

ENVELHECIMENTO ATIVO: DESAFIOS E POSSIBILIDADES

Neuda Ribeiro Macedo

Resumo

O envelhecimento saudável é uma preocupação de toda a sociedade e a busca pela qualidade de vida torna-se uma necessidade em meio ao aumento da população longeva no Brasil e no mundo. O objetivo do estudo foi identificar desafios e expectativas vivenciados pelas idosas em um curso de informática, situado em uma Região Administrativa do Distrito Federal - RA. Optou-se pela pesquisa qualitativa de caráter exploratório. Participaram da pesquisa dez idosas e o professor de informática. Os resultados obtidos através da análise dos dados das entrevistas e da observação mostram que as idosas enfrentam os desafios e superam com dignidade. Este trabalho teve como suporte legal a Constituição da República Federativa do Brasil de 1988 e o Estatuto do Idoso, Lei nº 10.741 de 1º de outubro de 2003.

Palavras-chave: Idoso, envelhecimento ativo, espaços de aprendizagem.

Vivenciamos neste século XXI verdadeiras revoluções paradigmáticas, ou seja, descobertas científicas e o avanço tecnológico estão modificando a maneira de ver, compreender e interferir no mundo. Nessa direção a sociedade contemporânea é desafiada a buscar informações e possibilidades para atender diferentes dimensões do ser humano e, assim, responder as necessidades dessa população.

De acordo com Kuhn (2011), os grandes progressos de uma ciência só acontecem quando os seus próprios paradigmas são desafiados e substituídos por novos paradigmas. Afinal o que é paradigma? Conforme Holanda (2009), paradigma etimologicamente (do grego, *parádeigma*) significa literalmente modelo e a representação de um padrão e valores a serem seguidos. É um pressuposto filosófico, matriz, ou seja, uma teoria, um conhecimento que origina o estudo de um campo científico.

A Segunda Assembleia Mundial sobre o Envelhecimento, realizada em Madrid, Espanha, em abril de 2002, celebra em todo seu teor o aumento da expectativa de vida em todo o planeta como uma das maiores conquistas da humanidade. Nesta ocasião, foram definidas as diretrizes que orientarão as políticas públicas relativas à população idosa para o

século XXI, envolvendo toda a sociedade. As propostas resultantes da Segunda Assembleia Mundial (MADRID, 2002) se baseiam em uma nova concepção de velhice, construída em torno do envelhecimento ativo, entendido aqui como independência, autonomia, participação social e política.

Envelhecimento ativo é um conceito definido pela Organização Mundial de Saúde (OMS,2005, p. 45-46), como um processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas ficam mais velhas. Em outras palavras, é manter a autonomia e a independência dos idosos, não só em relação à saúde física, mas nas questões sociais, econômicas, culturais, espirituais e civis.

Nessa perspectiva, a palavra ativo refere-se à participação contínua nas questões sociais, educacionais, econômicas, culturais, espirituais, isto é, abarca todas as dimensões do ser humano, e não somente a capacidade de estar fisicamente ativo ou produtivo, isto é, fazer parte da força de trabalho. Assim, ao longo da vida, o indivíduo deve vivenciar cada etapa de seu tempo, cada fase de seu corpo, da sua mente do contexto em que está inserido.

Na história da sociedade brasileira, diferentes denominações foram utilizadas para o idoso: velho, tio, terceira idade, melhor idade, idade madura, idade legal, idade feliz, longo, entretanto é importante registrar que a Constituição da República Federativa do Brasil de 1988, conhecida como “Constituição Cidadã” marcou uma nova era no trato dessas pessoas no Brasil. Primeiro porque estreou a adoção dos termos “ idosa” e “pessoa idosa” para se referir a elas e, também, por prever a necessidade de uma legislação específica para atender aos seus direitos.

Assim, em consonância com a Constituição da República Federativa do Brasil de 1988 e o Estatuto do Idoso, Lei nº 10. 741 de 1º de outubro de 2003, no seu “art. 1º destinado a regular os direitos assegurados às pessoas com idade igual ou superior a 60 (sessenta) anos”; nesta pesquisa, de acordo com a Lei maior do nosso país e a Lei específica dessa demanda, será adotado o termo idoso.

Para Doll (2007), uma das funções da educação é promover a atualização de conhecimentos para que a população possa acompanhar o desenvolvimento do mundo atual. A maior mudança dos últimos tempos é o avanço da informática e sua entrada no trabalho e nos lares. Aprender a lidar com algo que não existia quando os idosos, de hoje, estavam em idade escolar é um desafio importante para a educação.

Kachar (2003) argumenta que os idosos vão rompendo seus medos, suas inseguranças e desafiando o uso da tecnologia, não só como instrumento de conhecimento e informação,

mas como entretenimento, aprendendo junto e reduzindo o isolamento por meio da convivência comunitária, estimulando e alimentando as relações interpessoais, ou mesmo, promovendo encontros de gerações na Web.

O objetivo do presente estudo foi identificar expectativas, desafios e contribuições das atividades vivenciadas pelas idosas matriculadas em um curso de informática situado em uma Região Administrativa do Distrito Federal.

Metodologia

No que se refere ao tipo de pesquisa, foi utilizada a abordagem qualitativa de caráter exploratório. Foram empregadas para a coleta de dados as técnicas da entrevista individual semiestruturada e a observação em sala de aula. Para a efetivação dessas técnicas foi elaborado um roteiro constituído de duas partes: a primeira estabelece as características dos participantes da pesquisa, e a segunda diz respeito as concepções relacionadas ao objeto da pesquisa.

É importante ressaltar que existem muitas definições para a investigação qualitativa. Entretanto, todas comungam com a seguinte concepção: “[...] a investigação de índole qualitativa baseia-se no método indutivo, porque o investigador pretende revelar a intenção, o propósito da ação, estudando-a na sua própria posição significativa” (COUTINHO, 2005, p. 89).

Goldenberg (2009) afirma ainda que a representatividade dos dados na pesquisa qualitativa nas ciências sociais, está relacionada à sua capacidade de possibilitar a compreensão do significado e a descrição dos fenômenos estudados em seus contextos, e não à sua expressividade numérica.

A esse respeito, assegura que a pesquisa exploratória tem por finalidade desenvolver, esclarecer e modificar conceitos e ideias, tendo em vista a formulação de problemas mais precisos para estudos posteriores. Seu planejamento tende a ser bastante flexível, pois interessa considerar os mais variados aspectos relativos ao fato ou ao fenômeno estudado. Köcher (2011) acrescenta que o objetivo fundamental de uma pesquisa exploratória é descrever ou caracterizar a natureza das variáveis que se quer conhecer.

Dessa forma, investigar a temática do idoso não é tarefa fácil, pois envolve o estudo de sujeitos concretos, determinados pela pluralidade da vida social, considerando-se desde os fatores econômicos, passando pelos culturais e até, aspectos singulares do percurso de vida do indivíduo.

Assim, pensar o sujeito como processo resultante da ação comunicativa, supõe inseri-lo num contexto determinado de atores sociais, pois a subjetividade e a objetividade são instâncias que se constituem em uma etapa vinculada a outra.

Consolidando a discussão, Flick (2009) assevera que a pesquisa qualitativa não é construída com base em uma teoria ou em uma abordagem metodológica unificada, acrescentando que esta pode adotar várias posturas e métodos, incluindo o uso de observações, entrevistas, questionários e análises de documentos.

Ao priorizar a temática do idoso na contemporaneidade, podemos realizar uma investigação mais profunda, bem como atender às recomendações apresentadas por Yin (2010), quando adverte que se deve optar por essa abordagem quando se tem pouco controle sobre os eventos ou quando o foco se encontra em fenômenos contemporâneos inseridos em algum contexto da vida real. Sem contar que tal abordagem é ideal quando a situação a ser investigada é ampla e complexa para ser abordada em seu conjunto.

A pesquisa foi desenvolvida num curso básico de informática situado em uma Região Administrativa do Distrito Federal, oferecido pelo Centro de Convivência do Idoso. Ressalta-se, ainda, que a escolha do Centro de Convivência do Idoso – CCI deveu-se ao fato de este constituir um espaço de referência para a comunidade, e de apresentar condições físicas, sociais e pedagógicas para a promoção de diferentes cursos para o idoso, dando-lhe oportunidade de edificar seu projeto de envelhecimento ativo.

Participantes da pesquisa

É importante salientar que por ocasião da pesquisa, encontravam-se matriculados no curso selecionado, apenas representantes do sexo feminino. Assim sendo, a escolha do sexo das participantes foi definida pela situação existente. Participaram da pesquisa dez idosas ativas, de um curso de informática, oferecido pelo Centro de Convivência do Idoso – CCI, que atuam efetivamente em atividades sociais e religiosas. Também participou da pesquisa o professor de informática.

O caráter etário da seleção dos indivíduos baseou-se, pois, na classificação disposta no Estatuto do Idoso, Lei n.º 10.741, de 1º de outubro de 2003, (BRASIL, 2003), isto é, 60 anos ou mais. No curso de informática as aulas são ministradas para as turmas de idosas que também recebem atendimento individual de acordo com o ritmo e as necessidades de cada uma. As aulas acontecem duas vezes por semana, de 14h às 15 h, durante um semestre letivo, sendo permitida a renovação de matrícula de acordo com a necessidade e o interesse da idosa.

As ações desenvolvidas, neste grupo, estão embasadas primordialmente nas necessidades e nos interesses dos idosos, bem como, no reconhecimento de seus direitos de cidadãos, estimulando a reflexão sobre a possibilidade de o idoso reescrever sua história, e construir um envelhecimento ativo.

Para efeito de sigilo, nesta pesquisa, as idosas foram codificadas com a letra “I” maiúscula, e um numeral à direita.

Instrumentos e coleta de dados

De acordo com os objetivos desta pesquisa, foram utilizadas para a coleta de dados as técnicas de entrevista individual semiestruturada e da observação sistemática. Os dados colhidos foram analisados por meio da técnica de análise de conteúdo.

Conforme Bauer e Gaskell (2002), a entrevista semiestruturada possibilita uma compreensão detalhada das crenças, atitudes, valores e motivações, em relação aos comportamentos das pessoas em contextos sociais específicos

Com relação à entrevista individual, Vergara (2008) comunica que um roteiro com estrutura semiaberta permite induções, exclusões e explicações ao entrevistado, quanto a alguma questão ou palavra, podendo revelar não só a opinião do respondente, mas também seu nível de informação acerca do tema pesquisado.

No que diz respeito à observação, Lakatos e Marconi (2010) afirmam que esta é considerada um instrumento de coleta de dados que utilizando os sentidos na apreensão de determinados aspectos da realidade. Não se trata apenas de ver e ouvir, mas também de interpretar fatos e fenômenos que se deseja investigar. Essa técnica permite ao pesquisador a coletar dados sobre um conjunto de atitudes comportamentais evidenciadas durante a observação.

Vale ressaltar que todas as perguntas contidas no roteiro estabelecido foram mantidas por não suscitarem dificuldades aos respondentes. Antes do início da coleta dos dados foi obtida autorização da coordenadora do curso de informática.

No primeiro momento, foram apresentados os objetivos da pesquisa, e agendado um encontro com os idosos que iriam participar do pré-teste para revalidação do roteiro da entrevista. Posteriormente, foi encaminhada, ao coordenador a carta de apresentação na qual era explicada a pesquisa, como também, se solicitava sua realização naquela instituição.

O encontro com as dez idosas participantes da entrevista aconteceu na sala de aula com a permissão do professor regente. Nesse momento, o objetivo foi apresentar a

importância da informação e do conhecimento para a compreensão do fenômeno da longevidade humana na sociedade contemporânea.

As participantes foram informadas sobre o uso do gravador na dinâmica das entrevistas e do sigilo quanto à identificação das respondentes. Obedecendo a Resolução n.º 196/1996, do Conselho Nacional de Saúde, o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido foi lido e devidamente assinado pelas idosas, a fim de assegurar a participação voluntária.

As convidadas mostraram tranquilidade interesse e disponibilidade para participar das entrevistas. Conforme o roteiro, a entrevista se constituiu de duas partes: na primeira foram solicitadas informações que caracterizassem as participantes; e na segunda buscou-se obter informações relacionadas aos aspectos substantivos da temática a ser pesquisada, e conseqüentemente, o atendimento aos objetivos da pesquisa. Cada entrevista durou em média (trinta) minutos.

Tanto as entrevistas quanto às observações ofereceram dados significativos para o entendimento do fenômeno da longevidade no Distrito Federal.

Análise e discussão dos dados

De acordo com a técnica de Bardin (2011), as análises obtidas nas entrevistas realizadas foram discutidas e sintetizadas para as interpretações dos conteúdos nelas levantados, classificando e categorizando os dados contidos. Com esse procedimento, foram feitas constatações e a análise dos conteúdos com a elaboração de categorias preestabelecidas. Cumprida as etapas e estabelecendo os conteúdos nelas codificados, chegando-se as considerações finais do trabalho.

As participantes afirmaram que o processo de envelhecimento não é opcional, logo, sendo natural é importante aprender a viver com qualidade nessa fase da vida. Relataram, ainda, que a dificuldade da sociedade em conviver com o diferente faz com que o idoso enfrente preconceitos em casa, nas ruas, na vida, sendo o preconceito um dos maiores desafios enfrentados pelos idosos. Entretanto destacam que a solidão, as doenças próprias da idade são suportadas quando desfrutam do convívio com as pessoas, estudando informática, participando grupos da igreja. Corroborando com os resultados já constatados pelas pesquisas desenvolvidas por Csikszentmihalyi e Nakamura (2003), as pessoas idosas que continuam ampliando sua área de domínio ou investem em outros conhecimentos, como também alimentam um círculo de convivência com pessoas afins têm probabilidade de continuar

cultivando sucesso como seres criativos e, manterem-se inserido socialmente, mesmo depois da aposentadoria.

Eu acho normal ficar velha, mas não é fácil, existe muita discriminação em relação ao idoso. Começa na família, porque a maioria dos idosos hoje são escravos da família e muitas vezes, querem fazer uma atividade e não podem, porque algo familiar os impede (I - 1).

Eu sou uma pessoa que vivo o hoje. Assim nem me lembro de que já sou idosa. O espelho é que sempre me lembra de que estou envelhecendo. A velhice chega lentamente. Ela é terrível! (I - 5).

Olha, para mim foi difícil, porque não me conformava em ser velha. Mas hoje eu compreendo diferente, sei que é uma fase da vida, e que não se pode mudar. Mas o idoso pode aprender e passar sua experiência para outras pessoas. Então resta ao idoso lutar pela saúde e vencer os preconceitos de toda ordem, a sociedade, ainda exclui o idoso (I - 7).

O idoso sofre muito, muito preconceito em todos os lugares, no transporte público, banco, mercado onde o idoso for existe preconceito. Eu trabalho em minha casa, lavo e passo roupa, preparo comida. E também vou ao curso de informática no CCI. Lá eu converso com as amigas e esqueço a doença, as dores na coluna. Na verdade eu não posso ficar parada senão adoeço (I - 5).

As participantes argumentaram, que há pessoas com paciência para ouvir, informar, conversar, outras, não, simplesmente ignoram a presença do idoso, que é visto como um ser improdutivo socialmente, e assim, sem valor humano. Entretanto, declararam que, em relação a outras épocas, hoje está tudo mais desenvolvido, há mais facilidades e oportunidades para os idosos, por exemplo, elas estão estudando e aprendendo a viver melhor, conhecendo novas pessoas e diminuindo a tristeza e o isolamento. Mas enfatizam as participantes: o idoso, ainda é visto como alguém que deve ficar fora da sociedade.

Esses indicadores significativos remetem a uma gama de reflexões discutidas por Romans e Trilla (2003. p.85) “Pertencer a uma sociedade é sentir-se ligado a ela através de um projeto”. E isso é algo que nem sempre franqueamos ao grupo social de pessoas idosas. As contribuições das pessoas idosas são importantes para a sociedade e teriam que ser, não só, reconhecidas como também promovidas.

As entrevistadas relataram com alegria a iniciativa de estudar informática, embora com dificuldade de enfrentar o desconhecido, caracterizado pela maioria; outro fator apontado pelas idosas foi acreditar na possibilidade de estudar a tecnologia para melhor interagir com as pessoas da família e da sociedade, e assim continuar motivadas e prosseguir estudando, representado por uma pequena parte. A comunicabilidade foi destacada, pela maioria, como

elemento indispensável, não só para a interatividade com pessoas de diferentes idades, mas, sobretudo, condição essencial para a convivência, em sala de aula. Essa categoria também foi evidenciada pelo professor.

Para mim mudou muito, eu não sabia nada sobre o uso do computador era totalmente estranho para mim, na verdade, eu tinha medo de mexer e estragar tudo. Agora eu já sei ligar e desligar o computador, já conheço alguns passos, sei passar e-mail, leio alguns textos. Então já tive avanço; disse ela (I - 4).

Ah!! Depois que eu passei a frequentar o curso de informática, muita coisa mudou em minha vida para melhor. Já sei entrar na internet, pesquisar as minhas poesias antigas. Agora eu clico o site, pesquiso e revejo tudo de novo, uma beleza! Copio tudo no caderno, releio todas, e volto ao meu tempo de estudante (I - 10).

As dificuldades são tantas que eu nem sei explicar. Eu sentia vergonha de não saber nada. O professor precisou ter bastante paciência comigo. Mas agora eu me sinto bem melhor, me sinto mais segura e continuo aprendendo. Ligar e desligar o computador sem ajuda de ninguém é libertador (I - 6).

Acho gratificante para o idoso ainda poder sair de casa e estudar. Hoje há vários cursos não só de informática, mas de línguas estrangeiras, automassagem, canto, e outros para o idoso. É só buscar e provar que o idoso, apesar da idade aprende, exercita em grupo, e se melhora (I - 2).

Eu soube do curso de informática por indicação de amigos. Eu já tinha vontade de aprender a mexer com essa tal tecnologia. E assim que eu encontrei esse curso, logo comecei a estudar e estou aprendendo (I - 10).

Foi observado nos relatos das participantes, que a maioria reconhece a importância do curso de informática para suas vidas como favorecimento a uma vida mais participativa. Essas alterações identificadas pelas idosas, ao participarem de um espaço de aprendizagem, representam um forte indício de que tais experiências podem ser capazes de ressignificar, não apenas o aspecto cognitivo, mas a ampliação do círculo de amizades dando um significado mais estável ao universo de vida dessas pessoas. A prática pedagógica mostrou que o conhecimento adquirido, em classe, tem contribuído para significar o cotidiano promovendo um novo dimensionamento em todos os aspectos existenciais.

Diante dessa realidade, Warshauer (2007, p. 907) justifica a importância da inclusão digital, afirmando que:

É essencial fazer parte dessa rede, não apenas no sentido da inclusão econômica, mas para que quase todos os outros aspectos da vida cotidiana, incluindo educação, participação política, assuntos comunitários, produção cultural, entretenimento e interação pessoal, viabilizando, assim novas estruturas organizacionais de participação social, desde salas de bate-papo entre pessoas, passando por serviços de encontro online e sites de ação política, até o aprendizado à distância pela internet.

Nesse espaço universal de comunicação, a criança, o jovem, o adulto e o idoso devem ter acesso e conhecimento para utilizar o computador e as tecnologias de forma independente, isto é, com autonomia, sem precisar da ajuda de terceiros, sobretudo, a internet, o celular, caixas eletrônicos e aparelhos domésticos.

Assim, a sociedade da informação não deve ser restrita, deve possibilitar o acesso à tecnologia a toda população em todo seu potencial. Os resultados das entrevistas nos permitiram inferir a contribuição da educação como instrumento que pode contribuir e facilitar à construção de um envelhecimento ativo e participativo, segundo a OMS (2005). A população idosa que, por fatores de transição e especificidades, ficou excluída do processo de inclusão tecnológica, tem na sociedade da informação uma nova chance de reconstruir seus referenciais afetivos, familiares, educacionais e sociais.

Como observado pela entrevistadora, o estudo mostrou que a escola para o idoso é um espaço de referência de interatividade, onde as idosas se encontram, conversam, estudam e dividem as experiências, as tristezas e também as alegrias, e as possibilidades de construir amizades. É importante destacar que, em sala de aula, todas se ajudam e riem de suas próprias dificuldades. A entrevistadora percebeu, através do manejo do corpo, o sentimento de alegria e o prazer de narrar as experiências compartilhadas pelas idosas ao frequentarem o curso.

Em atenção ao objetivo quarto desta pesquisa foi realizado uma entrevista com o professor da turma buscando identificar condições relativas ao ensino da informática para idosos e a importância das relações interpessoais no processo ensino aprendizagem.

Quando indagado, na segunda parte do roteiro, sobre quatro aspectos positivos decorrentes das relações interpessoais construídas em sala de aula entre alunas-alunas, e alunas-professor. O professor nomeou a evolução na comunicação como aspecto essencial para o bom andamento do aprendizado e destaca que essa relação de abertura o ajudou a ser

menos tímido, propiciando um relacionamento mútuo de carinho e confiança. Os idosos precisam de muita atenção; ressalta o professor.

Relatou, com alegria, que aprendeu com as alunas idosas a desenvolver a paciência na resolução das atividades propostas. Elas não se preocupam com a pressa. E então percebi a importância de respeitar o ritmo de cada uma. “Cada aluno tem seu tempo. Aprendi com elas.”

Para Vieira (2003) o espaço de aprendizagem e troca de experiências depende da capacidade e da abertura para que ocorram trocas de energia, emoção, conceitos e vivências entre professor e alunos envolvidos no processo de aprendizagem, o que demanda uma sensibilidade aguçada na comunicação interpessoal. Proporcionando a possibilidade de realizar um processo de interação rico e significativo, garantindo uma boa atividade de reflexão individual e coletiva.

Há muitas dificuldades para mim, o computador era um mundo desconhecido, não sabia o nome dos aparelhos, tinha medo de ligar e desligar o computador. Eu fazia os exercícios e na próxima aula, já não me lembrava de mais nada. Sentia-me “burra” Hoje já aprendi alguma coisa, fiz amizades, e estou feliz
(I - 10).

As dificuldades são tantas que eu nem sei explicar. Eu sentia vergonha de não saber nada. O professor precisou ter bastante paciência comigo. Mas agora eu me sinto bem melhor, me sinto mais segura e continuo aprendendo. Ligar e desligar o computador sem ajuda de ninguém é libertador (I - 6).

Os resultados da observação, em sala de aula, mostrou a dinâmica pedagógica do professor e as relações interpessoais professor/alunas. Foi evidenciado a motivação na sua prática, também a cumplicidade favorecendo a construção de um espaço colaborativo. Outro aspecto identificado no cumprimento da tarefa do professor foi a vivência do respeito à singularidade da pessoa idosa, contribuindo para um clima de afetividade, segurança e desenvolvimento da aprendizagem.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O acelerado processo de mudança demográfica repercute em todos os níveis da vida social. Nas circunstâncias em que a população idosa cresce torna-se imperativo, não só, o desenvolvimento de políticas públicas em diferentes instâncias, mas, sobretudo, sua efetivação tornando realidade as diretrizes estabelecidas em relação à contribuição do Estado envolvendo a Previdência Social, Saúde Pública e Assistência Social. Acrescenta-se a essas diretrizes,

implicações da estrutura familiar, da mídia, dos mercados de trabalho e do consumo com vista a esta população.

No entanto, é fundamental que o idoso tenha consciência da importância de conhecer os princípios defendidos na Constituição da República Federativa do Brasil de 1988 e do Estatuto do Idoso, Lei nº 10.741 de 1º de outubro de 2003, para melhor reivindicar seus direitos. Segundo Hessel e Morin (2012, p. 56) “a mudança individual e social são indissociáveis, sendo cada uma delas, sozinha, insuficiente”.

Nesse panorama, as reflexões realizadas ao longo desse estudo foram baseadas nas expectativas e desafios, no que diz respeito às contribuições das atividades vivenciadas pelos idosos matriculados em um curso de informática, e em um curso de artesanato.

Assim, rompendo com modelos e padrões preestabelecidos socialmente, essas idosas transpuseram, com sabedoria, os antigos paradigmas e lutam por uma velhice bem sucedida, saindo em busca de si e do outro. Observou-se que dentro do curso de informática as idosas demonstram uma participação ativa e o estabelecimento de relações empáticas, ampliando a rede de amizade, fator que facilita o bem-estar durante a velhice, adiando o processo de envelhecimento comportamental.

Nesse sentido é importante a inserção, no currículo educacional, desde as séries iniciais, o estudo da longevidade humana, utilizando a transversalidade como meio apropriado para sua concretização. Essa concretude se efetivará, particularmente, com o comprometimento daqueles envolvidos no processo educacional.

Espera-se, ainda, que essa análise possa contribuir para incrementar o panorama de possibilidades para o estudo do tema, assim como, fortalecer a investigação nessa área, ao discutir as diferentes ferramentas utilizadas para a compreensão desse fenômeno: longevidade humana.

Os resultados da pesquisa evidenciaram que o idoso possui a capacidade de ajustar seus projetos de vida com base nas condições que lhes são oferecidas. Como dizia Freire (2001) a satisfação com a vida se mantém elevada, quando há empenho e possibilidades para o alcance de metas significativas na manutenção ou restabelecimento de uma vida com qualidade

REFERÊNCIAS

ASSEMBLEIA MUNDIAL SOBRE ENVELHECIMENTO, 2, em Madrid, Espanha: Aprova Plano de Ação e Declaração Política. Disponível em:

<<http://www.unric.org/html/portuguese/ecosoc/ageing/idosos-final.pdf>>. Acesso em: maio. 2012.

BARDIN, L. **Análise de Conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2011.

BAUER, M.; GASKELL, G. **Pesquisa qualitativa com texto, imagem e som: um manual prático**. Petrópolis: Vozes, 2002.

BRASIL. Constituição (1988). **Constituição da República Federativa do Brasil**. Brasília. DF: Senado Federal, 1990.210 p.13-404.

_____. Presidência da República. **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-03/Leis/2003/L10.741.htm>> Acesso em: 29. abr..2012.

CSIKSZENTMIHALYI, M.; NAKAMURA, J. Creativity in Later Life. In: _____. **Creativity and Development**. OXFORD: Pergamon, p. 10-20, 2003.

COUTINHO, C.M. G. F. **Percursos de investigação em Tecnologia Educativa em Portugal**. Porto, 2005.

DOLL, J. Educação, cultura e lazer: perspectivas de velhice bem-sucedida. In: NERI, A, L.(Org.). **Idosos no Brasil: vivências, desafios e expectativas na Terceira Idade**. São Paulo: Fundação Perseu Abramo /SESC, 2007. p. 110-123.

FLICK, U. **Introdução à pesquisa qualitativa**. 3. ed. Artmed: Porto Alegre, 2009.

FREIRE, P. **Educação e mudança**. 2 ed. São Paulo: Paz e Terra, 2001.

GALVÃO, A. **Considerações sobre o conceito de ciência**. Brasília: UCB, 2001

GOLDENBERG, M. **A arte de pesquisar: como fazer pesquisa qualitativa em Ciências Sociais**. Rio de Janeiro: Record, 2009.

HESSEL, S; MORIN, E. **O caminho da esperança**. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2012.

KACHAR, V. **Terceira idade e informática: aprender revelando potencialidades**. São Paulo: Cortez, 2003.

KÖCHER, J. C. **Fundamentos de metodologia científica: teoria da ciência e iniciação à pesquisa**. 29 ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2011.

KUHN, T. S. **A estrutura das revoluções científicas**. 10. ed. São Paulo: Perspectiva, 2011.

LAKATOS, E. M; MARCONI, M. A. de. **Fundamentos de metodologia científica**. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2010.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE – OMS. **Envelhecimento ativo: uma política de saúde**, Brasília/DF: 2005. Disponível em:

<<http://prosaude.org/publicações/diversos/envelhecimento-ativo.pdf>>. Acesso em: 12 set. 2012.

PARADIGMA. In: HOLANDA, A.B de. Miniaurélio: o dicionário da língua portuguesa. 4. ed. Positivo, Curitiba: Paraná, 2009. (CD ROM).

PETRUS, A. Terceira idade e educação social. In: ROMANS. M.; PETRUS. A.; TRILLA. J. **Profissão: educador social**. São Paulo: Artmed, 2003. p. 81-94.

VERGARA S. C. **Métodos de pesquisa em administração**. 3. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

VIEIRA, A. T.; ALMEIDA, M. E. B de. ALONSO, M. (Org.) **Gestão educacional e tecnologia**. São Paulo: Avercamp, 2003.

WARSCHAUER, Technology and writing. In: DAVISON C, CUMMINS J. (Ed.) **the International Handbook of English Language Teaching**. Norwell, MA. Springer 2007.p.907-912. Disponível em: <http://gse.uci.edu/person/warschauer_m/docs/technology-writing.pdf>. Acesso em: 15 de jun. de 2013.

YIN, Robert, K. **Estudo de Caso: planejamento e métodos**. 4 ed. Porto Alegre: Bookman, 2010.