



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA**

**CAMPUS I - CAMPINA GRANDE**

**CENTRO DE EDUCAÇÃO – CEDUC**

**DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO**

**CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM DESENVOLVIMENTO  
HUMANO E EDUCAÇÃO ESCOLAR**

**JÉSSICA DA SILVA MENDONÇA**

**MULHERES IDOSAS NO CLUBE DE MÃES: BUSCANDO APRENDIZAGENS,  
ADQUIRINDO SABERES**

**CAMPINA GRANDE**

**2020**

**JÉSSICA DA SILVA MENDONÇA**

**MULHERES IDOSAS NO CLUBE DE MÃES: BUSCANDO APRENDIZAGENS,  
ADQUIRINDO SABERES**

Monografia de conclusão de curso apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Especialização em Desenvolvimento Humano e Educação Escolar da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de Especialização.

**Área de concentração:** Educação.

Orientadora: Profa. Dra. Zélia Maria de Arruda  
Santiago

**CAMPINA GRANDE**

**2020**

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

N754m Nóbrega, Jéssica da Silva Mendonça.  
Mulheres idosas no clube de mães [manuscrito] : buscando aprendizagens, adquirindo saberes / Jéssica da Silva Mendonça Nóbrega. - 2020.  
32 p.

Digitado.  
Monografia (Especialização em Desenvolvimento Humano e Educação Escolar) - Universidade Estadual da Paraíba, Pró-Reitoria de Pós-Graduação e Pesquisa , 2021.  
"Orientação : Profa. Dra. Zélia Maria de Arruda Santiago , Departamento de Educação - CEDUC."

1. Aprendizagem. 2. Mulher. 3. Idoso. 4. Subjetividade. 5. Saúde mental. I. Título

21. ed. CDD 305.26

JÉSSICA DA SILVA MENDONÇA

MULHERES IDOSAS NO CLUBE DE MÃES:  
BUSCANDO APRENDIZAGENS, ADQUIRINDO SABERES

Monografia de conclusão de curso apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Especialização em Desenvolvimento Humano e Educação Escolar da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de Especialização.

Área de concentração: Educação.

Orientadora: Profa. Dra. Zélia Maria de Arruda Santiago

Aprovada em 16 /11 /2020

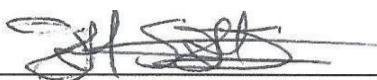
**BANCA EXAMINADORA**



Profa. Dra. Zélia Maria de Arruda Santiago  
(Orientadora/UEPB)



Prof. Dra. Patrícia Cristina de  
Aragão Araújo Universidade  
Estadual da Paraíba (UEPB)



Profa. Dra. Maria do Socorro Moura Montenegro  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

## RESUMO

Este artigo tem como objetivo analisar de que forma a convivência cotidiana de mulheres idosas do Grupo de Convivência Clube de Mães, influência nos saberes, na saúde mental e no envelhecimento saudável. Como suporte teórico-metodológico temos os autores (BODSTEIN; LIMA; BARROS, 2014; ERIK ERIKSON, 1998; FALCÃO & BUCHER-MALUSCHKE, 2010; MENDES, 2012; OLIVEIRA, 2012; FREIRE, 1997; SILVEIRA, 2002; MORIN, 2000; JIMENEZ, MELENDEZ e ALBERS, 2012) que tratam da questão do envelhecimento e suas demandas socioculturais. A pesquisa enfatizou encontros com mulheres idosas motivadas pela discussão individual e coletiva de atividades temáticas, a observação participante e o partilhar de histórias e experiências de vida. Observamos em suas falas que as discussões temáticas (Contagem de histórias, autoimagem, respeito entre as gerações) influenciaram positivamente na autoestima ao afirmarem suas subjetividades relacionadas ao envelhecimento. Ao participarem destas atividades gestaram relatos de vida que influenciaram a saúde mental, a valorização dos sentimentos de pertencimento e ao conhecimento das aprendizagens afetivo-emocionais. As mulheres idosas sentiram-se mais capacitadas para enxergarem a velhice de forma mais ativa, reencontrando-se com suas qualidades afetivas, habilidades cognitivas, experiências de vida, valorizando suas subjetividades nesta etapa de envelhecimento e aprendizagem continuada.

**Palavras-chave:** Aprendizagens. Mulheres idosas. Subjetividades. Saúde mental.

## ABSTRACT

This article aims to analyze how the daily living of elderly women in the Clube de Mothers Living Group, influence on knowledge, mental health and healthy aging. As theoretical and methodological support we have the authors (BODSTEIN; LIMA; BARROS, 2014; ERIK ERIKSON, 1998; FALCÃO & BUCHER-MALUSCHKE, 2010; MENDES, 2012; OLIVEIRA, 2012; FREIRE, 1997; SILVEIRA, 2002; MORIN, 2000; JIMENEZ, MELENDEZ and ALBERS, 2012) that deal with the issue of aging and its socio-cultural demands. The research emphasized meetings with elderly women motivated by individual and collective discussion of thematic activities, participant observation and the sharing of life stories and experiences. We observed in their statements that thematic discussions (storytelling, self-image, respect between generations) positively influenced self-esteem by affirming their subjectivities related to aging. By participating in these activities, they generated life reports that influenced mental health, the appreciation of feelings of belonging and the knowledge of affective-emotional learning. Elderly women felt more able to see old age more actively, rediscovering their affective qualities, cognitive skills, life experiences, valuing their subjectivities in this stage of aging and continued learning.

**Keywords:** Learning. Elderly women. Subjectivities. Mental health.

## SUMÁRIO

<b>1</b>	<b>INTRODUÇÃO</b> .....	<b>6</b>
<b>2</b>	<b>METODOLOGIA: ETAPAS DA PESQUISA E PARTICIPANTES</b> .....	<b>8</b>
<b>3</b>	<b>MULHERES IDOSAS, MULHERES ATIVAS</b> .....	<b>12</b>
<b>3.1</b>	<b>Importância da convivência em grupos</b> .....	<b>13</b>
<b>3.2</b>	<b>Aprendizagem continuada em diferentes espaços sociais</b> .....	<b>15</b>
<b>3.3</b>	<b>Envelhecimento saudável e saúde mental</b> .....	<b>17</b>
<b>4</b>	<b>ANÁLISES, RESULTADOS E DISCUSSÕES</b> .....	<b>19</b>
<b>5</b>	<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....	<b>25</b>
	<b>REFERÊNCIAS</b> .....	<b>27</b>
	<b>APÊNDICE A</b> .....	<b>30</b>
	<b>APÊNDICE B</b> .....	<b>31</b>
	<b>ANEXOS</b> .....	<b>32</b>

## 1 INTRODUÇÃO

O envelhecer na sociedade contemporânea tem desenvolvido diversos estudos em torno do crescente aumento da população idosa, surgindo a necessidade de pesquisa acerca do processo de envelhecimento e a inclusão social permanente das pessoas idosas. No Brasil, temos a maior taxa de envelhecimento populacional, segundo dados da Organização Mundial de Saúde (OMS), até o ano de 2025 haverá um aumento, de aproximadamente quinze vezes do número de pessoas com 60 anos de idade ou mais (BRASIL, 2010).

A Organização Mundial da Saúde (OMS) afirma que “envelhecer bem faz parte de uma construção coletiva que deve ser facilitada pelas políticas públicas e por oportunidades de acesso à saúde ao longo do curso de vida”. Fazendo refletir o desafio que é não somente para a sociedade que se depara com o crescimento populacional da pessoa idosa, mas também com o conflito interno que ocorre no próprio idoso, ao passo de se ver inserido nessa realidade de saúde pública, o que implica em readaptações que exigem aceitação do novo e abertura para novas possibilidades e os desafios que esse novo traz consigo. (BODSTEIN; LIMA; BARROS, 2014).

Neste aspecto, esta pesquisa surgiu mediante as demandas sociais, psicológicas e educacionais que estão atreladas as pessoas idosas na sociedade, tendo em vista que envelhecer é um processo natural, está presente em diferentes tipos de culturas e povos, onde é notório que ocorrem mudanças significativas na vida do sujeito, compostas de alterações tanto físicas como psicológicas e sociais. Essas alterações estão evidentemente relacionadas com a forma em que cada um vive e se relaciona (D’ALENCAR, 2005). Diante de uma sociedade que prega como estilo de vida a prática do consumismo, a produtividade e a inovação sempre em evidência, percebe-se que ao mesmo tempo em que se valoriza a pessoa idosa, por sua vasta experiência, por outro lado retrata-se do que está ultrapassado, do que não importa mais.

Essa dualidade nos faz refletir que não se tem investimento da sociedade para que, a crescente população idosa seja vista como uma realidade irreversível e universal, uma vez que necessita de instrumentos para vivenciar o processo do longeviver com saúde. A partir dessa observação percebe-se uma justificativa para a visão negativa que carrega a palavra envelhecer (SCHNEIDER; IRIGARAY, 2008).



Segundo Goldfarb (1998) a consciência da temporalidade e as limitações físicas são expressões que fazem parte do discurso dos idosos, mas só é possível esse posicionamento levando em conta a estrutura psíquica do indivíduo e a situação social no qual esteja inserido, dado isso se origina as “múltiplas velhices”. De acordo com essa psicanalista “o termo “velhice” não pode ser falado sem provocar medo e rejeição” em que “o velho é sempre o outro”, no entanto compreender porque o outro intitula de velho, e não a pessoa que possa ver tal processo de envelhecimento.

A partir dos pressupostos citados acima, entendemos que ocorrem diversas mudanças na vida dos idosos, que frequentam Centros de Convivência, sendo estes mediados e direcionados a relações grupais, nas quais podem gerar impactos na promoção da saúde mental, nessa fase da vida chamada velhice, a qual, já é acompanhada de grandes mudanças, sendo elas de caráter físico-emocional.

Algumas questões norteadoras desta pesquisa a compreender são: De que forma a convivência das mulheres idosas no Grupo de Convivência influencia na sua saúde mental? Será que este convívio desenvolve mais autonomia ao gestarem experiências subjetivas? As experiências de convívio em grupo interferem no envelhecimento saudável? Essa questão corroborou as intenções de analisar depoimentos de mulheres idosas inseridas no espaço de convivência social de aprendizagem continuada, verificando situações de elevação da autoestima. Nesta busca de saberes elas podem adquirir autonomia por meio de aprendizagens corroborando impactos positivos na saúde mental e, assim, alcançar um envelhecimento saudável.

Para tanto, o objetivo geral desse trabalho é analisar de que forma a convivência cotidiana de mulheres idosas do Grupo de Convivência Clube de Mães, influência nos saberes, na saúde mental e no envelhecimento saudável. Tendo como objetivos específicos (i) realizar palestras motivacionais com mulheres idosas no grupo de convivência Clube de Mães; (ii) escutar narrativas de histórias de vida a partir de lembranças significativas da vida, visando o autoconhecimento das identidades nas diferentes interações; (iii) refletir sobre a importância do outro na construção das identidades nas diferentes fases da vida com dinâmicas interativas; (iv) promover encontro intergeracional com crianças, a fim de valorizar o respeito as diferentes idades etárias; (v) Avaliar as atividades desenvolvidas no grupo de convivência Clube de Mães em relação ao autoconhecimento das subjetividades.

## 2 METODOLOGIA: Etapas da pesquisa e participantes

Esta pesquisa caracteriza-se por ser básica estratégica de conhecimento com pretensão de deixar base para próximos estudos, realizada a campo de abordagem qualitativa, com fundamentação bibliográfica e documental, de método hipotético dedutivo e análise interpretativa dos relatos das idosas frequentadoras do Centro de Convivências Clube de Mães, os dados gerados e construídos se deram por meio de 6 (seis) encontros promovidos mediante o contato com o Programa de Extensão e “PRÁTICAS DE LETRAMENTOS DE PESSOAS IDOSAS NO COTIDIANO: traçando letras, esculpindo textos”.

Atualmente o Centro de Convivências Clube de mães Nossa Senhora Rosa Mística é localizado na cidade de Campina Grande-PB é coordenado por Maria de Lourdes Melo, o mesmo funciona desde 1982, e conta com a participação de aproximadamente 90 colaboradores inscritos, que moram nas proximidades do local e dentre eles, onze idosas contribuíram para esta pesquisa. De origem filantrópica o (Clube de mães) tem atividades de segunda a sexta feira, onde são ministradas palestras diversas, contando com a participação e serviço de profissionais de (postos de saúde) localizados nos arredores do local, estando inseridos profissionais de Psicologia, Enfermagem, Agentes de Saúde, também são desenvolvidos encontros intergeracionais, programas de Pesquisa e Extensão relacionados a Universidade Estadual da Paraíba (UEPB).

Neste espaço estudantes universitários desenvolvem diversas atividades que oportunizam a inclusão social das mulheres idosas que dialogam com o artesanato, a cultura, a música, o lazer e as viagens que realizam em períodos sazonais, além de minicursos proporcionados as idosas por meio do Projeto de Extensão. Neste espaço as mulheres idosas aprendem e ensinam, aprendem com as atividades da Universidade, ensinam suas artes ao ministrarem entre elas cursos de artesanatos como pinturas, bordados, tricô, crochê, além de entre si, proporcionarem festas comemorativas e eventos de confraternização. Por parte da Universidade os estudantes de diversos cursos realizam palestras com temáticas diferenciadas, geralmente, apontadas por elas, minicurso como a inclusão digital, discussão sobre as plantas medicinais, a química dos chás, meio ambiente.

Através do contato como aluna do Curso de Especialização em Desenvolvimento Humano e Educação Escolar ligado ao Departamento de Educação e projetos de PIBIC e Extensão, coordenado pela Profa. Dra. Zélia M. de Arruda Santiago, foi possível participar do Projeto de Extensão: “PRÁTICAS DE LETRAMENTOS DE PESSOAS IDOSAS NO

COTIDIANO: traçando letras, esculpindo textos” como aluna extencionista voluntária, junto à equipe do projeto (alunos de graduação, especialização e mestrados (Cursos de Pedagogia, Letras, Biologia, Ciências da Computação, Química e Matemática)

Mediante a palestra ministrada sobre a violência contra o idoso<sup>1</sup>, com foco na violência psicológica e respeito entre gerações, as idosas com idade a partir dos 60 anos foram convidadas a participar da pesquisa por conveniência, onde foi aplicado um questionário sócio demográfico a fim de fornecer dados para a caracterização da amostra pesquisada a partir de questões como: religião, idade, quantidade de filhos, relação de convivência, quanto tempo de participação no Clube de Mães.

No segundo momento foi solicitada, por meio de ofício, a participação de crianças do 6ºano de uma Escola que se localiza nas proximidades do (Clube de mães), a fim de promover aprendizagens intergeracionais e a valorização do respeito. Esse primeiro contato e espaço de fala e escuta inicial deu as idosas a oportunidade de participar de forma ativa na construção dos temas trabalhados que foram sendo desenvolvidos por meio de seis (6) encontros semanais, realizados especificamente às quintas-feiras, com duração de 1h:40min.

<sup>1</sup> “Que é, pois, ser velho na sociedade capitalista? É sobreviver. Sem projeto, impedido de lembrar e de ensinar, sofrendo as adversidades de um corpo que se desagrega à medida que a memória vai-se tornando cada vez mais viva, a velhice, que não existe para si, mas somente para o outro. E este outro é um opressor (BOSI, 2009, p. 19).

**Quadro I** - Dessa forma segue o desenvolvimento dos encontros abaixo

<p><b>1º Encontro:</b> No primeiro encontro foi realizada uma dinâmica de “quebra gelo” com o objetivo de acolher o grupo e estimular o seu fortalecimento de vínculos, foram disponibilizados as participantes frases motivacionais, onde as mesmas trocaram entre si, justificando a entrega e como regra foi explicado que a mesma pessoa não poderia ser escolhida duas vezes, a pessoa escolhida sentou-se numa cadeira ao centro do grupo e de costas para as outras participantes ouvia os elogios e palavras positivas de todas as integrantes do grupo sem saber a identidade de quem estava falando, em seguida escolhia outra pessoa e assim sucessivamente. Após o acolhimento do grupo foi aplicado o questionário sócio demográfico, posteriormente os participantes foram convidados a levar para o segundo encontro um objeto de valor emocional.</p>
<p><b>2º Encontro:</b> O encontro foi iniciado com uma dinâmica adaptada denominada a tenda do conto, nessa dinâmica uma cadeira ficou ao centro do grupo e de frente para todas as participantes, tendo uma mesa ao lado com todos os objetos de valor emocional trazidos pelas participantes que, voluntariamente em sequência pegaram o seu objeto narraram a sua história e a importância de tê-los em sua vida.</p>
<p><b>3º Encontro:</b> Nesse terceiro encontro, realizamos a dinâmica do chapéu, para tanto utilizamos um chapéu com espelho escondido dentro, deixando o chapéu sobre a mesa, foi informado as idosas que dentro do chapéu havia a foto de uma pessoa e que elas teriam que falar sobre a pessoa da foto, dizer se tiravam o chapéu e o porquê.</p>
<p><b>4º Encontro:</b> Foram convidados por meio de um ofício os alunos do 6º ano do ensino fundamental de uma das escolas que se localiza nas proximidades do clube de mães,</p> <p>para a realização da dinâmica no primeiro momento foi solicitado 11 jovens voluntários de acordo com a quantidade de idosas presentes, sendo orientado que esses jovens formassem duplas com as idosas para a realização da técnica da percepção, ficando um de frente para o outro tiveram que prestar atenção nos detalhes, cor da roupa, se havia adereços ou não, prestando atenção em cada detalhe do outro por dois minutos, em seguida foram orientados a virarem de costas, nesse momento as idosas mudaram algo nelas para verificar se o jovem iria notar algo de diferente e assim foi repetido o procedimento só que mudando as posições. No segundo momento foi lido o texto: Toco de lápis do autor Pedro Bandeira, em seguida foi aberto uma roda de conversa, a fim de debater como foi a experiência dos jovens e dos idosos ao perceber o outro e o mundo a sua volta.</p>
<p><b>5º Encontro-1º momento:</b> O encontro deu início com a dinâmica dos obstáculos, foi solicitado que as idosas formassem duplas e que uma pessoa de cada dupla se voluntariassem a ficarem de olhos vendados e se deixasse guiar por outra pessoa para transitar dentro do salão do clube de mães, dessa forma foram colocadas vendas de (TNT) as participantes foram convidadas a andarem lentamente dentro do salão que estava com obstáculos: cadeiras, mesas, porém com a ajuda de outra idosa. <b>2º momento:</b> Em seguida foi solicitado que as idosas desenhasssem representações das quatro estações do ano, primavera, verão, outono e inverno. Ao final foi aberto roda de conversa para acolher a fala das idosas sobre como foi lidar com os obstáculos e sobre as diferentes estações que a vida nos permite viver. Obs: “O TNT é um material confeccionado em tecido a base de prolipoleno e viscosa que apresentam entre suas principais características o fato de serem atóxicas e semipermeáveis”.</p>

**6º Encontro:** As participantes foram recepcionadas com a música “Como é grande o meu amor por você” de Roberto Carlos alternando com a chamada dos seus nomes, a sala estava decorada com cartolinas contendo escritas e desenhos feitos pelas próprias idosas do clube de mães, uma por uma desfilaram no tapete vermelho direcionado ao centro do salão, receberam uma rosa e foram aplaudidas por todos que estavam presentes, momento de muita emoção, em seguida receberam uma folha em branco e foram convidados a desenharem uma árvore apresentando os elementos básicos da saúde, sabendo que na raiz deveriam colocar o que é fundamental para que se chegue a essa condição; no caule colocar o que pode servir de alimentos; nos galhos o que ramifica; já nas folhas e frutos apontar os comportamentos saudáveis. Por fim, foi aberta uma roda de conversa, afim de discutir sobre esses aspectos de elementos para se ter uma boa saúde e como foi a experiência de ter participado dos encontros houve um feedback do que mudou na vida de cada uma a partir da participação desses encontros no clube de mães. Ao som de voz e violão foram cantadas músicas do cantor Roberto Carlos de escolha das idosas e compartilhado um *coffe-break*.

**Fonte:** Elaborada pela pesquisadora

Neste quadro temos uma visão das atividades da área de psicologia realizadas com as mulheres idosas no Clube de Mães, incluindo o encontro com os alunos da Escola Regular Estadual localizada próximo ao Centro de Convivência. As mulheres idosas mostraram-se interessadas nas discussões, foram assíduas nos encontros e sentiram-se motivadas ao participarem das discussões geradas pelas atividades. A participação das mulheres idosas deu-se de forma individual e coletiva ao socializarem, espontaneamente, experiências pessoais e subjetivas estimuladas e motivadas pelas conversas uma das outras, elas se sentindo mais abertas entre as colegas e a pesquisadora. As mulheres se sentindo mais ativas não apenas com outros, mas consigo na busca do autoconhecimento, externando o desejo de autoconhecer-se, certamente, uma atividade diferente das demais já vivenciadas por elas neste espaço onde se encontram semanalmente.

### 3 MULHERES IDOSAS, MULHERES ATIVAS

A partir da segunda metade do século XIX a velhice foi retratada como a etapa da vida representada pela ruína e pela ausência de papéis sociais (DEBERT, 1999). Nota-se que na sociedade contemporânea em que vivemos se encontra outra visão da velhice, passando de uma visão que era baseada em pré-conceitos, onde o idoso era somente visto por sua relação passiva, revelando o sujeito ativo compreendendo essa etapa da vida a partir das suas representações sociais, aquilo que foi aprendido e que outros inseridos numa cultura ativa, tendem a reproduzir um esquema de enxergar essa etapa da vida e como ela deve ser vivida (CORIN, 1982; MARSHALL, 1986, 1987).

Essa fase da vida necessita ser enxergada como uma fase que assim como as outras estão atreladas ao desenvolvimento do ser humano e também perpassam pelo respeito, pela valorização do ser que é livre para vivenciar diversas experiências, independentemente da idade em que se encontrar, porém essa percepção varia de sujeito pra sujeito, uns vão demonstrar facilidade em adaptações frente as limitações decorrentes de questões biológicas ao desenvolver uma maior aceitação do que não pode ser mudado explorando o que é da ordem do possível, já outros irão demonstrar maior dificuldade para lidar com as limitações biológicas, e com outras atribuições do processo de envelhecimento. Marangoni (2011, p. 30), afirma que:

Para se entender o processo de envelhecimento e a velhice é fundamental considerar esses fenômenos em associação com o contexto sociocultural e histórico no qual estão inseridos e entender que a velhice supera atribuições cronológicas. Cada pessoa experimenta o meio social de forma singular, do qual participa de forma mais ou menos ativa, conforme os condicionantes histórico-culturais para as oportunidades de participação.

Desse modo cada sujeito experiência e vive essa fase da vida de modo particular, as possibilidades e oportunidades de ser um ser ativo irão depender de como se concebeu esses conceitos na história de vida, na relação com os outros e no meio social em que cada um vive. A partir dessa perspectiva, o conceito de velhice e envelhecimento vai sendo atribuído e aplicado como padrão de vida, pois, durante o percurso das vivências, formas diferentes de enxergar as situações, e as escolhas que são feitas podem possibilitar a visão de aspectos

positivos ou negativos sobre o envelhecimento, o qual pode influenciar em usufruir ou não os benefícios que podem ser proporcionados. Mendes (2012, p.159), afirma que ao envelhecer:

Vai-se aprendendo e conquistando mais vida. O tempo amadurece projetos, que se gestam no espaço vital. Enquanto alguns frutos são colhidos, sementes de outros podem ser plantadas. Se a criança e ao adolescente estão vivos, presentes e reelaborados na envelhecimento, clamam por novidades. Por isso, o envelhecido é um curioso desbravador do seu tempo, que é agora.

Dessa forma Mendes 2012, considera que a busca por estar inserido cada vez mais na sociedade, de se sentir útil e adquirir novos conhecimentos, e ao mesmo tempo poder repassar os conhecimentos adquiridos ao longo da vida, é a expressão de que a idade cronológica tem seu impacto na forma de viver, mas a motivação interna também tem a sua parcela de fazer com que o sujeito traga consigo o desejo de explorar o aqui e o agora de seu próprio tempo e dar outro significado a expressões como: “no meu tempo, não era assim”.

Porém ao passo que acontece o crescimento dessa população, ainda não se tem disseminado na mesma proporção, a importância de um envelhecimento saudável pautado na prevenção em saúde mental, tendo em vista a necessidade de novas estratégias, que possam atingir a esse público, colaborando com o desenvolvimento das suas potencialidades e habilidades, visando uma assistência que minimize o descaso e segregação. (LIMA *et al.*, 2010).

Pensando no fortalecimento de potencialidades e ressignificação de papéis sociais que esses idosos exercem ou deixaram de exercer, por conta das perdas físicas, psíquicas, sociais, familiares, econômicas e entre outras, para além dessas limitações, há meios pelos quais os idosos possam refletir acerca da sua visão sobre ser idoso inserido na sociedade contemporânea, sendo possível explorar outras possibilidades de o sujeito realizar novas leituras da sua própria realidade.

### **3.1 Importância da convivência em grupos**

Através do contato com a realidade psicossocial desse público alvo é possível identificar que muitas situações de segregação, abandono e desigualdades se originam na própria família, onde o idoso que enquanto perpassa por essa etapa da vida se depara também com o medo da perda e não consegue resgatar a sua identidade (BERQUÓ, 1999).

Em concordância com Riviere (2005), faz refletir sobre a importância do processo grupal, avaliando a sua contribuição no contexto da velhice. Observa-se que, a partir da identificação desse medo da perda, que o idoso enfrenta, é necessário um acolhimento desse público, compreendendo que o indivíduo é um ser social, o qual está em constantes relações com o seu meio, deste modo deve-se trabalhar com a criação de vínculos, no intuito de provocar um “aprender a aprender”, ou seja, a proposta é estimular pensamentos críticos no sentido de possibilitar ao indivíduo, fazer uma ponte entre a situação em que ele se encontra, quais as possibilidades que ele tem de mudança e fornecendo esses instrumentos, possa dar espaço para uma nova leitura da realidade.

Diante disso a ressignificação dos afazeres da realidade pode acontecer na convivência grupal, quando ocorrem a troca de experiências e se inicia um processo de reconhecimento de diferentes identidades, reconhecendo também o papel social que cada um que está inserido no grupo exerce. De acordo com Guedes (1999), o indivíduo que participa de atividades grupais torna-se possível um reencontro com situações vividas, trazendo à tona emoções e sentimentos. Neste processo se configuram novas relações com o fortalecimento de vínculos advindos das trocas de experiências que na velhice vão se configurando novos esquemas do conceito sobre envelhe(ser).

Situação que contribui para um melhor aproveitamento das suas habilidades e fortalecendo as suas relações sociais, provocando a ressignificação de como lidar com essa fase da vida transformando as realidades. Tendo em vista a relação mediada nos centros de convivência (Clube de Mães), se dão primordialmente em grupo, considerando os aspectos cognitivos e psicossociais que estão interligados, de acordo com as afirmações a seguir:

O grupo informa, esclarece, reorganiza. Além do mais, ele apoia e melhora o relacionamento interpessoal e neste sentido, o compartilhar faz descobrir identidades. Embora o grupo seja um lugar de interação e comunicação, não são apenas as características sociais que se desenvolvem. Nele as pessoas podem tomar consciência dos seus traços mais individuais, dos seus medos, do que acha que deve ser guardado como segredo, dos sentimentos mais ocultos, que podem ou não ser partilhados, de suas preferências, de seus gostos, de sua função e do seu papel dentro e fora dele. (SILVEIRA, 2002, p.8).

Nas contribuições de Silveira 2002, são notórias inúmeras aprendizagens que podem ocorrer dentro do processo grupal, e considerando as importantes influências que podem vir a ocorrer na vida dos idosos é possível compreender que esses espaços também venham a promover um envelhecimento saudável e a promoção da saúde mental como um todo.



De acordo com Franco (2005), discorrer sobre as relações humanas cabe enfatizar e associar as relações que se dão com os idosos no Centros de convivência no Clube de Mães, pois cada sujeito compreende a existência dentro de si, em um espaço simbólico para a fala do que se pensa, e essa fala é exteriorizada em como as relações se dão, de modo que as pessoas tenham ações de acordo com as relações envolvidas.

Desse modo é necessário um olhar voltado a esse público alvo, no sentido de preparar a nossa sociedade para as adaptações que impliquem na promoção de saúde mental dessa população, tendo em vista, as mudanças que ocorrem no organismo de forma geral, também ocorrem o surgimento de doenças mentais que limitam o sujeito comprometendo a qualidade de vida dos mesmos no tocante a autoestima e autonomia bem como na sua relação com a família, amigos e toda a sociedade em que está inserido.

### **3.2 Aprendizagem continuada em diferentes espaços sociais**

Marangoni (2011, p.22), afirma que “o ser humano se constitui e se define na relação com o outro e que nesse processo as identidades pessoais e grupais são construídas ao longo de toda a vida em um processo de desenvolvimento permanente e contínuo”. Essa afirmação relata que o ser humano é constituído na sua relação com os outros e consigo mesmo e que essa relação só se encerra no final da vida. Diante desta afirmação, considera-se que os idosos de acordo com Mendes (2012, p.73), “aprendem uma nova forma de se relacionar socialmente e, com essa compreensão, constrói novas representações e significados de aprendizagem”. Assim como, por outro lado, trazemos Paulo Freire para nos dizer que:

O que impulsiona o ser humano para o ser mais, ou para a busca de realização pessoal no impulso de superar a incompletude, é a capacidade de tomar consciência de si mesmo e do mundo que o constitui. É por saber-se inconcluso e inacabado que o ser humano luta para superar sua total condição.(FREIRE, 2020, P. 60).

Desse modo, podemos compreender que, como seres inconclusos e incompletos, nos preenchemos, também, a partir de novas formas de se socializar, a pessoa idosa vai tendo o contato com diferentes histórias de vida, conhecendo superações de sofrimentos, outras formas de enxergar a vida e as suas situações, fazendo-os compreender que contendo um vasto conhecimento e sabedoria, acarretado pelas suas experiências esses conhecimentos não se encerram por si só, mas contribuem para o aprender de outras idosas, bem como de outras gerações e que havendo abertura para acolher o conhecimento que o outro tem para oferecer,

vai se ampliando novas visões de mundo, construindo novos laços afetivos, novas formas de pensar e agir no mundo e novas leituras da sua realidade (KACHAR, 2001).

A educação continuada, e/ou aprendizagem continuada é o meio pelo qual promove a “preservação da consciência e das capacidades dos idosos”, dessa forma também pode contribuir com a prevenção de doenças, influenciando nos aspectos psicológicos, afetivos, emocionais (FRAQUELLI, 2008; WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2002).

O acesso à educação continuada é de direito de todos os idosos, e esse acesso tem acontecido cada vez mais em diferentes espaços, um marco na história dos idosos brasileiros foi o Serviço Social do Comércio (SESC), de São Paulo que iniciou na década de 70 um programa para a terceira idade (BORGES et al., 2008). Depois disso, tem surgido grupos de convivência em igrejas, instituições filantrópicas, clubes de mães, associações e instituições de ensino superior.

Mulheres idosas quando conscientes de que são seres inacabados, se abrem a oportunidade de adquirir outras aprendizagens, construir saberes que acontecem de diversas formas e maneiras, sem receitas prontas e em diferentes espaços sociais que se constroem e reconstroem em movimentos contínuos, assim como afirma Freire:

É na inconclusão do ser, que se sabe como tal, que se funda a educação como processo permanente. Mulheres e homens se tornaram educáveis na medida em que se reconheceram inacabados. Não foi a educação que fez mulheres e homens educáveis, mas a consciência de sua inconclusão é que gerou a educabilidade (FREIRE, 1997, p. 64).

As mulheres idosas ao perceberem-se inseridas num processo de formação educacional inconclusa buscam diferentes aprendizagens conforme as demandas sociais e necessidades cotidianas, pois a sociedade ao enfrentar constantes mudanças exige que as pessoas aprendam de forma permanente. Neste aspecto as pessoas idosas por enfrentarem constantes socioculturais ao se vivenciarem situações para resolverem problemas pessoais ou familiares necessitam de dominarem outras práticas de atuação e participação na sociedade, quando vão ao banco, a clínica médica, as compras, ao se comunicarem com amigos, vizinhos, filhos, netos e bisnetos.

As formas de participarem na sociedade diferem daquelas do seu tempo, as formas de se comunicarem, também, são diferentes das do seu tempo, atualmente, as pessoas idosas se comunicam pela internet ao utilizarem o aparelho celular ao produzirem textos de mensagens escritas, gravadas, ao realizarem chamadas em vídeo, enviarem fotos e arquivos pela internet.

No Clube de Mães há idosas que participam de reuniões e aulas online pelo google meet, uma nova forma de manterem-se atualizadas, também, se comunicarem com as colegas do Clube de Mães, por isso, uma formação inacabada.

### **3.3 Envelhecimento saudável e saúde mental**

Segundo o Ministério da saúde 2006, foi instituída pela Portaria nº 2528/GM, de 19 de outubro de 2006, a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa (PNSPI). A PNSPI, objetivando fornecer artifícios para que o idoso possa desfrutar de um envelhecer de forma saudável, faz refletir acerca dos programas já existentes e na elaboração de outros que possibilitem uma ressignificação de que saúde não é ausência de doenças, das potencialidades e habilidades colaborando para o envelhecimento ativo.

A promoção da saúde nessa instância se dá por meio de práticas inovadoras voltadas as mudanças de conceitos já enraizados, tirando o foco do modelo biomédico, de tratar a doença para se ter saúde, proporcionando o uso de novas tecnologias, e a troca de saberes, para que de fato essa população que mais cresce seja acolhida e tenha acesso aos seus direitos e benefícios com equidade (LIMA-COSTA, 2003).

Desse modo a saúde mental dos idosos necessita estar em relevância, para que através de estudos e compreensões possam ser desenvolvidas ações, que viabilizem uma melhor saúde mental a qual, conseqüentemente afeta na relação do sujeito ele mesmo, com as limitações e possibilidades, na relação familiar, com seus cuidadores e de modo geral nas relações entre as diferentes gerações, de tal modo que com base nas informações:

[...] a saúde mental na velhice depende da - habilidade de desempenhar papéis apropriados, aceitar os novos desafios e se adaptar às perdas e às mudanças ligadas à idade... idosos com boa saúde mental se distinguem por serem capazes de viver e exprimir suas emoções de maneira adequada, possuir um bom julgamento e exercer seu poder de decisão pessoal e social (FALCÃO & BUCHER-MALUSCHKE, 2010, pp. 39-40).

Compreendendo que a relação dos idosos com a família, cuidadores e outras gerações necessitam manter-se saudáveis para que haja harmonia na resolução de conflitos e uma melhor convivência pautada também no respeito, é de tamanha importância que haja investimentos e estímulos que culminem para que cada vez mais idosos possam participar de grupos de convivência, pois de acordo com Borges, *et al* (2008), além de favorecer a um envelhecimento ativo, diminui a segregação por meio de institucionalizações.

Aponta-se nas literaturas que as intervenções em saúde mental para idosos se dão pela prevenção (meios que possam prevenir o surgimento de transtornos ou doenças) e promoção (auxiliando na criação de estratégias de enfrentamento a situações conflituosas). Pode-se dizer que havendo maior atenção e investimento nessas duas instâncias (prevenção e promoção) contribui-se para amenizar o aparecimento de transtornos mentais, assim como causaria grande impacto na economia no que se refere a gastos com o tratamento de doenças e transtornos mentais já instalados (OLIVEIRA, 2012).

Groisman (2014), afirma que para crescer em qualidade nos serviços prestados a população idosa é necessário investimento financeiro nas duas instâncias (prevenção e promoção) estas por sua vez, estão inseridas na atenção primária de saúde do SUS.

A partir de investimentos e apoio com foque na participação ativa dos idosos nos centros de convivência, abre-se espaço para identificar as diferentes manifestações psicopatológicas que afetam a vida dos idosos e também para as possibilidades na criação de novas estratégias de enfrentamento que promovam saúde mental, impacto positivo que se estende também aos familiares e cuidadores que fazem parte do convívio diário dos idosos (RESENDE *et al.*, 2011).

Os estudos sobre a saúde mental de acordo com Borges, Medina-Mora e Moreno (2004), facilitam na criação de tais estratégias de enfrentamento, pois, ampliam a compreensão dos diferentes tipos de sofrimentos psíquicos que assolam a população idosa, por exemplo, a depressão, observa-se que tanto os fatores internos como (a subjetividade, as questões biológicas) e os fatores externos como (estilos de vida, acesso a lazer, educação) estão totalmente ligados a forma como esses idosos enxergam a si mesmos e ao mundo ao seu redor.

A prevenção em saúde mental não diz respeito somente as conquistas que foram alcançadas com a diminuição e regularização dos hospitais psiquiátricos, mas que requer uma estimulação e investimento contínuo a partir da compreensão de que a população em geral, só busca pelos serviços de saúde quando os sofrimentos psíquicos já estão em níveis avançados, considerando que o pré-conceito independentemente da idade, tem parcela de culpa por essa busca tardia, e isso ocorre também pela população idosa, para tanto a prevenção e a promoção em saúde mental tem total importância para o alcance do envelhecimento saudável e ativo. (OMS, 2005).

#### 4 ANÁLISE, RESULTADO E DISCUSSÕES

Esses compartilhamentos feitos no espaço Clube de Mães ganham significado quando se tornam espaços de via de escape para falar sobre anseios, sofrimentos, angústias, lutos e situações conflitantes, onde geram melhoramento na estratégia de enfrentamento proporcionados na relação com a mesma geração ou gerações diferentes, mas que se encontram, reconhecem e produzem novas aprendizagens. Os dados sócios demográficos das idosas participantes nesta pesquisa serão descritos a seguir:

**Tabela 1:** Perfil Social das idosas do Grupo de Convivência

Idade	Religião	Filhos	Com quem convive atualmente	Tempo de participação no Clube de Mães
79 anos	Católica	02	Com uma filha e uma neta	Há menos de um ano
71 anos	Católica	04	Com uma filha	24 anos
69 anos	Evangélica	01	Com uma filha	Há menos de um ano
68 anos	Evangélica	07	Família	15 anos
66 anos	Católica	04	Família	2 anos
65 anos	Evangélica	03	Família	2 anos
65 anos	Católica	02	Com uma filha	10 anos
65 anos	Evangélica	04	Com um filho	2 anos
63 anos	Católica	02	Família	6 meses
60 anos	Evangélica	01	Família	6 anos
60anos	Católica	02	Com uma filha	3 anos

**Fonte:** Elaborado pela pesquisadora

Com o desenvolver dos encontros semanais, os dados foram sendo coletados a partir de discursos das idosas sobre os temas sugeridos e abertos a discussão, nesse sentido para obtermos maior compreensão da realidade das idosas que participam do Clube de mães foi utilizado a observação a campo, segundo Quaresma e Boni (2005), a observação em campo é uma coleta de dados onde se pode evidenciar a realidade dos participantes, observando suas atitudes, valores e crenças, que por vezes passam despercebidas no cotidiano, e por promover maior contato e compreensão dos objetivos da pesquisa. Utilizando da observação participante por permitir a interação do pesquisador com os participantes e não apenas uma observação distante e formal, ainda segundo Quaresma e Boni (2005, p.71) enfatizam que,

[...] a observação participante se distingue da observação informal, ou melhor, da observação comum. [...] Esse tipo de coleta de dados muitas vezes leva o pesquisador a adotar temporariamente um estilo de vida que é próprio do grupo que está sendo pesquisado.

A partir dessa participação ativa foi utilizado a cada encontro a entrevista com o grupo local de idosas, sendo estimuladas a discutir sobre um assunto de interesse comum de forma aberta a partir de um tema proposto. (BAUER & GASKELL, 2002). Utilizando da pesquisa qualitativa por trabalhar com “o universo de significados”, pois conforme Minayo (1995, p. 21-22):

A pesquisa qualitativa responde a questões muito particulares. Ela se preocupa, nas ciências sociais, com um nível de realidade que não pode ser quantificado, ou seja, ela trabalha com o universo de significados, motivos, aspirações, crenças, valores e atitudes, o que corresponde a um espaço mais profundo das relações dos processos e dos fenômenos que não podem ser reduzidos à operacionalização de variáveis.

Observou-se que o Clube de mães também é espaço de elevação de autoestima, segundo autores como (ANTUNES *et al.*, 2011; MAZO *et al.*, 2012; MEURER, *et al.*, 2009), relacionam autoestima a uma forma de enxergar o lado positivo da vida e a si mesmo, conseqüentemente isso contribui para um bom convívio social e diminui as chances de desenvolver depressão principalmente na velhice. No primeiro momento em que as participantes expressaram em frases e significados a gratidão pela força da amizade que se fortalecia a cada encontro, abriram-se portas para o reconhecimento da importância do convívio proporcionando bem-estar psicológico vejamos a seguir algumas dessas falas.

*“Para mim ela representa grandiosos nomes que é motivo e incentivo”.* (Idosa 1)

*“Ela tem um potencial de simpatia, demonstra muito carinho por todas nós aqui, e eu sou muito feliz por participar dos nossos encontros, dos cursos, e é motivo só de agradecimento das minhas colegas.”* (Idosa 1)

*“Ela é uma grande amiga que eu tive o prazer de conhecer aqui, não tenho palavras pra dizer, aquela menina doce meiga, aquela menina de 15 anos.” (Idosa 2)*

A integração entre as participantes a elevação de autoestima, a troca de palavras positivas fortaleceu o afeto já criado pelo clube de mães, mães que se encontram, se apoiam, se fortalecem a cada encontro de experiências, de saberes, de valores e de amizades que se formam. Ainda no primeiro momento, quando solicitado às idosas que comentassem sobre as aprendizagens com suas colegas e quais influências identificaram acontecer em suas vidas, foi possível perceber relatos de uma nova forma de enxergar a vida, o que destaco nas falas a seguir:

*“Me acho muito feliz aqui, eu era uma pessoa que tava no fundo do poço, depois que minhas amigas me ajudaram eu conversei muito aqui agora eu sou outra!” (Idosa 3)*

*“Vida boa num é ta numa cama assistindo televisão, vida boa é ta passeando conversando com as amigas.” (Idosa 4)*

*“[...] hoje as pessoas não dão um bom dia, num se aproximam, e é muito bom aqui no clube quando a gente pega uma na mão da outra e sente um soquinho né um da mão da outra isso ta se perdendo, as pessoas infelizmente tão ficando triste!” (Idosa 5)*

Percebe-se que a relação grupal que se dá no Clube de mães possibilita as idosas fazer uma nova leitura da realidade, o contato que é construído faz brotar o acolhimento pelo ouvir, pelo falar e pelo toque que emana do calor humano, dando outro significado ao sentimento de solidão e de tristeza. Mendes (2012) afirma que no contato com o outro e nas conversações, a pessoa idosa reflete sobre si, suas ações, sua história, seus modos de ser e de estar, nas suas relações intra e interpessoais.

No segundo momento com a tenda do conto (dinâmica adaptada) as idosas contaram histórias a partir de um objeto de valor emocional, exercitando as suas memórias e a capacidade de ouvir que também se constitui como uma forma de aprendizado, aprendizado este que deve ser permanente, pois não há limites de faixa etária e nem momentos específicos para que se possa aprender. (DELORS, 2010)

Segundo Morin 2000, “o desenvolvimento da inteligência está associado à afetividade”, trazer memórias à tona, é fazer emergir as emoções já vividas e ter a oportunidade para aprendermos a administrar as nossas próprias emoções com equilíbrio. Para o autor “a vida não é aprendida apenas por meio das ciências formais”, mas também “pela paixão e pelo entusiasmo”. Para os idosos lembrarem-se de experiências com seus próprios pais, acaba sendo um fator importante para a aceitação de sua vida e influenciador na relação com seus netos, quebrando barreiras que causam o isolamento e favorecendo a

elevação da autoestima. (BARROS,1987), percebe-se nas falas a seguir:

*“[...] Então eu trouxe esse anel que foi da minha formatura, na minha família eu fui a primeira a me formar e esse anel me trouxe muito assim... muito prazer porque eu dei muita alegria ao meu pai,[...]Eu senti que ele teve uma alegria muito grande[...]ele traz lembrança muito boa e ele é guardadinho dentro de uma caixinha mais e de um significado muito lindo, foi muita luta.[...]passei por momento muito difícil, morava num sítio e quando era na época de chuva a combe não subia por causa da chuva e muitas vezes agente entrava na escola pra tomar banho, então assim é muito significativo.” (Idosa 5)*

*“Essa aqui foi o meu pai que me deu de lembrança, aqui é um troféu do meu pai, eu tinha sete anos de idade ele disse que era uma xicrinha pra eu tomar café, hoje estou com setenta e nove anos de idade e esse troféu que eu amo decoração tenho o maior carinho por ele isso aqui representa meu pai eu tenho o maior carinho por ele, era tudo o que eu tinha na vida era o meu pai. [Choro... emoções...]” (Idosa 6)*

Essa contagem de histórias a partir do objeto de valor emocional representa os significados que os momentos vividos deixaram e os valores que as idosas guardam em suas memórias, e quando estimuladas a contar tais experiências carregadas de emoções, percebe-se que há uma abertura para a reflexão acerca da valorização da vida e do que foi aprendido com ela, dessa forma complementa o autor, Osório (2002, p. 90) sobre o efeito dessa troca de experiências na relação intergeracional.

Nas lembranças que os avós têm de seus próprios pais e avós, os netos poderão encontrar o fio condutor que os conecte ao sentido que transcende a transitoriedade de suas vidas e, ouvindo os seus netos, os avós adquirem a consciência de que há algo mais além da finitude de sua passagem pela terra.

No terceiro momento onde foi realizada a dinâmica do chapéu, foi notório que tirar o chapéu para si foi para as idosas um gesto desafiador, tendo em vista a baixa autoestima e a autoimagem para os autores (JIMENEZ, MELENDEZ e ALBERS, 2012), são dois dos distúrbios psiquiátricos que atingem a população idosa, mediante a própria desvalorização com o corpo partindo desde o conceito de velhice que cada um carrega até a forma como reagem diante das perdas características dessa própria fase do desenvolvimento humano. Analisemos nas falas a seguir:

*“Agente nunca valoriza a gente, quando a gente é simples quando a gente tem o coração de se doar a gente esquece da gente pra pensar no outro, a gente nunca deixa uma filha sem fazer uma unha, mas a gente deixa de arrumar o cabelo da gente, e se a gente não se valorizar quem é que vai valorizar, quando a gente olha pra gente.” (Idosa 5)*

*“Eu confesso que eu fiquei surpresa né é muito interessante a gente se reconhecer, a gente fala do próximo, mas e a gente, que trabalha, que é donade casa, assumimos várias funções ao mesmo tempo, quando analisar direitinho essa pessoa tem muito pra falar, essa pessoa tem seus valores e suas virtudes, porem tem suas qualidades ne.” (Idosa 1)*

*“Agora eu me arrumo toda noite vou pra igreja, quando venho pra aqui, a pessoa tem que dar valor a nós mesmos, a gente tem que ta zelando pela gente”. (Idosa 4)*



O elemento surpresa de ver o seu rosto refletido no espelho escondido dentro do chapéu evocou emoções nas idosas ao saberem que teriam que falar delas mesmas e defender a decisão de terem tirado o chapéu, observamos nas falas que o autoconhecimento ainda é um desafio mesmo em meio a terceira idade, apesar das experiências que cada uma possui, ainda é difícil falar de si próprio, ao passo que reconhecer a si mesmo é abrir uma porta para o autocuidado e para a autonomia.

Ao relatar suas qualidades, seus desafios, estimular essa fala das idosas é fazer o reflexo de como está à identidade de cada uma, e revelar se essa identidade foi sendo deixada ao longo do tempo, dos afazeres, das preocupações com os filhos, dos compromissos com os outros, provocando a reflexão do que pode ser traçado, planejado e almejado.

No quarto momento com a dinâmica da percepção, jovens e idosas foram convidados a se perceberem nas suas diferenças e potencialidades e dialogarem tendo como auxílio para reflexão o texto “Toco de lápis do autor Pedro Bandeira”. O sociólogo Magalhães (2000, p. 153), enfatiza que a aproximação das gerações faz parte do trabalho social, na luta contra o preconceito e as discriminações que caminham na direção de gerações novas e antigas, “Aproximar gerações é objetivo do trabalho social que busca quebrar barreiras geracionais, eliminar preconceitos e vencer discriminações”.

Observou-se que o respeito entre as gerações é fundamental para uma boa convivência além de permitir nas diferenças um espaço aberto para a troca de aprendizagens. Pois cada geração tem o seu “conteúdo geracional”, baseado nas diferentes formas de enxergar e viver a vida, essa diferença de conteúdo é a chave para ocorrer à troca de aprendizagens como afirma Goldman:

Mesmo que cada geração tenha características e marcas próprias, compartilhadas por toda a sociedade, deve-se observar que as gerações não se apresentam sob a determinação de um único grupo, mas sim como referência aos grupos que formam o conjunto social. Essa síntese seria justamente o conteúdo geracional, ou melhor, através do conteúdo geracional determinados fenômenos culturais acabam simbolizando diferentes grupos etários e, como consequência, uma geração inteira. O conteúdo geracional contempla questões como: solidariedade, amizade, união, esperança e rebeldia, que se remetem a um forte símbolo intergeracional (GOLDMAN, 2002, p. 1).

Observou-se que o respeito entre as gerações é fundamental para uma boa convivência além de permitir nas diferenças etárias num espaço aberto à troca de aprendizagens, verificando-se neste diálogo intergeracional seguinte:

*O lápis novo humilhou, se desfazendo do lápis pequeno.” (Jovem A)*

*Se não parar pra observar o outro a gente não vê mudança.”(Jovem B)*

*“Às vezes a gente acha que é melhor do que o outro, mas o que vocês vêm na gente futuramente vocês vão ver com vocês depois, respeitar a idade das pessoas não fazer com os outros o que a gente não quer com a gente, todomundo é igual! ” (Idosa 4)*

*“Esse texto aqui ele representa como assim um termo de reflexão para cada um de nós, que nós tenhamos assim a humildade no coração em primeiro lugar brote o amor em nosso coração para expressar com o próximo, seja criança um pré-adolescente seja um adulto e assim por diante e essa turminhada terceira idade que é a melhor idade que dizem por aí ne gente. (Idosa 1)*

*“Tocou tanto no coração da gente, foi muito diferente ter trabalhado com a turma de jovens, se apresentaram cada um, teve um que chorou com saudade da avó que viajou...[choro]” (Idosa 7)*

Chamou-se a atenção dos idosos e jovens para encontrarem um significado nos mínimos detalhes das coisas que acontecem ao seu redor, facilitando o entendimento de que, somos todos diferentes e independentemente da idade ou de sermos os tocos de lápis ou os lápis novos, necessitamos de respeito e de atenção, necessitamos ser percebidos quanto a nossa essência, percebidos quanto ao que somos e construímos, e não até onde chegamos. Os jovens tiveram a oportunidade de refletir sobre os relacionamentos etários ao realizarem pequenas ações, como uma saudação, oferecer o lugar no ônibus para o idoso sentar, ajudar a atravessar a rua, assim, eles estarão não somente demonstrando respeito pelo mais velho, estarão respeitando o sujeito que um dia já foram jovens e que já tiveram a mesma vitalidade que eles hoje tem, quanto aos idosos relatou-se a importância de permitir-se aprender também com os jovens, concebendo que a troca de experiências também pode ser com os jovens.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao retomar o objetivo geral desse trabalho que foi o de analisar de que forma a convivência cotidiana de mulheres idosas do Grupo de Convivência Clube de Mães, influenciamos saberes, na saúde mental e no envelhecimento saudável. E o que chegamos a compreender com essa análise é que o Clube de mães é, sim, um espaço social que viabiliza as mulheres idosas à oportunidade para ter experiência com diferentes aprendizagens, diferentes gerações, desde o artesanato, inclusão digital até o respeito entre as gerações e o gerenciamento de suas emoções na valorização de suas vivências e memórias, favorecendo uma melhor convivência nas relações e maior aceitação das situações limitantes.

As mulheres idosas sentiram-se mais capacitadas para enxergarem a velhice de forma mais ativa, reencontrando-se com suas qualidades afetivas, habilidades cognitivas, experiências de vida, valorizando suas subjetividades nesta etapa de envelhecimento e aprendizagem continuada. Ao frequentarem o Grupo de Convivência Clube de Mães, se tornam ativas e aprendentes que reconheceram sua existência como seres inacabados e capazes de encontrar significado em cada experiência como aprendizagens importantes para o desenvolver de suas vidas. Desse modo esse espaço social não deixa de atuar com a prevenção e a promoção em saúde mental desde o despertar para essas idosas em poderem estar inseridas nesse contexto diferente do habitual que por vezes é desgastante e se torna fator principal para o acarretamento de sofrimentos psíquicos.

Percebe-se então que a troca de saberes e experiências nas relações grupais que se deram estimularam a autonomia para gestarem suas vidas, para realizar tarefas das quais se encontravam esquecidas como o cuidado com o corpo, a valorização da imagem corporal, colaborando com a elevação da autoestima através também dos laços de amizade e conversações que estreitaram os sentimentos de tristeza e solidão minimizando possíveis casos de depressão. O que conseqüentemente impactou positivamente na saúde mental, despertando sentimentos de pertencimento e proporcionando aprendizagens afetivo/emocionais fornecendo ferramentas para encontrar sentido em enxergar a velhice não mais de forma negativa ou deteriorada, mas, abrindo espaço para a troca de saberes e a chegada de novos saberes permitindo que abracem suas qualidades, habilidades e limitações, com carinho e orgulho aos desafios já enfrentados, com respeito as suas conquistas, e com valorização a vida que é proporcionada no tempo presente.

Segundo Erik Erikson 1998, teórico da Psicologia, explica dentre as fases do

desenvolvimento humano que, na meia idade ocorre o desafio da generatividade ou da estagnação, a generatividade é (capacidade de sair de si, ser útil na sociedade e ser capaz de transmitir valores e seu legado para outras gerações). Após os 60 anos de idade, ocorre a integridade (valorização das vivências) ou desespero. Foi percebido que as mulheres idosas no clube de mães, são mulheres ativas que modificam o conceito negativo de envelhecer desde o desejo de participar das atividades do Clube de mães, atitude que representa abertura.

Tendo estas mulheres desenvolvido ou não a generatividade na busca de novos conhecimentos as mesmas fizeram uma nova leitura da realidade aumentando as suas perspectivas de envelhecimento saudável, ressignificando suas angústias e sofrimentos e a partir do contato com outras experiências e saberes passaram a enxergar possibilidades de autonomia frente a vida que convoca para o viver no tempo presente, encontrando um leque de oportunidades para deixar “seu legado para as outras gerações” atribuindo significado a vida como se estivesse recebendo de fato um presente com gratidão às suas vivências.

## REFERÊNCIAS

- ANTUNES, G; MAZO, G. Z., & BALBÉ, G. P. Relação da autoestima entre a percepção de saúde e aspectos sócio demográficos de idosos praticantes de exercício físico. **Revista da Educação Física/UEM**, 22(4), p. 569- 581,2011. DOI: 10.4025/reveducfis.v22i4.10825.Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S1983-30832011000400009](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1983-30832011000400009). Acesso em: 04 Ago, 2019.
- BAUER, M. W. & GASKELL, G. **Pesquisa qualitativa com texto, imagem e som**. Tradução de Pedrinho A. Guareschi. Petrópolis: Vozes, 2002.
- BARROS, C.S.G. **Pontos de psicologia do desenvolvimento**. São Paulo: Ática 1987
- BERQUÓ, E. *In*: LIBERALESSO, A. & DEBERT, G. G. (Orgs.). **Considerações sobre o envelhecimento da população no Brasil**. Velhice e Sociedade. Campinas: Papirus, 1999.
- BODSTEIN, A.; LIMA, V. V. A.; BARROS, A. M. A. **A vulnerabilidade do idoso em situações de desastres**: necessidade de uma política de resiliência eficaz. *Ambiente e Sociedade*, v. 17, n. 2, p. 157-74. 2014.
- BORGES, G. *et al.* **El papel de la epidemiologia em la investigacion de los transtornos mentales**. *Salud Publica*, México, v. 46, n. 5, 2004.
- BORGES, P. L. C. *et al.* **Perfil dos idosos frequentadores de grupos de convivência em Belo Horizonte**, Minas Gerais: Brasil: *Cadernos de Saúde Pública*, n. 24, v.12, p. 2798-2808, 2008.
- BOSI, Ecléa. **Memória e Sociedade**. Lembranças de Velhos. São Paulo: Companhia das Letras, 2009.
- BRASIL. Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas. **Atenção à saúde da pessoa idosa e envelhecimento**. Brasília. 2010.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Envelhecimento e saúde da pessoa idosa Brasília**: MS. 2006.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas**, Área Técnica Saúde do Idoso. Brasília. 2010
- CORIN, E. **Regardsanthro pologiques surlavieillesse**. *Anthropologie et Sociétés*, 6(3):63- 90. 1982.
- D'ALENCAR, B.P. **Biodança como processo de renovação existencial do idoso: análise etnográfica**. 2005. Tese (Programa de Doutorado Interunidades da Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto). Ribeirão Preto: Universidade de São Paulo. P. 215, 2005.
- DEBERT, G. G. **A Reinvenção da Velhice**. São Paulo: Edusp. 1999.
- DELORS, J (org.). **Educação: um tesouro a descobrir**. Relatório da UNESCO da Comissão Internacional Sobre Educação para o século XXI. Organização das Nações Unidas para educação, a ciência e a cultura. Ed. CNPq/IBICT/UNESCO. Brasília (DF): UNESCO; 2010

[cited 2014Oct 10]. Disponível em:

<http://unesdoc.unesco.org/images/0010/001095/109590por.pdf>. Acesso em 15 Ago, 2010.

ERIKSON, E. H. e ERIKSON, J. **O ciclo da vida completo**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1998

FALCÃO, D.V.S. & B. M. J.S.N.F. Resiliência e saúde mental dos idosos. *In*: Falcão, D.V.S. & ARAÚJO, L.F. (Org.) **Idosos e saúde mental**, p. 33-52. São Paulo (SP): Papyrus, 2010.

FRANCO, A. L. S. O conceito de relação, pensado a partir da relação entre o médico e o paciente. *In*: PETRINI, J. C.; CAVALCANTI, V. R. S. (Org.). **Família, Sociedade e Subjetividades: uma perspectiva multidisciplinar**. Petrópolis: Vozes, p. 225-239. 2005.

FRAQUELLI, A. A. **A relação entre autoestima, autoimagem e qualidade de vida em idosos participantes de uma oficina de inclusão digital**. 2008. 104 f. Dissertação (Mestrado em Gerontologia Biomédica) - Instituto de Geriatria e Gerontologia, PUCRS, Porto Alegre: 2008.

FREIRE, P. **Pedagogia da Autonomia: saberes necessários à prática educativa**. Rio de Janeiro(RJ): Paz e Terra, 1997.

GOLDFARB, D. M. C. **Corpo, tempo e envelhecimento**. SP: Casa do psicólogo. 1998.

GOLDMAN, S. N. et al. Gerações: **notas para iniciar o debate**. Revista Geração, Rio de Janeiro, a. 1, n. 1, p. 2-9, dez. 2002.

GROISMAN, D. Saúde Mental e Envelhecimento: um passo necessário para as políticas públicas. *In*: JORGE, M.A.S; CARVALHO, M.C.A; SILVA, P.R.F (Org.). **Políticas e cuidado em saúde mental: contribuições para a prática profissional**, Editora FIOCRUZ, p. 256-277, 2014.

GUEDES, S. L. **Dos muitos modos de envelhecer no Brasil: “antropologia do envelhecimento”**. Arquivos de Geriatria e Gerontologia, 3: p. 86-93. 1999.

JIMENEZ, P. J.; MELENDEZ, A.; ALBERS, U. **Psychological effects of Tai Chi Chuan**. *Archives of Gerontology and Geriatrics*. Vol. 55. Num. 2. p. 60-67. 2012.

KACHAR, V. Longevidade: **um novo desafio para a educação** (org.) – São Paulo: Cortez, 2001.

LIMA, M. L. C. *et al.* **Assistência à saúde dos idosos, vítimas de acidentes e violência: uma análise da rede de serviços SUS no Recife (PE, Brasil)**. *Ciência e Saúde coletiva*, v. 15, n. 6, 2010, p. 2677-86.

LIMA-Costa MF, Veras RP. **Saúde Pública e envelhecimento**. *Cad. Saúde Pública*; 19(3): p.700-701.2003.

MAGALHÃES, D. N. Intergeracionalidade e cidadania. *In*: PAZ, S. **Envelhecer com cidadania: quem sabe um dia?** Rio de Janeiro: CBCISS-ANG/RJ. 2000.

MARAGONI, J. F. da C. Fundamentação teórica: Desenvolvimento humano no contexto sociocultural. *In*: Meu tempo, seu tempo: **possibilidades de coeducação no**

- relacionamento entre avós e netos.** *In:* Desenvolvimento humano no contexto sociocultural. Curitiba. PR: CRV, 2011.
- MENDES, T. M. S. **Da adolescência à envelhecimento:** convivência entre as gerações na atualidade. Porto Alegre: Mediação, 2012.
- MINAYO, M. C. de S. Pesquisa Social: **Teoria, método e criatividade.** Petrópolis: Vozes, 1995.
- MORIN, E. **Os sete saberes necessários à educação do futuro.** São Paulo: Cortez, 2000.
- OLIVEIRA, S. A. **Prevenção em saúde mental no Brasil na perspectiva da literatura e especialistas da área.** Dissertação de Mestrado. Universidade de Brasília, Brasília/DF, 2012.
- OMS. World Health Organization. **Envelhecimento ativo:** uma política de saúde/World Health Organization; Organização Pan-Americana da Saúde. Tradução Suzana Gontijo – Brasília/DF, 2005.
- OSÓRIO, L, C. **Casais e família, uma visão contemporânea.** Porto Alegre: Artmed, 2002 p.90.
- QUARESMA, J. S.; BONI, V. **Aprendendo a entrevistar:** como fazer entrevista em Ciências Sociais. Santa Catarina: UFSC, 2005, p.68-80.
- RESENDE, M. C. de. et al. **Saúde mental e envelhecimento.** Porto Alegre: PUCRS, 2011. RIVIÈRE, P. E. **O processo Grupal.** São Paulo: Martins fontes. 2005.
- SCHNEIDER, R. H; IRIGARAY, T.Q. **O envelhecimento na atualidade:** aspectos cronológicos, biológicos, psicológicos e sociais. Estudos de Psicologia, v.25, n. 4, p. 585-593.2008.
- SILVEIRA, T. M. **Convívio de gerações:** ampliando possibilidades. Textos sobre Envelhecimento. Rio de Janeiro, v.4, n.8. 2002.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Envelhecimento Ativo:** uma política de saúde, Brasília, p. 60, 2002.
- ZITKOSKI, Jaime José. **Paulo Freire & a Educação.** Belo Horizonte: Autêntica, 2010.

## APÊNDICE A - QUESTIONÁRIO

### DADOS SÓCIO DEMOGRÁFICOS

1) Nome:

---

2) Com quem vive atualmente?

---

3) Idade: \_\_\_\_\_ Religião: \_\_\_\_\_ Tem filhos? \_\_\_\_\_ Quantos? \_\_\_\_\_

4) Há quanto tempo participa do clube de mães?

---

5) O que você acha dos serviços oferecidos pelo clube de mães?

---

---

---

---



## APÊNDICE B – OFÍCIO



**CENTRO DE EDUCAÇÃO - CEDUC**

**DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO**

**CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM DESENVOLVIMENTO HUMANO E  
EDUCAÇÃO ESCOLAR**

**Ofício 002/2019**

A Sra. \_\_\_\_\_  
**Gestor(a) Escolar**

Venho por meio deste, solicitar a liberação dos alunos de uma turma \_\_\_\_\_, para participarem de um projeto de integração com os idosos visando a qualidade de vida destes e a importância das relações intergeracionais, o momento acontecerá no Clube de Mães Nossa Sr<sup>a</sup> Rosa Mística, localizado em: Rua Senador João Cavalcante de Arruda, nº 335-Presidente Médici. O horário início será as 14h:00min com término por volta das \_\_\_\_:h:00min dos dias \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2019.

Sem mais para o momento, desde já agradecemos a compreensão.

Campina Grande, 22 de agosto de 2019

Bruna Michelle Soares Santana

Jéssica da Silva Mendonça Nóbrega

Estudantes de pós-graduação em Desenvolvimento Humano e Educação Escolar

## ANEXO

NOME - \_\_\_\_\_



## O Toco de Lápis

Pedro Bandeira



Lá, num fundo de gaveta, dois lápis estavam juntos.

Um era novo, bonito, com ponta muito bem-feita. Mas o outro - coitadinho! - era triste de se ver. Sua ponta era rombuda, dele só restava um toco, de tanto ser apontado.

O grandão, novinho em folha, olhou para a triste figura do companheiro e chamou:

- Ô, baixinho! Você, aí embaixo! Está me ouvindo?

- Não precisa gritar - respondeu o toco do lápis. - Eu não sou surdo!

- Não é surdo? Ah, ah, ah! Pensei que alguém já tivesse até cortado as suas orelhas, de tanto apontar sua cabeça!

O toquinho de lápis suspirou:

- É mesmo... Até já perdi a conta de quantas vezes eu tive de enfrentar o apontador...

O lápis novo continuou com gozação:

- Como você está feio e acabado! Deve estar morrendo de inveja de ficar ao meu lado. Veja como eu sou lindo, novinho em folha!

Estou vendo, estou vendo... Mas me diga uma coisa: Você sabe o que é poesia?

- Poesia? Que negócio é esse?

- Sabe o que é uma carta de amor?

- Amor? Carta? Você ficou louco, toquinho de lápis?

- Fiquei tudo! Louco, alegre, triste, apaixonado! Velho, gasto também. Se assim fiquei, foi porque muito vivi. Fiquei tudo aquilo de tanto escrever durante toda a vida. Romance, conto, poesia, narrativa, descrição, composição, teatro, crônica, aventura, tudo! Ah, valeu a pena ter vivido tanto, ter escrito tanta coisa, mesmo tendo de acabar assim, apenas um toco de lápis. E você novinho em folha: o que é que você aprendeu?

O grandão, que era um lápis preto, ficou vermelho de vergonha...



Tirado do Livro: **Coração de Criança:**  
O livro dos bons sentimentos.  
Pedro Bandeira - RJ - Ediouro - 2002

Blog: <http://ler-com-prazer.blogspot.com>