instrumento para prolongar na terceira idade a intensa socialização que se dá desde a infância. Assim, considera-se a aprendizagem durante a velhice tão importante quanto a que prepara o indivíduo para a passagem da infância para a vida adulta.

## ENVELHECIMENTO E QUALIDADE DE VIDA: A PRODUÇÃO CIENTÍFICA REALIZADA COM OS ALUNOS DA UNATI-UCG

Foram encontrados um total de oito trabalhos que abordam a questão do envelhecimento saudável e qualidade de vida, sendo seis da gradua-

ção (TCC) dos cursos de Psicologia e de Serviço Social e dois dos Mestrados em Psicologia (Programa de Mestrado em Psicologia da Universidade Católica de Goiás) e em Enfermagem (Mestrado em Ciências da Saúde da Universidade de Brasília). São eles:

Monografias de Graduação: autores, títulos, ano e curso

- 1) ARAÚJO, M. A. S. *Saúde dos idosos(as) na Universidade Aberta à Terceira Idade-(Unati) inseridos na Universidade Católica de Goiás (UCG)*. Monografia (Graduação em Serviço Social) – Universidade Católica de Goiás, 2005.
- 2) OLIVEIRA, E. P. *A relação do idoso na família: uma visão social*. Monografia (Graduação em Serviço Social) – Universidade Católica de Goiás, 2002.
- 3) OLIVEIRA, H. A. *A educação continuada voltada para a terceira idade: a experiência da Unati-UCG, 1992-2001*. Monografia (Graduação em Serviço Social) – Universidade Católica de Goiás, 2002.
- 4) SANTOS, L. M. *O sair de casa para os alunos da Unati-UCG*. Monografia (Graduação em Serviço Social) – Universidade Católica de Goiás, 2005.
- 5) ABRAÃO, D. M. *O desenvolvimento biopsicossocial, a gerontologia educacional e a sabedoria na terceira idade*. Monografia (Graduação em Psicologia) – Universidade Católica de Goiás, 2003.
- 6) MORAIS, L. B. *A (In)Existência de depressão em mulheres idosas: um olhar sobre o contexto da Unati-UCG*. Monografia (Graduação em Psicologia) – Universidade Católica de Goiás, 2003.

Nesses trabalhos, foram identificados os enfoques que mais evidenciaram a questão do envelhecimento saudável e a qualidade de vida, os quais são apresentados a seguir:

- auto-estima;
- melhora da solidão;
- melhora nas relações sociais;
- conquista de novas amizades;
- calma e felicidade;
- aquisição de novos conhecimentos;
- capacidade de vencer medos;
- melhora na convivência familiar;
- consciência dos direitos;
- compreensão do processo de envelhecimento;



- melhora do humor;
- diminuição da timidez;
- valorização pessoal;
- mudanças no modo de encarar a vida;
- satisfação pessoal.

Foi interessante notar que a maior ocorrência desses eventos se deu com relação à melhora das relações sociais. Segundo os autores, os conteúdos positivos revelados pelos idosos devem-se às mudanças ocorridas no modo de encarar a vida após freqüentarem a Unati. A melhora da autoestima e do relacionamento interpessoal demonstra, também, a satisfação em participar desse curso/programa.

Nesses estudos, de um modo geral, os idosos expressaram que se sentem mais dispostos e encorajados a encararem os desafios do envelhecimento e que passaram a reconhecer seu direito à liberdade de escolhas, em fazer as coisas de que mais gostam, como também passaram a compreender melhor seus direitos sociais após as aulas sobre a legislação do idoso. Comentam que os conteúdos desenvolvidos nas diversas atividades na Unati são tão interessantes que buscam repassá-los para os familiares e amigos.

Um estilo de vida ativo, seja por praticar atividade física ou por uma maior participação na comunidade, inegavelmente traz inúmeros benefícios para os idosos. Os estudos realizados com os alunos da Unati-UCG com a temática do envelhecimento saudável trazem importantes depoimentos confirmando que grande parte dos problemas vivenciados por eles está relacionada a questões sociais tais como sedentarismo, isolamento, preconceitos, perda ou inversão de papéis familiares e diminuição da autonomia, situações que podem levar ao desequilíbrio físico e emocional.

A necessidade de socialização que os idosos expressam é representada no seguinte depoimento registrado por Santos (2005)<sup>1</sup>: “O curso mudou muita coisa na minha vida, eu era muito nervosa, revoltada. [...] fiquei mais calma, mais compreensiva e muito feliz”.

O envelhecimento físico não é e nunca poderá ser obstáculo para manter a mente em constante capacidade de criação e apreensão de novos conhecimentos. Quanto mais informação se adquire, maiores são as possibilidades de trocar experiências e de viver em constante dinamismo social. Ferrari (2002) considera a participação do idoso nas Unatis um meio efetivo de reinserção social que gera uma sensação de satisfação caracterizada pela melhoria no desenvolvimento pessoal.

A confirmação dessa nova realidade que vem sendo construída é expressa na seguinte fala coletada por Oliveira (2002)<sup>2</sup>: “Envelhecer dentro da

UNATI é prazeroso, significa envelhecer com trabalho, satisfação pessoal, lazer e continuação dos estudos”.

A autora desse estudo faz o seguinte comentário:

*A extensão universitária vem possibilitando ao idoso uma educação voltada para o comportamento emocional, as motivações, os interesses e as possibilidades da pessoa adulta e tem como objetivo primordial privilegiar o aluno como sujeito de seu próprio aprendizado, dentro de uma relação participativa entre professor-aluno, trabalhando as capacidades e aptidões (OLIVEIRA, 2002, p. 65).*

Compreende-se, assim, que o envelhecimento bem-sucedido depende de um conjunto de elementos, ressaltando-se principalmente as relações sociais que resgatem a valorização pessoal e diminuam os riscos de exclusão. Quando o idoso percebe-se mais integrado na sociedade, ele busca tornar-se mais ativo, menos isolado, o que possibilita encarar o processo de envelhecimento com mais naturalidade e até mesmo reconhecer seu valor diante da experiência adquirida, o que pode contribuir para diminuir a ocorrência de depressão, tão frequente na terceira idade. Carvalho e Fernandez (2002, p. 160) explicam que

*a depressão da velhice está associada com uma perda da auto-estima, que resulta da incapacidade do idoso de satisfazer necessidades ou impulsos ou de defender-se contra ameaças à sua segurança.*

Dissertações de Mestrado: autores, títulos, ano e curso

- 1) COSTA, F. G. *Representação social da velhice em idosos participantes de instituições para a terceira idade*. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade Católica de Goiás, 2001.
- 2) LOURES, M. C. *Avaliação da depressão, do estresse e da qualidade de vida em alunos no início e final do curso da Universidade Aberta à Terceira Idade – UCG*. Dissertação (Mestrado em Ciências da Saúde) – Universidade de Brasília, 2001.

Os enfoques de maior relevância segundo essas autoras são:

- valorização;
- auto-confiança;
- respeito;
- aquisição de novas amizades;

- melhora na convivência familiar;
- diminuição da depressão;
- diminuição do estresse;
- suporte emocional;
- satisfação;
- melhora nas relações sociais;
- conquistas;
- diminuição da solidão;
- crescimento pessoal.

Costa (2001) relata, em sua dissertação de Mestrado, que a Unati-UCG é percebida pelos idosos como um espaço de conquistas pela possibilidade que tiveram de adquirir conhecimentos sobre o envelhecimento e, assim, poderem compreender melhor e de forma positiva esta etapa da vida. Refere, também, que os idosos que participam desse curso/programa consideram que ele é o lugar onde a sensação de solidão e isolamento é substituída pelo sentimento de satisfação, pois a integração com outras pessoas diminui os efeitos das perdas sofridas, tornam-os mais ativos e capazes de desenvolver novas habilidades, e o tempo passa a ser preenchido por algo que traz prazer e crescimento pessoal em um momento da vida que mudanças positivas pareciam não ser mais possíveis.

Analisando esses trabalhos, percebe-se que a participação nesse curso/programa é importante para promover a qualidade de vida para essa população, mas não como fator isolado. A participação da família e a aceitação da sociedade em geral são de grande importância na transformação da vida de idosos que vivenciam a solidão, o estresse do envelhecimento e a depressão. Loures (2001, p. 40) alerta que a

*depressão na velhice freqüentemente passa despercebida através de uma barreira de isolamento social, pessimismo face à existência, passividade e queixas somáticas que têm sido erradamente consideradas como parte do processo normal de envelhecimento.*

A leitura desses trabalhos revelou que, sem dúvida, a convivência dos idosos no curso/programa da Unati-UCG trouxe modificações positivas para a vida deles, sobretudo pela maneira respeitosa como são tratados. Essa observação alerta para o fato de que o ambiente acolhedor deve se constituir como princípio ético não somente nas instituições que trabalham com idosos, mas que o tratamento respeitoso se inicie no convívio familiar, estendendo-se à comunidade pela prática efetiva e recíproca da convivência digna

na qual todos se reconheçam como cidadãos que sabem preservar seus direitos e deveres.

## CONCLUSÃO

Os resultados desses estudos confirmam que o envelhecimento saudável mantém estreita relação com a saúde e a autonomia do indivíduo e que as pessoas idosas podem permanecer ativas e independentes desde que lhes seja proporcionado o apoio adequado.

Este estudo direciona para três questões centrais que merecem a devida reflexão acerca dos dados verificados, quais sejam:

- a primeira refere-se à importância da preservação das relações sociais na terceira idade. O papel da Unati-UCG tem demonstrado sua importância como alternativa para resgatar a interação dos idosos com a sociedade, proporcionando melhora na auto-estima. Os idosos confirmam que as atividades desenvolvidas são bem-vindas e contribuem para afastá-los da mesmice cotidiana em que nada de novo acontece. Espera-se, assim, que esse programa de extensão possa estimular novos multiplicadores de ações educativas na área do envelhecimento a fim de ampliar as formas de aprendizado na terceira idade de modo a atingir a população idosa que não tem acesso aos programas de extensão desenvolvidos pelas universidades;
- a segunda diz respeito à importância da interdisciplinaridade como estratégia de promoção à saúde da população idosa, funcionando como instrumento em busca de mudanças que venham somar conhecimentos, favorecendo o surgimento de novas pesquisas, provocando reflexões de modo a buscar alternativas para conhecer mais e melhor o cliente idoso, sem esquecer as diversidades das relações, quer sejam na vida familiar, na vida social e cultural. Para a Enfermagem, os estudos interdisciplinares trazem uma construção coletiva benéfica que estimula o repensar da prática do cuidar e sua ampliação em novos saberes, atitudes e valores, que possibilitem uma melhor compreensão da complexidade e da dinâmica biopsicossocial relacionada ao idoso;
- a terceira questão alerta para a importância da família em relação ao processo de envelhecimento. Sabe-se que nesta fase da vida o apoio familiar e social são fontes primordiais de motivação para o idoso. Com isso, faz-se necessário indagar qual o apoio que a família vem recebendo para poder realizar seu papel junto aos seus familiares que estão vivenciando a fase do envelhecimento.

Este estudo permitiu compreender que o processo de envelhecimen-

to é algo dinâmico, multifacetado e construído socialmente, demonstrando a necessidade de despertar um novo olhar dos profissionais de saúde para a construção de novas pesquisas e elaboração de práticas preventivas que visem a promover o envelhecer com saúde e qualidade.

## Notas

<sup>1</sup> Monografia 4.

<sup>2</sup> Monografia 3.

## Referências

- BACELAR, R. *Envelhecimento e produtividade: processos de subjetivação*. 2. ed. Recife: Fasa, 2002.
- BRASIL. *Lei n. 8.842, de 4 de janeiro de 1994*. Dispõe sobre a Política Nacional do Idoso, cria o Conselho Nacional do Idoso e dá outras providências. Disponível em: <<http://www.pge.sp.gov.br/centrodeestudos/bibliotecavirtual/dh/volume%20i/idosolei88>>. Acesso em: 09 nov. 2006a.
- BRASIL. *Lei n. 10.741, de 1º de outubro de 2003*. Dispõe sobre o Estatuto do Idoso e dá outras providências. Disponível em: <<http://www.planalto.gov.br/CCIVIL/leis/2003/L10.741.htm>>. Acesso em: 03 out. 2006b.
- CACHIONI, M; NERI, A. L. Educação e velhice bem-sucedida no contexto das universidades da terceira idade. In: NERI, A. L.; YASSUDA, M. S (Orgs.). *Velhice bem-sucedida: aspectos afetivos e cognitivos*. Campinas: Papirus, 2004. Cap. 2. p. 29-49.
- CALAZANS, R. A. Envelhecimento e demência. In: ABREU, M. C de. (Org.). *Viver plenamente*. Brasília: Líder Livro, 2005. Cap. 1, p. 11-23.
- CARVALHO, V. de F. C.; FERNANDEZ, M. E. D. Depressão no idoso. In: PAPALÉO NETTO, M. *Gerontologia: a velhice e o envelhecimento em visão globalizada*. São Paulo: Atheneu, 2002. Cap. 16, p. 160-173.
- COSTA, F. G. *Representação social da velhice em idosos participantes de instituições para a terceira idade*. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade Católica de Goiás, Goiânia, 2001.
- DUARTE, M. J. R. S. Autocuidado para a qualidade de vida. In: CALDAS, C. P. (Org.). *A saúde do idoso: a arte de cuidar*. Rio de Janeiro: Eduerj, 1998. Cap. 1, p. 17-34.
- FERRARI, M. A. C. Lazer e ocupação do tempo livre na terceira idade. In: PAPALÉO NETTO, M. *Gerontologia: a velhice e o envelhecimento em visão globalizada*. São Paulo: Atheneu, 2002. Cap. 10, p. 98-105.
- LOURES, M. C. Avaliação da depressão, do estresse e da qualidade de vida em alunos no início e final do curso da universidade aberta da terceira idade. Dissertação (Mestrado em Ciências de Saúde) – Universidade de Brasília, Brasília, 2001.
- MEIRELLES, B. H. S; ERDMANN, A. L. A interdisciplinaridade como construção do conhecimento em saúde e enfermagem. *Texto & Contexto Enfermagem*, Florianópolis, v. 14, n. 3, p. 411-418, 2005.
- NERI, A. L. (Org.). *Psicologia do envelhecimento: temas selecionados na perspectiva de curso de vida*. Campinas: Papirus, 1995.

OLIVEIRA, H. A. *A educação continuada voltada para a terceira idade: a experiência da Unati/UCG 1992-2001*. Monografia (Graduação em Serviço Social) – Universidade Católica de Goiás, Goiânia, 2002.

OPAS: Organização Pan-Americana de Saúde. *Envelhecimento ativo: política de saúde*. Trad. Suzana Gontijo. Brasília: 2005.

PAVARINI, S. C. et al. A arte de cuidar do idoso: gerontologia como profissão?. *Texto & Contexto Enfermagem*, Florianópolis, v. 14, n. 3, p. 398-402, 2005.

SANTIAGO, E. A. et al. Atividades em grupo: alternativas para minimizar os efeitos do envelhecimento. *Textos sobre Envelhecimento*, Rio de Janeiro, v. 8, n. 3, 2005. Disponível em: <<http://www.unati.uerj.br/tse/scielo.php?script=sci-arttext&pid=51517-5928200500030>>. Acesso em: 30 ago. 2006.

SANTOS, L. M. O sair de casa para os alunos da Unati/UCG 2004/2. Monografia (Graduação em Serviço Social) – Universidade Católica de Goiás, Goiânia, 2005.

SANTOS, S. R. dos. et al. Qualidade de vida do idoso na comunidade: aplicação da escala de Flanagan. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, Ribeirão Preto, v. 10, n. 6, p. 757-64, 2002.

SAYEG, M. A; PEREIRA, S. R. M. Perfil de desempenho de geriatria e do gerontólogo. In: SOCIEDADE BRASILEIRA DE GERIATRIA E GERONTOLOGIA. *Caminhos do envelhecer*. Rio de Janeiro: Revinter, 1994. Cap. 8, p. 35-8.

SILVA, J. C. Terceira idade e cidadania. In: CASTRO, O. P de. (Org.). *Velhice, que idade é essa?* Uma construção psicossocial do envelhecimento. Porto Alegre: Síntese, 1998. Cap. 1, p. 17-23.

UCG: Universidade Católica de Goiás. *Universidade Aberta à Terceira Idade-UNATI UCG*, 2003. Disponível em: <<http://www.ucg.br/vae/EtgUnati.htm>>. Acesso em: 16 set. 2006.

VICTOR, J. F; SILVA, M. J da. ARAÚJO, A. R de. O conceito de envelhecimento entre os profissionais de saúde da família. *Revista René – Revista da Rede de Enfermagem do Nordeste*, Fortaleza, v. 3, n. 2, p. 71-6. jul./dez. 2002.

*Abstract: this article aims knowing the studies realized with the population involved in the educational program University of the Third Age held at the Universidade Católica de Goiás in the matter of getting old and quality of life. The content of the studies leads to an understanding of the process of getting old as a dynamic phenomena, with many faces and socially built.*

*Key words: getting old process, quality of life, University of the Third Age*

ELAINE F. DE L. BARBOSA

Enfermeira graduada pela Universidade Católica de Goiás (UCG) em 2007/01.

IZABEL JAKELINE M. L. MOREIRA

Enfermeira graduada pela UCG em 2007/01.

MARIA LÚCIA F. M. CUNHA

Mestre em Educação. Professora assistente I no Departamento de Enfermagem, Nutrição e Fisioterapia da UCG. Enfermeira.