

**BIBLIOTECA DIGITAL DE TESES E DISSERTAÇÕES
UNESP**

RESSALVA

Alertamos para ausência de Anexos, não incluídas pelo autor no arquivo original.

**UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA
CAMPUS DE ASSIS
FACULDADE DE CIÊNCIAS E LETRAS**

**MOTIVOS E SENTIDOS DA DANÇA DA TERCEIRA IDADE NA
CIDADE DE PRESIDENTE PRUDENTE - SP**

ARMINDA MARIA MALUF

**Assis
2002**

ARMINDA MARIA MALUF

**MOTIVOS E SENTIDOS DA DANÇA DA TERCEIRA IDADE NA
CIDADE DE PRESIDENTE PRUDENTE - SP**

Dissertação apresentada à Faculdade de Ciências e Letras do Campus de Assis, Universidade Estadual Paulista, como parte dos requisitos para obtenção do título de Mestre em Psicologia, área de concentração: Psicologia e Sociedade.
Orientador: Prof. Dr. José Sterza Justo
Co-orientadora: Profa. Dra. Helena Faria de Barros

Assis

2002

AGRADECIMENTOS

Sou muito grata à professora, pesquisadora e amiga, D. Helena Faria de Barros, que sem dúvida teve papel central no desenvolvimento de minha atuação nesta pesquisa; bem como no forte desejo de comunicar o que aprendi com ela ao longo dos anos. Foi com D. Helena que tive os primeiros contatos com pesquisa e tem sido para mim uma constante fonte de inspiração, em virtude de sua atenção, compreensão, paciência e carinho.

Justa homenagem ao meu orientador e amigo, Prof. Dr. José Justo Sterza, pelo apoio, carinho e estímulos recebidos na realização desta pesquisa e durante o Curso de Pós-Graduação; onde as dúvidas foram solucionadas e as respostas surgiram naturalmente em nossas conversas.

Minha consideração e estima aos idosos do Clube Dona Dalila, pessoas muito especiais para mim. Através deles percebi com clareza a pluralidade de situações que afetam o universo social que produz a velhice.

Aos funcionários e organizadores do Clube Dona Dalila que propiciaram as condições adequadas para a realização desta pesquisa.

Aos componentes da Banca de Qualificação, Profa. Dra. Edna J. S. Martins e Profa. Dra. Sônia aparecida R. França, por suas valiosas críticas e sugestões, contribuindo na complementação desta pesquisa.

Ao Serviço de Biblioteca e Documentação da UNESP – Campus de Presidente Prudente, na pessoa de sua bibliotecária Maria José Trisóglio, que prontamente se colocou à minha disposição para leitura e revisão desta pesquisa.

Finalmente, minha gratidão ao Marquinhos que, através de seus esforços e horas livres, não apenas digitou, mas deu sugestões, organizou e ajudou a realizar esta pesquisa.

RESUMO

A presente pesquisa centrou-se na busca dos motivos que levam os idosos da cidade de Presidente Prudente – SP (especificamente os bailes do Clube da Terceira Idade Dona Dalila), a terem a dança de salão como atividade de lazer preferida. A relevância deste estudo ressalta à medida que, com profundidade, tópicos importantes para a sociedade, através dos programas de lazer para a terceira idade, evidenciam a preocupação com a qualidade de vida e bem estar do idoso; chama a atenção para a necessidade de informações à respeito do processo de envelhecimento e de lazer do idoso para a sociedade. Percebeu-se, pelo depoimento de 100 idosos, freqüentadores e organizadores dos bailes, que a preferência pela dança se dá, simplesmente, pela emoção do contato físico e social que ela proporciona, pois se sabe que a dança permite a integração, a encenação da fantasia e a manifestação do desejo de liberdade, reconhecida pelo senso comum sob a denominação de desejo de prazer. Socialmente, a prática da dança de salão (bailes), nestes programas de lazer do idoso, reincide-o à sociedade. Ele integra-se a outras pessoas, une-se em associações e grupos de convivência. Possibilita a discussão de seus problemas em conjunto, a organizarem-se para lutar por seus direitos e por melhores condições de vida. Além do que, quando participam dos bailes, estão sempre em grupos, o que os motiva a continuarem ativos. As características do processo de envelhecimento, os estereótipos sociais, a construção contínua da identidade, a necessidade de motivação para uma auto-imagem positiva, a importância dos programas de lazer, e, principalmente, a dança de salão, são pontos abordados na revisão da literatura e presentes nos resultados dos depoimentos dos sujeitos. Cada um destes aspectos integra o indivíduo, caracterizando e refletindo no seu movimento (a dança), e na sua conseqüente percepção de movimento e de vida.

ABSTRACT

The present research was centered in the search reasons that take the seniors of the city of Presidente Prudente - SP (specifically the dances of the Third Age Club Dona Dalila), to have the saloon dance as their favorite leisure activity. The relevance of this study stands out as, in depth, important topics for the society, through the leisure programs for the third age, make evident the concern with the life quality and welfare of the senior; it calls attention for the need of information the regarding the aging process and of the senior's leisure for the society. It was noticed, through interviewing one hundred seniors, visitors and organizers of the dances, that the preference for the dance feels, simply, for the emotion of the physical and social contact that it provides, for it is known that the dance allows the integration, the staging of the fantasy and the manifestation of the desire of freedom, recognized by the common sense under the denomination of pleasure desire. Socially, the practice of the saloon dance (dances), in these programs of the senior's leisure, relapses him or her to the society. They integrate to other people, join in associations and coexistence groups. It makes possible the discussion of their problems together, to organize and to struggle for their rights and better life conditions. In addition, when they participate in the dances, they are always in groups, which motivates them continue their assets. The characteristics of the aging process, the social stereotypes, the continuous construction of the identity, the motivation needed for a positive self-image, the importance of the leisure program, and, mainly, the saloon dance, are topics approached in the revision of the literature and presented in the results of the interviews of the subjects. Each one of these aspects integrate the individual, characterizing and contemplating in their movement (the dance), and in their consequent movement perception and of life.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	1
 CAPÍTULO I	 10
BASES CONCEITUAIS DA PESQUISA – A TERCEIRA IDADE: A NOVA ONDA	10
1. A VELHICE: ASPECTOS DEMOGRÁFICOS	10
2. A VELHICE: ASPECTOS BIOLÓGICOS – PSICOLÓGICOS (SEXUALIDADE, CORPO E AUTO-IMAGEM NA VELHICE)	13
3. A VELHICE: ASPECTOS SOCIOLÓGICOS – O QUE É SER VELHO NA SOCIEDADE E CULTURA ATUAIS?	29
3.1. Aposentadoria: velhice inútil?	33
4. TERCEIRA IDADE: O QUE FAZER?	39
 CAPÍTULO II	 42
BASES CONCEITUAIS DA PESQUISA – A QUALIDADE DE VIDA NA TERCEIRA IDADE	42
1. O ATENDIMENTO À TERCEIRA IDADE	47
2. O ATENDIMENTO À TERCEIRA IDADE NO BRASIL	52
3. A ATIVIDADE FÍSICA E A QUALIDADE DE VIDA DOS IDOSOS	54
 CAPÍTULO III	 61
BASES CONCEITUAIS DA PESQUISA – A DANÇA	61
1. DANÇA: EVOLUÇÃO HISTÓRICA	61
2. ALGUMAS CONSIDERAÇÕES SOBRE A DANÇA	66
3. DANÇA: CORPO – MOVIMENTO, IMAGEM CORPORAL E EXPRESSÃO CORPORAL	69
4. HISTÓRICO DA DANÇA DE SALÃO	79
4.1. A chegada da dança de salão no Brasil	81
5. DANÇA: RITMO, MÚSICA E TERCEIRA IDADE	83

6. DANÇA DE SALÃO E TERCEIRA IDADE	89
CAPÍTULO IV	94
METODOLOGIA ADOTADA NA PESQUISA	94
CAPÍTULO V	100
APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS DADOS	100
1. ATENDIMENTO DOS IDOSOS NA CIDADE DE PRESIDENTE PRUDENTE	100
2. O CLUBE DA TERCEIRA IDADE DONA DALILA: A ORIGEM DO CLUBE RELATADA PELO PRESIDENTE (SR. MELVIS)	103
3. DADOS COLETADOS COM OS ORGANIZADORES DOS BAILES	106
4. DADOS DA ENTREVISTA COM OS FREQUENTADORES DOS BAILES	107
4.1 Bailes – caracterização dos frequentadores	108
4.2 Bailes – efeitos	116
4.3 Bailes – motivos	124
4.4 Bailes – efeitos e conseqüências	129
5. OBSERVAÇÕES FEITAS DURANTE OS BAILES	142
ALGUMAS CONSIDERAÇÕES À GUIA DE FECHAMENTO DA PESQUISA	150
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	154
ANEXOS	

INTRODUÇÃO

*“O velho fraco se esqueceu do cansaço
e pensou
que ainda era moço pra sair no terraço
e dançou”.*

Chico Buarque de Hollanda

As questões do envelhecimento representam atualmente um fenômeno social de grande significado no contexto das sociedades de todo o mundo. O avanço das tecnologias, verificado desde a metade do século XX, aliado aos progressos conquistados na medicina e saúde, apontam para índices cada vez mais crescentes da população com mais de sessenta anos de idade.

Nos países mais ricos do mundo, o envelhecimento da população mundial tende a estar no topo dos maiores desafios no próximo século. Nos últimos dez anos, os governos das nações industrializadas demonstram não saber como continuar sustentando, com valores dignos, suas, cada vez mais gordas, folhas de pagamento de aposentados, a oferta de boa saúde pública aos idosos e a permanência dos vários direitos adquiridos por lei. Mas se isso é problema para eles, o que farão os países da América Latina, onde, até hoje, os governos não conseguiram erradicar, sequer, doenças e problemas sociais, que afetam a população e que deveriam estar extirpados há mais de 40 anos? (GONÇALVES, 1996).

Como consequência, entre as décadas de 40 e 90, aumentou, nos países em desenvolvimento, a expectativa de vida ao nascer, em média de 40 para 62 anos (KALACHE, 1996). As projeções atuais indicam que no ano 2020 a expectativa de vida ao nascer, nesses países, será de 70 anos; e a esperança de vida de seus descendentes será de três décadas a mais.

Nos países desenvolvidos, o crescimento da população mais velha tem sido um fenômeno histórico, de certo modo novo, mas há muito tempo detectado, como afirma Beauvoir (1970).

“De todos os fenômenos contemporâneos, o menos contestável, o de marcha mais segura, o mais fácil de ser previsto com grande antecedência e talvez o mais pesado de consequência é o envelhecimento da população”.

Por outro lado, os progressos científicos mostram uma expectativa de vida cada vez maior e indicam meios para que esta longevidade se caracterize por qualidade de vida.

O envelhecimento na população brasileira é fenômeno demográfico de fácil constatação. Atualmente, segundo dados do IBGE (2000), a população de idosos com mais de 60 anos é de 14.536.029.

Assim, o Brasil tem apresentado uma população cada vez mais crescente de idosos e estes solicitam cada vez mais a intervenção de toda a sociedade para enfrentar essa chamada “Terceira Idade”.

Nesta direção, também, a Revista Brasileira de Ciências do Esporte (1994), apresenta que, desde 1960, a população de idosos cresce proporcionalmente muito mais que a infantil, de 0 a 14 anos, que era, até então, o grupo etário de maior crescimento e faz projeções de que esta população decrescerá de 44%, em 1960, para 24% no ano 2025, enquanto a população de idosos crescerá de 5% para 14% no mesmo período.

Segundo a ONU (Organização das Nações Unidas), o Brasil será, nos próximos 20 anos, o sexto país mais envelhecido do mundo. Até 2020, em cada 13 brasileiros um será idoso (IBGE, 2000).

A sociedade tem, por sua vez, a obrigação de garantir aos idosos acesso aos recursos de que necessitam para satisfação de suas necessidades vitais, oferecendo atividades compatíveis com suas possibilidades físicas e emocionais e que favoreçam o contato com a realidade do mundo que os cerca e do qual fazem parte, pois é um direito deles.

Para Eisdorfer (1981), a sociedade atual tem se colocado a refletir o significado e a importância do envelhecimento humano. Entender a velhice é o primeiro passo para se acabar com as posturas negativas em relação à ela, que são freqüentes. Resguardar a saúde do idoso é ajudá-lo a se manter ativo e lúcido; logo, auto-suficiente e com qualidade de vida.

Esta é uma questão social merecedora de atenção e cuidados não apenas do próprio idoso, mas também dos familiares, dos centros de convivência, dos asilos, dos cursos especializados e de toda a sociedade.

O combate ao preconceito que existe contra o cidadão idoso, a necessidade do estabelecimento de políticas que o valorize, não lhe fechando portas em nenhum campo da sociedade, a inclusão da disciplina Gerontologia nos currículos de cursos de graduação e a padronização de termos de saúde utilizados por médicos, são alguns dos destaques do documento que foi encaminhado para a OMS (Organização Mundial de Saúde), no 1º Congresso do Mercosul (1999), que se referia às questões do envelhecimento, não só quanto à área de saúde, mas também aos aspectos sociais, ambientais e econômicos.

É do conhecimento de pesquisadores, tais como Neri (1995) e Okuma (1998), que estudam esse assunto, que as questões das políticas governamentais brasileiras para a terceira idade deixam muito a desejar. Só recentemente a palavra “velhice” foi colocada na Constituição Federal em apenas um parágrafo (4º.) de um artigo (175): “Lei especial que disporá sobre a assistência à maternidade, à infância, à adolescência e à velhice”.

Mello (1994), alerta que o envelhecimento populacional é um fenômeno de nosso século: enquanto que os avanços da medicina procuram meios de aumentar a longevidade, a sociedade busca meios de enfrentar e se adaptar a essa nova realidade. Os países europeus já estão enfrentando há mais tempo este fenômeno.

Assim, a velhice no Brasil poderá ser vivida com o entusiasmo, a alegria e a dignidade que ela merece. A exemplo dos idosos europeus e americanos do norte, os brasileiros com mais de 65 anos, fronteira definida pela Organização Mundial da Saúde como entrada para a chamada Terceira

Idade, começam a encontrar atividades, serviços e produtos à sua disposição, para se sentirem em boa forma física e psicológica.

Para a pesquisadora Anita Liberalesso Neri, em seu livro “Psicologia do Envelhecimento” (1995):

“Envelhecer tem aspectos positivos, como a sabedoria acumulada e a liberação dos papéis familiares e profissionais (...). O envelhecimento permite investimentos em auto-realização e atividades para as quais muitas vezes não se tem tempo ao longo da vida, como esportes, cursos e viagens”.

Já Beauvoir (1970), dizia, também:

“A velhice não é a conclusão necessária da existência humana, é uma fase da existência diferente da juventude e da maturidade, mas dotada de um equilíbrio próprio e deixando aberto ao indivíduo uma gama de possibilidades”.

Existe, na sociedade atual, um fator característico preponderante que é a inatividade. A inatividade, a vida sedentária devido a fatores como televisão, motorização e automatização, deixa de ser um problema individual para ser coletivo, atingindo todas as camadas sociais dos países desenvolvidos e dos em desenvolvimento. Aumentou o tempo destinado ao lazer, mas em contrapartida as pessoas passam a maior parte do tempo envolvidas em atividades quase estáticas, confinadas dentro de suas casas. O ser humano é um ser de movimento e, para verificar tal feito, basta que se observe seu aparelho locomotor.

A movimentação no plano geográfico, social e psicológico é característica que tem se acentuado cada vez mais na contemporaneidade, marcada pela aceleração do tempo e alargamento do espaço.

No entanto, até hoje se esperou dos idosos a passividade, a inatividade, o conformismo, o deixar-se conduzir. Começa-se a aceitar que o idoso tem que ser participativo, continuar ativo e motivado na sociedade.

Silva (1992), afirma a este respeito:

“Se aprendi alguma coisa em meus anos de estudo foi que a fonte da juventude, que Ponce de Leon buscava em vão, estava dentro de seu corpo. Exercício é o meio para uma vida alerta, vigorosa e longa. A inatividade pode matá-lo”.

“Em algum momento, em algum lugar, esse homem haverá de encontrar-se face a face consigo próprio, e só dele, dependerá fazer esse momento a mais amarga das horas ou seu momento melhor...”
(FRAIMAN, 1995).

Igualmente, PINI (1989), afirma que a carência de motivação ou sedentarismo representa um fator importante na instalação de processos degenerativos.

A terceira idade deveria ser o período em que a preocupação estaria no “ser mais” baseado no tempo livre, na aposentadoria. Esta fase seria a do lazer, da realização pessoal e do investimento em si próprio, no sentido da auto-expressão, da criatividade, da participação. Porém, a falta de preparação para ingressar neste período e os preconceitos quanto ao lazer, como valor sócio-educativo, conduzem o idoso a sentir-se vazio e inútil, tornando o ócio e o isolamento aspectos constantes na sua vida.

O idoso, quando nega seu movimento nega, a si mesmo, pois não se sente como ser vivo e atuante, capaz de sonhos e realizações. Para a pessoa que envelhece não há vida, portanto, seu movimento corporal é quase que inexistente. Mas, segundo Mello (1994):

“A vida é um eterno aprendizado. Em todas as fases da vida temos condições de aprender a viver plenamente e em profundidade. Em cada fase específica, porém, destaca-se uma força inerente, uma qualidade ativa (virtude) que nos permite esta arrancada definitiva. Na infância é a esperança, a adolescência é a fidelidade, na juventude é o amor, na maturidade é a assistência, na velhice é a sabedoria. Portanto, não tem sentido dizer ‘estou velho’, ou ‘na minha idade isso não é mais possível’”.

Hoje em dia, não há como negar a importância do movimento, das atividades físicas, para o idoso, não só como elemento indispensável à melhora de sua aptidão funcional, mas, principalmente, como forma de revigorar o “sentimento” de participação social, contribuindo de maneira positiva para o bem-estar geral, ou seja, para a qualidade de vida.

Considerando o idoso dentro dessa visão, Deps (1993), acredita que as atividades de lazer podem ser um meio de equilibrar as perdas e ganhos e propiciar o crescimento individual.

Assim, essa atualidade do tema “velhice” apresenta-se como questão emergente e como realidade merecedora de investigação. Essa constatação leva à necessidade de um aprofundamento de estudos e à criação de programas interdisciplinares, nos quais as questões ligadas aos aspectos biopsicossociais sejam abordadas de forma ampla e envolvente, e, assim se possa refletir sobre o papel e a importância da velhice, bem como seu melhor atendimento pela sociedade e Estado.

A presente pesquisa se ocupou da terceira idade na perspectiva do movimento como expressão corporal, e, mais precisamente a preferência pela dança, capaz de proporcionar ao idoso, lazer, participação, auto-estima e socialização.

Centrou-se na busca de motivos que levam os idosos da cidade de Presidente Prudente a terem a dança de salão como atividade de lazer preferida.

Em um trabalho anterior, foi realizado um levantamento de atividades que a Prefeitura Municipal de Presidente Prudente oferece aos idosos da cidade. Tendo sido a dança a atividade que concentrou o interesse dessa população, decidiu-se por empreender nova investigação, tendo a terceira idade e a dança como tema, procurando-se desvendar os motivos e sentidos da forte predileção pela dança, tal como fora constatado.

Delineou-se, então, um projeto para detectar os motivos que levam os idosos a procurarem tal atividade. Necessidades de atividade física ou motora subjazem à busca da dança pelos idosos? Necessidades de natureza social (convivência, companheirismo, solidariedade) seriam

determinantes? Necessidades de natureza psicológica (evitar isolamento, depressão) estariam na base da procura empreendida? Todas estas necessidades estariam presentes? Outras responderiam como motivos? E quais seriam? A prática da dança provoca melhoria na motivação para viver e na saúde dessas pessoas?

O papel e o valor da dança para o ser humano são sobejamente conhecidos; porém, resta compreender melhor a maneira como incidem especificamente na terceira idade.

Boas (1996), relata que a dança é conhecida como uma das poucas atividades que atingem o homem de maneira global, desenvolvendo uma linguagem em que os movimentos e o ser se interagem.

A dança tem como característica a descontração, oferecendo às pessoas oportunidade de estarem ao lado de quem gosta, promovendo relações futuras. Na dança, os idosos refugiam-se desse sentimento que é a solidão, descobrem que ainda têm capacidade para aprender, movimentar-se, expressar-se, comunicar-se, enfim, viver em sociedade. Na dança conseguem desinibir-se, descobrindo as expressões do seu corpo e do seu parceiro(a). Permitem que o seu corpo se expresse no espaço/tempo e no ritmo da música, sendo que os seus sentimentos mais profundos afloram e a alegria transparece.

Para Okuma (1998), a atividade física na terceira idade causa mudanças na imagem do idoso, tornando-o mais ativo, participativo, sujeito das suas próprias ações, fugindo do isolamento, redescobrando suas possibilidades de movimentação e reintegração à sociedade, conquistando qualidade de vida.

A insuficiência, porém, de um saber específico para desvendar a totalidade do viver dos idosos, tem levado técnicos e acadêmicos de distintos saberes, a tentarem construir, conjuntamente, um saber novo sobre uma realidade ainda pouco explorada.

Apesar da relevância e da atualidade do tema que se pretendeu abordar, há uma significativa carência de informações.

É escassa e recente a literatura sobre a velhice, como também são insuficientes as pesquisas e dados estatísticos a respeito e investigações,

principalmente, sobre a natureza e características dos programas de lazer para idosos, tanto maior ainda quando se localiza especificamente a **dança**.

É consensual que a prática da atividade física e lazer se constitui em indiscutível fator de saúde e elemento vital nos equilíbrios físico, social e emocional das pessoas idosas. Anderson (1983), afirma que não há garantia de que as atividades físicas adicionam anos à sua vida, mas certamente dão muita vida aos anos vividos. A **dança** teria uma razão especial para a preferência?

É notório, também, que as propostas de atividades feitas por especialistas têm sido espontâneas e intuitivas, sem embasamento científico. Assim, procurar-se-á neste estudo buscar base científica para o trabalho dos técnicos que lidam com esta faixa etária.

Estes fatores observados obrigaram à reflexão e subsidiaram a justificativa do presente estudo, considerando-se que:

- o envelhecimento populacional torna-se um problema à medida que a sociedade não está preparada para assimilar o contingente de idosos que cresce rapidamente;
- a cada dia as pessoas estão procurando mais a dança de salão; isso significa que existe algo muito especial e atraente na mesma;
- a busca de alternativas de vida e de condições psicossociais capazes de responder às necessidades específicas da terceira idade é um desafio urgente, que se coloca para a ciência e a sociedade como um todo;
- o corpo, o movimento, o contato com o “outro”, a sensibilidade e o senso estético, são elementos indissociáveis na constituição da vida;
- os estudos sobre a velhice são incipientes.

O complexo de considerações e motivos expostos até aqui, resultantes da reflexão e do contato de anos com a chamada “Terceira Idade”, levou, lenta e progressivamente, ao problema, precisando-o e definindo-o.

Assim, esta pesquisa representa o esforço para “apreender” a motivação à dança da população idosa da cidade de Presidente Prudente - SP (especificamente estudar o gosto pelos bailes do Clube da Terceira Idade Dona Dalila).

A relevância desse trabalho ressalta à medida que trata, com profundidade, de tópicos importantes para a sociedade, através dos programas de lazer para a terceira idade; evidencia a preocupação com a qualidade de vida e bem estar do idoso; chama a atenção para a necessidade de informações a respeito dos processos de envelhecimento e leva a desfrutar sobre lazer ao idoso e a sociedade.

Considera-se uma pesquisa inédita no que temos conhecimento até o momento, visto que é desconhecida a existência de algum trabalho realizado com os mesmos objetivos, apesar da busca empreendida.

A estrutura da presente pesquisa foi organizada de modo a apresentar:

- uma Introdução que trata da justificativa da pesquisa, da definição do problema, da relevância do tema e da investigação, além dos objetivos pretendidos;
- os Capítulos I, II e III apresentam as bases conceituais de pesquisa;
- o Capítulo IV refere-se à metodologia de pesquisa adotada, que indica como a pesquisa aconteceu em seu aspecto empírico, caracterização do idoso e da dança de salão;
- no Capítulo V faz-se a apresentação e discussão dos dados, e uma descrição-interpretação dos dados obtidos é feita.

Ao término da pesquisa fez-se algumas considerações à guisa de síntese e fechamento do trabalho realizado.

CAPÍTULO I

BASES CONCEITUAIS DA PESQUISA – A TERCEIRA IDADE: A NOVA ONDA

Segundo Minayo (1994),

“A definição teórica e conceitual é um momento crucial da investigação científica. É sua base de sustentação. Remetendo este item a uma dimensão técnica, devemos dizer que é imprescindível à definição clara dos pressupostos teóricos, das categorias e conceitos a serem utilizados”.

Com o propósito de imprimir consistência lógica e de conteúdo à pesquisa, definiu-se algumas idéias de modo a estabelecer o alicerce conceitual dela. Assim, três grandes idéias sintetizam e alicerçam a investigação empreendida: 1) a Terceira Idade: a nova onda (a Terceira Idade: o que é isto no cenário da sociedade contemporânea); 2) a longevidade e qualidade de vida: uma revolução mundial; 3) a dança, como atividade física de lazer, disparadora e catalisadora de realizações psicossociais básicas; são apresentados neste capítulo a primeira idéia e as outras duas, nos capítulos subseqüentes.

1 A VELHICE: ASPECTOS DEMOGRÁFICOS

A Assembléia Geral da ONU, realizada em janeiro de 1999, procurou atrair a atenção do mundo para a amplitude da “revolução da longevidade” e sobre a imensidão de seus desafios. O “boom das vovós” (pois as mulheres vivem em média mais tempo que os homens), tornou-se um

fenômeno universal. No mundo, o número absoluto de pessoas de 65 anos ou mais, será multiplicado por quatro de 1955 a 2005 e sua proporção em relação à população total dobrará (5,3% em 1965, 10% em 2005).

Estes dados, que aparecem em “O Correio”, da UNESCO, março de 1999, são completados do seguinte modo:

“Nos países desenvolvidos, onde os idosos representarão um em cada cinco habitantes em 2.025, as políticas tradicionais da Terceira Idade esgotou-se: o direito a antecipar a aposentadoria e os sistemas públicos de financiamento das pensões – duas grandes conquistas sociais – são largamente questionados. O problema é ainda mais grave nos países em desenvolvimento, onde dentro de 25 anos viverão 75% das pessoas idosas. O Estado falha, a solidariedade familiar dilui-se, a ajuda mútua particular mantém-se à margem. Entretanto, não se vislumbra nenhum movimento para desarmar essa bomba demográfica”.

Os cinco países mais envelhecidos do mundo, na atualidade, são Suécia, Noruega, Reino Unido, Bélgica e Dinamarca.

Nos próximos vinte anos a contagem (da população idosa), vai se acelerar. Para a Organização Mundial de Saúde (OMS, 1999), uma criança que nasceu em 1990 vai entrar na terceira idade em 2050, junto com 1.500.000 idosos, ou seja, 14,7% da população global do planeta.

Os países em desenvolvimento terão a mais alta porcentagem do crescimento do número de idosos até 2050.

Até a década de 70, a curva demográfica brasileira conservava uma grande estabilidade quanto à proporção das diferentes faixas etárias na população total. A partir de então, os dados indicam uma queda na taxa de natalidade, o que caracteriza uma “transição demográfica”, uma mudança não-conjuntural, de caráter irreversível. A curva de crescimento demográfico brasileiro tende a se estabilizar no século XXI, com um novo desenho ou uma nova proporção velhos/jovens.

Carvalho (2000), comenta que:

“Por volta do ano 2040, a população brasileira será quase que inteiramente formada por gerações nascidas após o início do processo rápido de declínio da fecundidade, pois delas não farão parte apenas as pessoas com idade superior a 70 anos, cuja proporção na população total é sempre diminuída. Então, provavelmente a fecundação estará em torno de 2,2% e a população tenderá rapidamente a quase uma estabilidade, tal como acontecia antes de 1970, porém com uma distribuição etária relativamente velha e um ritmo de crescimento nulo. Está é uma situação observada na maioria dos países desenvolvidos”.

O mundo, desde há 100 anos, tem vivido uma revolução silenciosa e inusitada: a da longevidade. Nos países industrializados as pessoas ganharam em média 25 anos de vida, dada a redução da mortalidade infantil, ao tratamento das doenças ligadas à velhice, a redução da taxa de natalidade, a evolução do crescimento da indústria química, com a criação de novos medicamentos.

A Revista Correio – Unesco, de março de 1999, sobre a revolução da longevidade, traz que:

“A expectativa de vida aumentou tanto em um século quanto nos 5 mil anos precedentes. Em inúmeros países, o grupo etário de mais de 85 anos é o que aumenta mais rapidamente”.

E continua:

“No século XXI, a elevação será ainda mais espetacular: a prevenção, a eliminação de doenças, bem como o controle do processo de envelhecimento, poderão ampliar nossa expectativa de vida, em nível mundial, de 66 para 110 ou 120 anos”.

A mesma revista indica ainda que cientistas consideram que 120 anos correspondem à “duração natural da vida” do homem, sendo que um grande número de indivíduos já viveu até aí.

Essa perspectiva de uma presença majoritária dos mais velhos na composição demográfica, a tendência à inversão da célebre pirâmide populacional, trará, seguramente, mudanças psicossociais profundas que tornarão o século XXI conhecido como o século da velhice, tal como o século XIX foi o século da criança e o século XX o da adolescência e juventude.

2 A VELHICE: ASPECTOS BIOLÓGICOS – PSICOLÓGICOS (SEXUALIDADE, CORPO E AUTO-IMAGEM NA VELHICE)

Com a chegada da velhice a alteração anatômica é a mais visível e se manifesta, em primeiro lugar, na pele que enruga e resseca, tornando-se quebradiça, pálida, perdendo o frescor e o brilho natural. Os cabelos embranquecem e caem com facilidade e não mais são substituídos, principalmente no homem. Devido ao enfraquecimento postural, o tronco vai inclinando-se, pouco a pouco, para frente e para baixo. As articulações tornam-se endurecidas, e, por conseguinte, se reduz as extensões dos movimentos.

Segundo Filaz (1998), aos 60 anos nota-se uma diminuição da audição e da visão; aos 70 anos há uma diminuição do paladar, do olfato e do tato, em virtude da degeneração das terminações nervosas. O coração do indivíduo da terceira idade é uma bomba que funciona bem sob circunstância ordinária, mas que perdeu muito de sua reserva fisiológica. Os pulmões diminuem de volume e perdem elasticidade; o tipo respiratório é também modificado na terceira idade. O aparelho digestivo não escapa à ação do tempo e, de modo geral, as modificações nele observadas são menos intensas que as presentes em outros sistemas.

De acordo com Cardoso (1992), biologicamente, o idoso é marcado por uma taxa metabólica mais baixa, que torna mais lento o intercâmbio da energia em seu organismo.

Em síntese, a perda das capacidades orgânicas e funcionais, caracteriza-se como a principal fase do envelhecimento biológico, onde a demonstração mais evidente de envelhecimento se faz com a atrofia celular, que se apresenta de forma desigual e desordenada nos seres humanos, ou seja, as alterações fisiológicas num mesmo organismo não se processam ao mesmo tempo e com a mesma intensidade; mais difícil ainda torna-se a possibilidade de se classificar por período ou faixa etária tais alterações fisiológicas.

Segundo o conceito de Rauchaback (1990), no estudo da fisiologia do envelhecimento, se confere que a idade não afeta todos os órgãos e sistemas com a mesma intensidade e ao mesmo tempo.

Para Rauchaback (1990),

“... Como a velocidade do envelhecimento não é a mesma para todos organismos da espécie humana, é possível que indivíduos da mesma idade apresentem situações biologicamente diferenciadas para maiores ou menores capacidades. Com efeito, essa velocidade, que ocorre sobre tudo no interior do organismo, determina formas diferenciadas de declínio para cada órgão”.

Envelhecer é o destino biológico do homem; chegar jovem à velhice depende de muitos fatores.

O funcionamento biológico e mental do ser humano declina em diferentes proporções e varia de pessoa para pessoa. Não obstante à essas variações de declínio, o envelhecimento é irreversível e impõe certas limitações.

A Organização Mundial de Saúde classifica o envelhecimento em quatro estágios:

- Meia idade = de 45 a 59 anos
- Idoso = de 60 a 74 anos

- Ancião = de 75 a 90 anos
- Velhice extrema = de 90 anos em diante

Mas, velhice não apenas significa decadência e estagnação mental. Nem a imaginação, nem a abstração, nem o raciocínio, nem o desejo sofrem com a velhice se há sistema nervoso sadio e equilibrado. A idade não é obstáculo para o fecundo trabalho mental, nem para a produção artística e nem para certas atividades físicas. Por isso, em todos os tempos, a história guarda figuras de anciãos que dirigiam com energia e superioridade os destinos das vidas das nações, de empresas e indústrias, de centros culturais.

Caracterizar a pessoa idosa constitui uma tarefa difícil, uma vez que, qualquer perfil que se queira dar à pessoa humana, torna-se utópico, em face das peculiaridades e individualidades que configuram o homem.

“Assim a conclusão que se tira é que o envelhecimento é um fenômeno individual e não coletivo. Ele se processa de forma diferente, em ritmos diferentes e em diferentes épocas da vida”
(MARQUES FILHO, 1998).

O processo de envelhecimento difere de pessoa para pessoa. Os principais fatores que influenciam o envelhecimento do corpo são o tempo, a hereditariedade e o meio ambiente, sobre os quais se detém muito pouco controle. Existem outros que podem proporcionar qualidade de vida, bem-estar em benefício do processo de envelhecimento, que são o estilo de vida, as atividades físicas, recreativas e intelectuais.

Para compreender este processo de envelhecimento, verifica-se que os sete diferentes sistemas ou aparelhos que compõem o corpo, são afetados.

No Sistema Nervoso o envelhecimento causa: diminuição no número de células do cérebro e dos nervos; diminuição da velocidade da passagem de mensagens pelos nervos; diminuição do fluxo sanguíneo para o sistema nervoso.

Como consequência, há todo um processo de: diminuição na atenção e concentração; uma perda gradual de memória de curto prazo;

difficuldade no controle emocional; movimentos mais lentos; diminuição no equilíbrio e na coordenação.

No Sistema Cardiovascular há: diminuição do número de células do músculo cardíaco; decréscimo do fluxo sanguíneo para o músculo cardíaco e outros órgãos; aumento na resistência do fluxo sanguíneo; surgimento de depósitos de cálcio nos vasos sanguíneos e de depósitos de gorduras nos vasos sanguíneos (colesterol).

Como consequência pode-se perceber: diminuição do número de batimentos cardíacos em repouso; aumento da pressão arterial e dos batimentos cardíacos durante uma atividade física; respiração mais curta; fadiga crônica; decréscimo da função de alguns órgãos; varizes, palidez, perda de equilíbrio; aumento de sensibilidade ao frio.

Na Estrutura Óssea e nas Articulações observa-se: diminuição na quantidade de tecido ósseo e de cálcio; decréscimo na densidade óssea; substituição mais lenta do tecido ósseo; enrijecimento dos ligamentos; desgaste, enfraquecimento e perda de elasticidade da cartilagem;

Como consequência observa-se: maior vulnerabilidade à fratura nos ossos; perda de peso; postura desalenta; diminuição na estabilidade das juntas; deformação do tecido ósseo nas juntas; aumento de dores nas juntas (artrite) e nos ruídos de ruptura ou estalidos; perda de equilíbrio.

No Sistema Muscular verifica-se: diminuição do tamanho e de células musculares; diminuição da velocidade de contrações musculares; aumento no conteúdo de água e gordura do músculo; decréscimo no fluxo sanguíneo para os músculos; menor capacidade dos músculos de receber e recomponem mensagens ao cérebro; menor elasticidade muscular.

Como consequência observa-se: diminuição do tamanho da força da resistência e da flexibilidade muscular; aumento nas câibras e dores dos músculos; perda de equilíbrio; decréscimo no controle e na rapidez dos movimentos; crescente dificuldade de digestão; menor controle do intestino.

No Aparelho Respiratório tem-se: diminuição na elasticidade dos pulmões; diminuição na capacidade de absorver; dificuldade do oxigênio se

livrar do dióxido de carbono; perda de flexibilidade do tórax das costelas (vértebras) e do diafragma; decréscimo da força dos músculos respiratórios; propensão dos pulmões à infecção.

Como consequência observa-se: respiração menos profunda, acelerada, ofegante, mais curta; aumento na fadiga.

No Aparelho Digestivo: aumento na perda dos dentes e de tecido das gengivas; diminuição da quantidade de saliva, de mastigar, na secreção de enzimas e na quantidade de ácido no estômago; ressecamento da boca; redução no sentido do paladar, do olfato e do fluxo sangüíneo para os intestinos; enfraquecimento dos músculos do reto; menor controle dos músculos do aparelho digestivo.

As consequências são: dores de dentes mais freqüentes; dificuldade de mastigação, de engolir com perda de apetite; menor controle da evacuação; sentimento de desconforto durante ou depois das refeições; azia mais freqüente.

No Sistema Tegumentar (Pele) observa-se: adelgaçamento da pele; diminuição da elasticidade e capacidade de substituir as células da pele; redução da quantidade de glândulas sudoríparas; redução do número de células especializadas do fluxo sangüíneo para a pele e na quantidade de pigmentação da pele; ressecamento da pele.

As consequências são: diminuição da capacidade de manutenção da pele, redução do controle da temperatura do corpo; menor resistência à exposição ao sol; número progressivo de manchas marrons; palidez e rugas na pele.

O envelhecimento é um processo natural. Há dezenas de teorias que tentam explicá-lo. Entre elas estaria a baixa produção de hormônios e fatores genéticos. Uma das teses mais aceita, ainda em estudo, é a dos radicais livres. O corpo, em uma certa etapa da vida, perderia a capacidade de eliminar os radicais livres, substâncias produzidas pelo organismo. Em excesso, eles começariam a oxidar – “enferrujar” – as células e a provocar a sua degeneração. O que permanece inexplicado é por que o corpo deixa de

eliminar os radicais livres a partir de um certo período. A determinação genética é uma das possibilidades, afirmam Powers & Bultena (1996).

O quanto se vive pode ser determinado geneticamente, mas como vivemos também é importante. A nutrição insuficiente na infância, principalmente no primeiro ano de vida, e doenças como a poliomielite e a febre reumática, tornam maior a probabilidade de doenças crônicas. O estilo de vida na adolescência e na idade adulta – como fumar, consumir álcool em excesso, a falta de exercícios, a nutrição inadequada e a obesidade – agravam doenças e diminuem a vida.

Durante os últimos anos adultos, o envelhecimento biológico é um processo gradual de debilitação, que não pode ser cessado ou invertido.

Segundo Weinecki (1991):

“Praticamente todos os sistemas do corpo se deterioram tanto na eficiência estrutural quanto funcional. As capacidades funcionais dependem principalmente do sistema circulatório que fornece ao organismo oxigênio, fluídos e nutrição”.

As mutações, de ordem biológica, verificadas no declínio do organismo humano decorrem, fundamentalmente, do processo de senescência, responsáveis por perdas orgânicas e funcionais. Um organismo também pode decair, em sua força e função, por moléstias, por uma utilização inadequada ou por má nutrição. Weinecki (1991), comenta que a decadência física, na velhice, resulta, em boa parte, não pelos anos acumulados de vida de cada indivíduo, e sim, pelas condições inadequadas a que foi submetido o organismo em etapas da própria vida e da espécie.

Entende-se por senescência a etapa posterior ou mais acentuada do envelhecimento, caracterizada por mudanças incapacitantes e comprometedoras, capazes de afetar a estabilidade e da própria vida.

Para Gaiarsa (1983):

“O sexo no idoso está envolto em preconceitos, delírios de grandeza, complexos e frustrações. Se durante a velhice o organismo vai se modificando

como um todo, o mesmo acontece com o aparelho reprodutor. É preciso atentar para as diferenças biológicas existentes entre o homem e a mulher, entender de forma adequada às transformações que se processam, e assim, destruir os tabus ainda existentes”.

Na mulher, as fases da fisiologia sexual são nítidas - Menarca, período Reprodutivo e Climatério, em que se destaca a Menopausa. No homem, a capacidade de reprodução é bem mais duradoura. Ainda se discutem a propriedade dos termos climatério masculino e andropausa para indicar o declínio dessa atividade.

Quando um casal envelhece, vai se ajustando às suas novas condições, inclusive as da área sexual. Se há separação ou um deles falece, a situação do sobrevivente é seriamente agravada e ameaçada pela solidão (sentir-se isolado mesmo não estando sozinho).

“Um dos mitos em nossa sociedade em relação à Terceira Idade é que a capacidade, o interesse e o prazer sexuais se perdem com a idade. O fato é que não somente a capacidade e o interesse sexuais estão presentes, como a atividade sexual entre adultos da terceira idade, deve ser considerada normal e saudável” (GAIARSA, 1983).

Esta situação tende a se modificar à medida que os códigos morais da sociedade vão se alterando.

Gaiarsa (1987), mostra, ainda, que:

“Em relação à sexualidade, a história prévia do indivíduo é fundamental para o que lhe irá acontecer na velhice. A noção popular é que o velho tem muito pouca ou nenhuma atividade sexual, e esse é um dos fantasmas mais sombrios na mente dos velhos – principalmente dos homens. Pode-se aceitar como natural que a sexualidade mude com a idade, como acontece com as demais funções da personalidade: nossas repressões sexuais, muito precoces, predispõem-nos a desistir da sexualidade, mas vale

a pena frisar o quanto é positivo uma atividade erótica na velhice”.

A psicanalista e poeta Carmen Cerqueira Cesar (Estado de São Paulo, setembro, 1998) comenta:

“Velhice não mais é sinônimo de fim de linha e já começa a ser encarada como uma fase em que não se precisa abrir mão dos prazeres da vida, satisfação, amorosa e entusiasmo”.

A sexualidade está presente na Terceira Idade, e não sendo reprimida ou cobrada com ansiedade de performance, pode ser vivida plenamente até o fim da vida. Não começa na puberdade e termina na meia-idade: simplesmente existe sempre. A sensualidade, o erotismo, as chances de prazer continuam existindo, e, com a maturidade, o caminho é propício ao amor e ao sexo.

A questão da sexualidade é complexa e permeia todas as classes da sociedade em geral. Costa (1986), afirma:

“A sexualidade se expressa ou assume contornos, dependendo muito da maneira como homem e mulher vivem na sociedade: o que deve ser ou não ser praticado por um e outro, ou aquilo que se convencionou atribuir como função ao homem e à mulher. Direitos, obrigações, enfim, sempre se caracterizou pela discriminação, preconceito, etc.”.

Existem ainda poucos trabalhos sobre a sexualidade e a velhice no Brasil. Tem-se importado do modelo estrangeiro, nem sempre compatíveis com a nossa cultura.

O papel sexual revela a adaptação do indivíduo, de modo que ele possa aceitar, para si mesmo e demonstrar para os outros, sua adequação, ou não, aos valores sócio-culturais.

A sexualidade se expressa, ou assume contornos, dependendo muito da maneira como homem e mulher vivem na sociedade: o que deve ou não ser praticado por um e outro, ou aquilo que se convencionou atribuir como

função do homem e da mulher. As manifestações da sexualidade mostram a subordinação da mulher no que se refere à iniciativa e liberdade de demonstrar sua necessidade e prazer. Ao contrário, para o homem isso representa a confirmação de sua capacidade ou coragem.

Uma pesquisa do Ministério da Saúde do Brasil (1999), recém publicada, aponta que após os 56 anos apenas 37% das mulheres mantêm atividades sexuais, e os homens, na mesma faixa etária, 93%. Atualmente, devido a recursos que a medicina dispõe, ou seja, com a maior facilidade de lidar com a menopausa (reposição hormonal e cuidados com a saúde e o corpo), este quadro pode se reverter, podendo a sexualidade depois dos 50 anos se tornar melhor.

“Hoje, o prazer sexual não tem mais idade para acabar. É uma tendência em toda sociedade ocidental” (GUIDI, 1984).

A natureza dotou o homem e a mulher de todo um aparato orgânico e físico que torna possível a predisposição, o interesse, e o contato sexual. Aparelho reprodutor, cérebro, células nervosas, glândulas, hormônios, dependem uns dos outros para que o sexo aconteça biologicamente; é semelhante ao que ocorre em grande parte das espécies animais. Porém, o desenvolvimento do homem não ocorre apenas do ponto de vista físico, mas também do emocional e do intelectual, dentro de um complexo de relações.

“Essas relações (familiares, sociais, políticas, econômicas, culturais, etc) se estruturam de acordo com o ambiente no qual a pessoa vive, ou seja, a vida em grupo. O sexo, também é influenciado pelo ambiente, pelas relações sexuais. Embora o organismo capacite o homem para a prática sexual, ele precisa aprender as normas e regras para a expressão de sua sexualidade no grupo em que vive” (PIKUNAS, 1973).

A moderna sociedade ocidental apenas está começando a estudar objetivamente a sexualidade, não obstante ser o impulso sexual uma

parte integrante e básica da natureza humana, que influencia profundamente o caráter e a conduta dos indivíduos. A forma como as pessoas se ajustam, ou não, ao seu instinto sexual, determina muitos dos aspectos de seu caráter, inclusive a confiança com outros seres humanos.

O sexo faz parte da vida, independentemente da idade, e é importante para os seres humanos terem informações sobre seu corpo e sobre as mudanças que ocorrerão nele durante o processo de envelhecimento.

O sexo e a sexualidade são experiências prazerosas, gratificantes e reconfortantes que realçam os anos vividos. Também são de enorme complexidade psicológica, com influências físicas e emocionais. As perdas quantitativas da vida sexual são inevitáveis; contudo, pode-se ganhar em qualidade, através das experiências de vida. O envelhecimento não dessexualiza o indivíduo, a sociedade sim.

Para Confort (1977):

“O impulso e as capacidades sexuais permanecem inalterados durante toda a existência do ser humano. Mesmo no caso em que o relacionamento carnal é prejudicado por más condições físicas, ainda permanecem outros impulsos, como o desejo de contato, a sensualidade e a necessidade de reconhecimento das virtudes tanto varonis como feminis”.

É muito provável que as maiores barreiras à intimidade sexual, durante a velhice, se encontrem na mente. As atitudes da sociedade afetam os homens e as mulheres de forma um tanto diferente, por razões biológicas e psicossociais.

O temor do ridículo e da reprovação é capaz de saturar de conflito sexual. O indivíduo idoso quer o respeito da sociedade, bem como o respeito de sua própria consciência.

O sexo não dá apenas um prazer físico, mas motiva o indivíduo a ter satisfação pessoal e emocional e, conseqüentemente, um interesse maior pela vida, pois o ato sexual é complexo, abrangendo o corpo, a mente e as emoções.

A nossa sexualidade é parte da nossa identidade básica, expressa-se em nosso estilo de vida, em nossos papéis masculinos e femininos, nos modos de expressão, no nosso afeto e, também, no nosso comportamento erótico.

A sexualidade, em diferentes fases da vida, é o resultado da interação dos componentes culturais e psicológicos. Papéis sexuais e comportamentos sexuais têm uma relação direta com aquela esporádica cultura dentro do qual o indivíduo se desenvolve. Depende de muitos fatores como religião, status, facilidades de parceiros, interesses, prevenções..... Em nossa cultura, os usos, costumes e padrões de interação sexual se modificaram diversas vezes no decorrer dos séculos.

A sexualidade na terceira idade não é melhor ou pior do que a dos jovens, apenas diferente, devido às experiências acumuladas no decorrer da vida. O desconhecimento dos benefícios dessas experiências faz com que os indivíduos persistam em manter uma expectativa semelhante à da juventude, incompatível com as mudanças fisiológicas que ocorrem com o envelhecimento.

Conforme Butler & Lewis (1976),

“... a aceitação de que há uma vida sexual ativa aos anos finais da vida é muito recente. Durante muito tempo admitiu-se que, com o decorrer dos anos, a vida sexual era praticamente impossível, talvez imoral é inquestionavelmente absurda. A verdade é bem outra, também os que passaram da casa dos 60 anos tem a capacidade e o direito de desfrutarem de uma vida sexual satisfatória”.

Barreto (1992), comenta:

“O escritor, com seus romances, contos e crônicas, coloca-nos em contato com a experiência do outro (exterioridade ou interioridade do outro). Já o poeta nos remete à nossa própria interioridade através da poesia, e aqui especialmente sobre a velhice. É com a velhice-dentro-de-nós. E mais: com a velhice

enquanto realidade humana, sem idade, velhice com desmoronamento, vida conjugada com a morte, desde sempre”.

Para não ser velho, cumpre morrer cedo. Só assim.

Viver é um estado de equilíbrio que sempre é afetado por uma nova situação, o que faz ocorrer um desequilíbrio ao qual deve-se responder, a fim de que não passe de transitório a permanente. A situação de equilíbrio é busca constante no processo de vida e, por vezes, pouco perceptível.

Velhice é tempo vivo, concreto e esse tempo pede para ser adiado: não havendo alegria alguma para aceitá-lo, acompanhá-lo. É a angústia que espreita a velhice.

Em uma pesquisa realizada por Fraiman (1994), com um grupo de pessoas de várias idades, questionando-se o que seria o “fim da vida”, obteve respostas diferentes. Relata que:

“A fala dos mais jovens foi mais poética e filosófica ao dizerem que fim de vida é um cumprimento de uma missão, é uma passagem para outra vida, etc.; enquanto os mais velhos foram realistas ao dizerem que fim de vida é quando você olha para dentro de você e vê que ficou estagnado no tempo, é não ter motivação alguma, é o fim de tudo ou negar o seu devido valor e importância”.

Segundo Paiva (1992), é no período da meia-idade que os idosos vivenciam as primeiras perdas afetivas significativas, como a morte dos pais idosos, a morte ou separação do companheiro e ainda a saída dos filhos de casa. O idoso freqüentemente demora a assimilar sua mudança de status, a qual envolve quase sempre uma troca de posição: de independente para dependente. A pessoa que concebeu e criou os filhos, torna-se, a partir de agora, cada vez mais dependente deles.

Ao cessar sua atividade trabalhista, muitas vezes reduz o contato com as pessoas, com o ambiente e se angustia por compreender que seu tempo de vida é cada dia mais restrito. Reduzindo sua auto-estima,

freqüentemente manifesta um estado depressivo, vivido associadamente a uma sensação de mal-estar e desconforto contínuo.

A proximidade da morte provoca reações que vão do temor ao desejo; temor da morte social, perda do objeto de amor; morte sexual; desejo de ser notado, de continuar ativo na sociedade. Muitos idosos manifestam o desejo de morrer antes do cônjuge, o que expressa um temor à solidão maior que da morte. Em razão disso, começam a encontrar dificuldades em adaptar-se a esses anos, gerando sofrimento, vazio e solidão.

O sentimento de solidão ocorre quando se procura companhia e não se acha, quando as pessoas necessitam serem ouvidas, quando a dor, a saudade, a mágoa, tornam-se muito pesadas, por falta de um ombro amigo (RAUCHABACK, 1990).

Segundo Salgado (1973), na velhice o equilíbrio psicológico se torna mais difícil, pois a longa história da vida acentua as diferenças individuais, quer pela aquisição de um sistema de reivindicações e desejos pessoais, quer pela fixação de estratégias de comportamento. A formação de uma barreira de isolamento social favorece o pessimismo face à existência, passividade e, queixas somáticas, o que têm sido erroneamente considerados como parte do processo normal de envelhecimento.

As perdas mais significativas que ocorrem na terceira idade referem-se a problemas de auto-imagem e auto-estima, identificadas principalmente pela destruição da imagem pessoal, por não se sentir mais uma pessoa útil, acarretando, assim, angústia, agressividade e, conseqüentemente, um estado de depressão. Podem, ainda, com mais severidade, serem desencadeados problemas psiquiátricos.

Atualmente, as diferenças neurológicas constituem a causa particular mais importante da capacidade crônica na senectude e um terço ou mais dos pacientes que se encontram nas enfermarias para velhos ou incapacitados, sofrem de doenças psiquiátricas. Ao se referir a transtornos mentais na idade senil, deve-se fazer a distinção entre os fenômenos “normais” e “patológicos”, pois há uma modalidade geral de envelhecimento biológico que

refletirá no aspecto psicológico como decréscimo natural nas funções psíquicas do velho, sem que isso constitua uma patologia.

Sabe-se, até então, que não há um bom prognóstico para as doenças psíquicas da terceira idade; mas ao mesmo tempo, sabemos que as atividades de lazer, embora não impeçam o processo de envelhecimento, diminuem a velocidade da perda fisiológica, aumentando os índices de performance dos idosos e melhorando a sua qualidade de vida.

“Percebe-se que o ser humano, quando estimulado, quando lhe é dado afeto e atenção e quando têm objetivos a serem alcançados, acaba tornando-se mais saudável e com uma maior expectativa de vida. Esta afirmação nos faz questionar até que ponto existe uma linha divisória entre aspectos psicológicos e biológicos, pois o indivíduo deve ser analisado e respeitado em seu todo” (TREMÉA; VIEIRA; TASCA, 1998).

Fontanella (1995), comenta sobre o corpo e a auto-imagem na velhice:

“A educação e a cultura nos dividem desde nosso nascimento. Somos educados na duplicidade da realidade – eu e o mundo; na duplicidade da convivência – eu e os outros; na duplicidade da pessoa – eu e o meu corpo”.

Para compreendermos melhor essa afirmação e as contradições da nossa sociedade de classes, é preciso refletir sobre a questão do sentimento ou visão do corpo, que é o próprio homem, e não com uma visão cartesiana entre corpo e mente. Esse homem traz em seu corpo as marcas das relações sociais que estabelece.

No momento o mundo inteiro clama por mudanças, e para superarmos esta visão de corpo, como objeto de consumo, precisamos desmistificar certos “modelos” de corpos propostos por uma ideologia dominante que nos impõe como ideal um corpo

descontextualizado que não reflete a nossa realidade social (FRAIMAN, 1995).

O ser humano, independente da faixa etária, é um corpo que tem músculos, ossos, articulações, sangue, mas que, ao mesmo tempo, sente, pensa, age, chora, produz, se apaixona, se relaciona e necessita conviver com outras pessoas.

“O corpo é o veículo do ser no mundo, e ter um corpo é para uma pessoa viva juntar-se a um meio definido, confundir-se com alguns projetos e engajar-se continuamente neles” (MERLEAU PONTY, 1971).

O corpo é aspecto fundamental para o sujeito viver. O corpo é o pivô do mundo ou, ainda, tem-se consciência do mundo devido ao próprio corpo e ao próprio movimento. Merleau Ponty não limita o corpo ao aspecto biológico. Mais do que isto, é o meio de expressão do ser no mundo. Portanto, os aspectos psicológicos, físicos, sociais e biológicos interagem mutuamente no corpo do sujeito (GONÇALVES, 1996).

Embora estas reflexões já estejam presentes no âmbito da ciência, a visão do “corpo perfeito” permanece evidenciada nos diversos setores da sociedade e, na maioria das vezes, ao “corpo idoso” resta o anonimato. Além disso, a maioria das produções científicas sobre o idoso entendem-no como símbolo de “perdas e privações”, aquele que, ao longo do tempo, vê atenuadas suas capacidades, habilidades, percepções (FRAIMAN, 1995).

É bem verdade que a limitação de movimentos, a falta de atividade física entre idosos se deve à vida sedentária, à inatividade prolongada, aos hábitos impostos pela sociedade e cultura. Tudo isso contribui para a velhice e feiúra. O ideal estético é dirigido sobre um corpo jovem e belo; o velho é feio.

Diante das modificações de seu próprio corpo, a pessoa terá de se “assumir velha”. Algumas tentarão adiar esse momento, outras irão exagerar as consequências da velhice. As duas atitudes, opostas, incidirão sobre as

atitudes diante da doença e da saúde, com conseqüências práticas quanto aos cuidados com o corpo; de uma maneira ou de outra, quase todos mostram espanto diante do corpo envelhecido, que agora lhes é estranho.

É evidente que não existe um corpo fora do contexto social que o produz e o modela. As representações do corpo envelhecido são profundamente influenciadas pela divisão de classes (BARRETO, 1992).

O “Correio” da Unesco, maio de 1999, traz depoimentos de pessoas que expressam como o envelhecimento afeta a auto-imagem.

“O envelhecimento é o acontecimento mais inesperado da vida de um homem” (Leon Trotsky, 1879-1940, Rússia).

“A meu ver, ser velho é sempre ter 15 anos mais do que eu” (Bernard Baruch, 1879-1965, EUA).

“Eles não esperavam nada. Estavam tranqüilamente sentados no jardim, em cadeiras de palha impregnadas de umidade...”

“... Olhavam o mar, as nuvens, as colinas, os curtumes fechados, abandonados há anos, meio arruinados como templos antigos...”

“... Então a sirene de um navio soou ao longe. Os três velhos olharam-se e balançaram a cabeça, pois sabiam que não era para eles que aquela sirene soava. Eles já haviam partido...” (Yannis Ritsos, 1909, Grécia).

“Não é por se estar com um pé no túmulo que se deve deixar pisarem em si e no outro” (Francois Murice, 1885-1970, França).

“O pior da velhice é que se permanece jovem” (Jean Cocteau, 1889-1963, França).

“Quando detenho meu olhar nos profundezas de meu claro espelho, ah! É um velho desconhecido que parece fitar-me!” (Kakinomoto No Hitomaro, 681-729, Japão).

“Até que ponto a bondade e o humor bastam para suportar o horror da velhice? O jardim lá fora e as folhas no quarto são belos, mas a primavera é, como dizemos em Viena, uma ‘farsa’. Finalmente, aprendi o que é sentir frio” (Sigmund Freud, 1856-1939, Áustria).

Ao ter prolongado a sua vida, a sua presença no planeta, terá o idoso a possibilidade de manter a auto-imagem, (imagem de si como um todo,

imagem do próprio corpo), o auto-conceito (a maneira de ser ver), a auto-estima (respeitar-se como ser humano que tem valor, que é importante), positivos numa sociedade que valoriza a juventude? Será possível envelhecer e manter qualidade de vida?

3 A VELHICE: ASPECTOS SOCIOLÓGICOS – O QUE É SER VELHO NA SOCIEDADE E CULTURA ATUAIS?

A velhice é tanto uma construção histórica, diz o Correio-Unesco (1999), cultural, quanto um fato natural, obedecendo a uma infinidade de variáveis pessoais. Certamente ela se constrói sobre uma realidade que compreende elementos de ordem biológica, demográfica, econômica e política. Mas se constrói, também, na representação mais ou menos positiva, inscrita no imaginário pessoal e, também, que cada sociedade elabora em função de seus valores e do modelo de homem ideal por ela fixado.

“Certas culturas conferem imagem positiva à velhice fazendo do crescimento do ser humano um processo permanente, no qual a pessoa que envelhecer acumula qualidade e experiência. Nas sociedades rurais a diferenciação opera-se segundo o critério de idade que instaura uma superioridade dos idosos sobre os mais jovens, Nessas sociedades os velhos não são numerosos e cumprem considerável papel. Com eles, o saber é o apanágio dos mais antigos. Não se trata de um saber técnico, rapidamente assimilável por todos, mas de um saber místico que nenhum jovem conseguiria depressa alcançar. Possuir o sentido do mito, do relato do sagrado, das origens, equivale a conhecer o sentido profundo das coisas e a lei do país constitui o princípio que rege e regula a ordem social” (MELLO, 1994).

A auto-estima e o autoconceito nestas sociedades não são abaladas com as mudanças físicas e fisiológicas da velhice. O envelhecimento

torna-se, assim, um processo de aquisição e a representação do velho surge altamente positiva.

Em compensação, as sociedades ocidentais vêem a vida humana em períodos sucessivos que, depois do crescimento, da maturidade, do apogeu, vem o declínio, a queda antes do fim irremediável e irreversível.

Nessas sociedades a velhice não é nem desejável, nem invejável. É preciso tentar retardar a queda, a fim de chegar a essa vida cada vez mais longe ou a um estado de imutável juventude. Ninguém tem mais o direito de desperdiçar seu "capital-juventude".

Os aposentados aceitam cada vez menos a exclusão, quase o "apartheid", que lhes é prematuramente imposto, quando eles deixam o mundo do trabalho. Ávidos de reconhecimento, de prazer e de realização pessoal, os idosos multiplicam as iniciativas que manifestam sua abertura para o mundo, sua curiosidade, sua autonomia, procurando manter seu respeito e amor próprio.

O envelhecimento, como se tem tentado mostrar, pode ser analisado de diversos ângulos. A abordagem sociológica encaminha para reflexões sobre o impacto que as mudanças bruscas e contínuas do mundo atual (científico-tecnológicas, sócio-econômicas, político-culturais), provocam na concepção do envelhecer, no papel social do idoso nesse contexto e na concepção de apoio que a velhice vem a exigir da sociedade civil e do Estado.

Entende-se a velhice como uma totalidade que abrange o biológico, o psicológico e o sócio-cultural. O envelhecimento humano sempre ocorre em uma determinada sociedade, em uma determinada cultura e em um determinado tempo histórico. A variedade de condições existenciais dos velhos varia conforme os valores que regem as sociedades.

Beauvoir (1970), afirma que:

“Como todas as situações humanas, a velhice tem uma dimensão existencial, modifica a relação do indivíduo com o tempo e, portanto, sua relação com o mundo e com a própria história. Por outro lado, o homem não vive em estado natural. Na sua velhice,

como em qualquer idade, seu estatuto é imposto pela sociedade à qual pertence”.

“A sociedade destina ao velho seu lugar e papel, levando em conta sua idiossincrasia individual, sua importância, sua experiência. Reciprocamente, o indivíduo é condicionado pela atitude prática e ideológica da sociedade em relação a ele. Não basta, portanto, descrever, de maneira analítica, os diversos aspectos da velhice. Cada um desses aspectos vai reagir sobre todos os outros. É nesse movimento indefinido, dessa circularidade que é preciso apreender a velhice”.

Em nenhum momento da história humana, em todas as áreas de atividades passou-se por período de tão profunda e galopante transformação como a que se vive hoje. Vive-se, na atualidade, um tempo de transformação, simultâneo com muita coisa que está além ou aquém dele, mas que descompassado em relação a tudo o que nele habita.

Todos os países do mundo são afetados pelas mudanças, os desenvolvidos, os não desenvolvidos e os chamados emergentes. Mais do que na área rural, as áreas urbanas foram altamente modificadas.

“Falando sobre a ciência hoje, diz o cientista social Boaventura Souza Santos, se se procurar analisar a situação presente das ciências em seu conjunto, a imagem que fica é a de que os progressos científicos dos últimos 30 anos são tão rápidos, contínuos e dramáticos a ponto de se ter certeza de que o período que vai do século XVI, em que a ciência moderna nasceu, até o século XIX, não é mais que uma pré-história longínqua. Por outro lado, verifica-se, igualmente, que os cientistas que estabeleceram e mapearam o campo teórico no qual na atualidade se movimenta, viveram entre o século XVIII e os primeiros 20 anos do século XX. Assim, é possível dizer que em termos científicos vive-se ainda no século XIX e que o século XX ainda não começou, nem talvez comece ante de terminar” (GUARDINI, 1990).

Por outro lado, uma reflexão aprofundada sobre os limites do rigor científico, combinado com os perigos cada vez mais verossímeis da catástrofe ecológica ou da guerra nuclear, faz temer que o século XXI termine logo.

Assim, vive-se um período em que o conhecimento científico é excessivamente valorizado em detrimento dos outros (senso comum, religioso, filosófico). O conhecimento científico é buscado em todas as áreas com avidez; o conhecimento é tido como poder (quem o tem, tem o poder), e todo conhecimento é autoconhecimento, é pessoal.

A globalização vivida hoje não constitui apenas um processo da área econômica, mas envolve a sociedade e a cultura como um todo.

Para Freire (1989), também,

“O processo de globalização econômica não é um fenômeno novo e igualmente não é algo negativo em si mesmo. A positividade ou a negatividade dos processos de globalização e de universalização é definida, inequivocamente, pelas relações sociais. Romper as barreiras das cavernas, dos guetos e da província tem sido uma busca constante na construção histórica do ser humano. O ser humano, sendo um ser relacional, aberto, histórico, criador de cultura, muda a si mesmo à medida de sua participação no mundo”.

A globalização é bem mais do que a simples idéia de um mundo sem fronteiras; é o fruto da própria essência humana na busca de integração.

Deps (1993), ao se posicionar sobre o bem estar na velhice, refere-se a vários aspectos que trazem satisfação pessoal nesta fase, mas destaca a importância de um significado para a existência.

Esse mesmo autor ressalta que, nas atividades grupais, o idoso pode encontrar não só satisfação pessoal, com também suporte social, que se constitui na presença do outro e/ou dos recursos materiais fornecidos por parentes e amigos para lidar com um evento de vida estressante.

Em tempo algum se questionou de maneira tão radical o estatuto da existência humana, fato que condiciona uma pergunta grave: em que esfera habitamos? No tempo, no espaço, no mundo, no planeta, ou nas nuvens?

Olhando para as tendências e para o que está ocorrendo ao redor, não fica muito difícil perceber para onde se está caminhando. A velocidade das mudanças será cada vez maior. Todos fazem parte da tão falada aldeia global; porém, dependem cada vez mais de si mesmos, cientes de que a alta tecnologia estará sempre presente de maneira maciça. O mundo encontrar-se-á apoiado, intensamente, no tripé globalização – informatização – individualização.

Transita-se, igualmente, para uma sociedade de informação e esta será a nova fonte de poder. No entanto, todo ser humano busca, cada vez mais, respeito à sua própria individualidade.

Como, então, juntar globalização e individualidade? Novamente através da integração. O crescimento brutal da informática e das telecomunicações tem sido fundamental para o processo de integração da pluralidade humana. Em condições de modernidade, uma quantidade cada vez maior de pessoas vive em circunstâncias nas quais instituições desencaixadas, ligando práticas locais à relações sociais globalizadas organizam os aspectos principais da vida cotidiana (IKELS, 1992).

Vive-se em uma sociedade que, além das mudanças econômicas, é, também, fruto do impacto que os dispositivos de comunicações exercem sobre o homem, alterando, sobremodo, sua forma de estar no mundo.

De acordo com Justo (1998),

“A crescente tendência da sociedade globalizada exige do sujeito uma maior movimentação psicológica no sentido da reorientação das identificações, dos vínculos afetivos, condutas, esquemas cognitivos e das relações interpessoais”.

3.1 Aposentadoria: velhice inútil?

As conseqüências da perda de um papel funcional são extremamente variáveis, porém, parece que a perda do trabalho é

significativamente mais danosa para o ser humano. Por mais desgastante e pouco criativo que seja o trabalho, quando ausente sempre propõe ao indivíduo uma nova situação de vida. O trabalho confere um sentimento de valor, prestígio, poder, ou favorece uma identidade social que oferece ao homem o equilíbrio. Com isso, se explica a alta incidência de moléstias que cedo atingem aos aposentados, bem como casos comuns de patologias psicossomáticas que acabam degenerando alguma parte do organismo, não sendo, infelizmente, raras as mortes num curto tempo, após a parada profissional.

Com referência à aposentadoria, já se ouviu dizer de modo pejorativo: aposentado é o “após ... sentado” (aquele ser parado, estático e inútil).

“O aposentado é aquela pessoa que depois de determinado tempo de serviço, adquire o direito a uma remuneração mensal, sem a contrapartida do trabalho e desejavelmente tal importância deve satisfazer às múltiplas necessidades de quem a recebe” (MOTTA, 1992).

E a autora completa dizendo que a aposentadoria é direito adquirido, porém, não se pode dizer que é freqüentemente respeitado. Ela é percebida por todas as pessoas, principalmente por aqueles que dela fazem jus, como retorno ou ingresso na situação de improdutividade e dependência. Alguns anseiam pela aposentadoria como liberação de uma situação vivida como indesejável ou pouco compensatória, ou, ainda, como oportunidade de experiências incompatíveis com as exigências do trabalho. Seria ela, etapa mais gratificante e mais compensadora, porque vivida com maiores possibilidades de escolha pessoais, renovação e sentimentos de liberdade. Muitos ainda vêem a aposentaria como “nova carreira”; mas como para esses o novo período de existência representa total ruptura com a situação anterior que é forçosamente sentida como perdas, comparando o ingresso no mercado de trabalho pelos jovens e o ingresso na aposentadoria pelos idosos, a autora mostra que para os jovens o trabalho vem como um passo à frente, os aposentados como caminhando em direção oposta, como declínio; o jovem

sente-se ajudado pelos que o cercam; os aposentados se sentem, por vezes, pressionados, pelos que os rodeiam, a abandonar uma situação na qual prefeririam permanecer por mais algum tempo; o trabalho promete segurança e a aposentadoria pode ameaçar com incerteza; o trabalho pode ser idealizado como o primeiro passo para subir na vida e a aposentadoria pode ser temida como o primeiro degrau de descida.

Diferenças também podem ser percebidas entre os grupos de jovens e aposentados (principalmente, recém-aposentados), quanto à perspectiva de vida, também conforme Motta (1992), no mesmo documento.

Os dois grupos têm perspectivas de vida e a diferença parece residir no fato de que o grupo jovem acalenta maior esperança que o de aposentados. No começo de carreira o jovem tem esperança de prosperidade, sonha progredir no emprego, merecer promoções ou encontrar colocação melhor, perceber salário bem alto, fazer bons negócios, tornar-se financeiramente independente. O aposentado sabe, porque todos sabem, que o provento de sua aposentadoria será inferior aos salários vigentes e inferior ao que recebia quando em atividade; sabe que reajustes, se houverem, serão insuficientes para compensar as desvalorizações do dinheiro; sabe que não terá promoções e, sobretudo, sabe que não mais lhe resta tempo para fazer pecúlio, não ignora que as despesas com a própria saúde tenderão a crescer, embora a receita tenda a diminuir.

Os jovens, no que respeito ao *status* funcional, o jovem têm perspectivas de ascensão e os aposentados têm a certeza de perda objetiva desse *status*, conquistado qualquer que tenha sido ele. Muitos podem contar com o fato de serem reconhecidos pelo que foram, mas, têm certeza de que não mais desfrutarão das vantagens que lhes advinham das posições antes ocupadas, a menos que reingressassem no mercado de trabalho.

Os que iniciam no trabalho ingressam em mais um grupo social, diferente daqueles aos quais pertenciam anteriormente. Isto representa novas relações, novos amigos, novas oportunidades de convivência social. Os aposentados, ao contrário, afastam-se dos colegas de trabalho, quase sempre perdem os amigos existentes e a oportunidade de ingressar em outros grupos

iguais irá se tornar progressivamente mais escassa e difícil. Para o jovem a perspectiva é de ampliação do universo social e para o idoso é a de redução deste universo, o princípio do isolamento.

Sob o aspecto casamento, os jovens sonham, idealizam com a família que irão constituir. Para os aposentados, a família já foi constituída há muito tempo ou não mais será.

Cortella (1998), ajuda a entender a cultura e a sociedade nas quais se vive hoje e, principalmente, ajuda a entender a posição difícil do velho nesse mundo.

Em seu artigo, Cortella (1998), comenta que:

“... envelhecer neste final de século XX e início de século XXI é mais difícil. No século XIX, pela referência de autores, era um pouco mais tranqüilo ou um pouco menos intranqüilo e um século anterior também. Envelhecer, tornar-se idoso, neste final de século, é extremamente complexo e mais difícil”.

Explica o autor que há mais ou menos 30 ou 40 anos, quando se falava em gerações, referia-se inclusive à uma dimensão técnica que era a geração ser considerada como um período de 25 anos. Este era o tempo estimado para que alguém, ao completar essa idade, já estivesse pronto para reproduzir outros seres humanos. Ter-se-ia, assim, gerações sucessivas.

Isso mudou fundamentalmente nos últimos 30 anos; hoje quase não se tem mais essa idéia de geração, ela ficou quase anual.

Essa mudança consiste e reflete mudanças de valores. As mudanças foram tão rápidas e profundas que o tempo a que ocorreram parece mais remoto do que é na realidade.

Quanto aos valores, o que mais mudou foi a forma de compreendermos a organização das pessoas.

Existe hoje uma velocidade que é diferente e que marca imensamente o modo das relações. Velocidade das relações acompanhadas de nova tecnologia que acelera tudo ainda mais. A existência humana povoada de aparelhos sofreu uma grande transformação que diz respeito ao mundo das

relações, um novo mundo de fato, não uma coisa hipotética. Basta olhar e verificar: micro-ondas, vídeo-cassete, computador, telefone celular, fax, televisor colorido e TV a cabo, compact disk, freezer, secretária eletrônica, carro com inovações constantes, dentre outras.

Este mundo mudou muito, e numa velocidade surpreendente. Muitos, principalmente os mais velhos, não afeitos a tantas inovações, têm dificuldades em acompanhá-lo; e este mundo é de todos.

Nessa sociedade e nessa cultura, idoso não é apenas aquele que tem mais idade, mas aquele que não consegue mais se situar dentro dessa relação criada pela globalização, informatização, industrialização, capitalismo.

Este mesmo autor continua dizendo que esta concepção do idoso precisa ser repensada.

“As relações mudaram e isso acarreta uma dupla situação: de um lado, certa exaltação ego-narcisista, isto é, a pessoa se fecha no próprio mundo e nas próprias coisas. A segunda situação é a de precariedade dessas relações” (CORTELLA, 1998).

Ainda o autor, comentando essa nova concepção de idoso, define que em décadas atrás o idoso foi fundamental à sociedade, principalmente por ser depositário de toda uma experiência e de conhecimentos acumulados. Hoje, a experiência em relação ao que passou não tem tanto valor e, sim, o conhecimento da novidade, daquilo que está vindo.

Segundo Mello (1994),

“Decorreram daí grandes mudanças no mundo do trabalho, no dos relacionamentos e no da família. Estar atualizado consiste em ser atual imediatamente vê-se que o valor do idoso decresceu pelo fato de ser o depositário de conhecimentos acumulados, acontecimentos que perderam, hoje, a importância. Outros meios tecnológicos de acumular conhecimento são utilizados e não só com pessoas, pois cada vez mais a “competência vinha passando das pessoas para o processo de produção e para a tecnologia”. É a inteligência artificial que ganha o conhecimento”.

O idoso, que por muito tempo foi o depositário de conhecimento, da identidade do grupo ou até de experiência acumulada de saber, cada vez mais vai sendo colocado como ser não necessário.

Frente à essa situação, tem-se que o idoso, em nosso país, precisa ser reconsiderado, tem que voltar a ser considerado importante porque de fato perdeu essa importância. Ele o é enquanto dignidade, mas perdeu muito do seu valor social.

Convém lembrar Millôr Fernandes, que possui 70 anos e diz, de modo jocoso, mas evidenciando o estado de desvalorização do idoso: *“Atenção moçada, quando eu disser ‘no meu tempo’ quero dizer ‘daqui a dez anos’*”.

É preciso lembrar e levar os velhos a acreditarem que o mundo não está perdido para os velhos, como muitos se deixam levar. O meu tempo é agora, é enquanto estou vivo.

A mesma coisa, dita de outro modo, encontra-se no Correio-Unesco (1998). Vê-se que a realidade econômica e social necessariamente terá impactos negativos sobre a situação dos idosos. A urbanização e industrialização, processos que acontecem de modo até galopante nos países em desenvolvimento, solapam as estruturas familiares tradicionais que reservavam certas funções aos idosos e reservava-lhes um papel central na sociedade, mesmo quando eles eram bastante velhos. As famílias extensas garantiam a subsistência dos anciãos.

Aqueles processos transformando valores vigentes debilitam a coesão das famílias por várias gerações, em cujo interior acomodam os idosos. Família, hoje, é algo restrito: pai, mãe e filhos sempre pouco numerosos.

Assim, cada vez mais pessoas idosas irão depender, essencialmente, para sobreviver, de serviços informais prestados por parentes que já começam, em muitos países (na África, por exemplo), a negligenciá-los e abandoná-los. Nesses países apenas um restritíssimo número de trabalhadores (empregados na economia oficial) tem direito à segurança social.

Os laços afetivos no seio da nova família urbanizada não são os mesmos da família tradicional extensa. Não é, porém, apenas consequência da

mudança de valores e comportamentos modernos. Há, também, questões de infra-estrutura (questões, portanto, econômicas). As condições de alojamento nas cidades, por exemplo, têm a ver com este fato. É preciso, na cidade, pagar aluguel; o proprietário do imóvel limita o número de habitantes do imóvel alugado.

As perdas de papéis profissionais, familiares e sociais, conduzem a um natural isolamento do idoso, que é a forma encontrada para não se ferir no ambiente que considera hostil. O isolamento não significa um processo negativo, mas o idoso pode obter uma renovação interior ou diminuindo os seus contatos com o mundo, com as pessoas, pode deixar se afetar com maior facilidade, emocionalmente. Surgem-lhe profundos sentimentos de inutilidade e solidão e a consciência negativa da velhice se estabelece.

A cultura social do ocidente é penosa com o idoso.

4 TERCEIRA IDADE: O QUE FAZER?

Neste quadro biológico, psicológico, econômico, social e político, o destino dos idosos é fatalmente a improdutividade, a dependência, o isolamento.

Que outras oportunidades de vida poderão ser-lhes oferecidas?

Cortella (1998), faz proposta dirigida inicialmente aos próprios velhos: mudar a imagem que têm de si mesmos, sentirem-se plenos de vida e de energia, não querendo que sua vida se esvazie no momento da aposentadoria. Dirige-se, igualmente, à família, à sociedade como um todo e ao Estado. Remontando-se a Paulo Freire, o autor fala de esperança, que é do verbo esperar e não do verbo esperar.

“Tem gente que tem esperança do velho esperar que é assim: espero que as coisas mudem, espero que isso acabe, que aquilo aconteça. A esperança que a gente tem que ter é a esperança do verbo

esperançar. Esperançar é ir atrás, é escavar, é procurar. Tem gente que perde essa esperança”.

E o autor reforça esta citação com a de Albert Schweitzer: “A tragédia é o que morre, dentro de um homem enquanto ele ainda está vivo”, enfatizando que “vale a pena viver se a gente construir um sentido para a vida. Esse sentido tem de ser construído pelo idoso, para ele e por todos”. E, continua Cortella (1998):

“O humano não nasce pronto; o humano nasce se fazendo. Eu sou o mais novo de mim. Há coisas que eu deixei e coisas que eu carrego. Eu não posso dizer: ‘no meu tempo’, porque o meu tempo é hoje”.

Esse autor cria até um neologismo “mandelar”, uma referência à Mandela que ensinou ao mundo não desistir. Não tinha a esperança de esperar, mas a de ir atrás, de fazer, de dizer não.

Há, diz o autor, um absurdo que é o idoso encostado, o da criança encostada, o do pobre relegado às piores estruturas de qualidade de vida. Tem-se que dizer não a isto tudo.

Esses problemas precisam ser falados para serem refletidos e, assim, as pessoas se convencerem de que necessitam ser solucionados, que a solução precisa ser buscada.

“Temos que falar em relação à busca da dignidade. E isso é o que fez Mandela. Qual é a nossa tarefa na vida? É mandelar, sair mandelando, Mandela aqui, Mandela ali, Mandela lá, ir mandelando pela vida” (CORTELLA, 1998).

É preciso falar desses problemas até convencer os próprios idosos, as famílias, a sociedade em geral e o Estado de que há solução para eles se com isso houver empenho. A exclusão é desumana.

Já Motta (1992), afirma que:

“Não tenham dúvida, o mundo é dirigido por idosos. Os fatos aí estão: presidentes com o Jânio Quadros, no Brasil, John Kennedy, nos Estados Unidos, dentre outros, eleitos com pouco mais de 40 anos, se constituem exceção. Há um outro lado da moeda”.

No mundo da política, dos negócios, das artes, da literatura, das ciências, da religião, a importância e a contribuição dos mais vividos não pode ser desconhecida ou desprezada.

Esta certeza eles próprios não podem perder e:

“A sociedade deve garantir ao idoso o espaço social que lhe é devido, de modo que a aposentadoria não seja percebida como fim de uma etapa de produtividade e independência, mas, realmente, vivenciada como um período gratificante de vida, durante o qual os que nela se encontram possam: desfrutar de um direito adquirido com o esforço pessoal; sentir-se como membros participantes e produtivos da sociedade que os viu nascer e que ajudaram a prosperar” (MOTTA, 1992).

Só assim se pode falar em forte auto-estima, elevado autoconceito, identidade e cidadania e qualidade de vida do idoso.

CAPÍTULO II

BASES CONCEITUAIS DA PESQUISA – QUALIDADE DE VIDA NA TERCEIRA IDADE

“Envelhecer tem aspectos positivos como a sabedoria acumulada e a liberação dos papéis familiares e profissionais”, observa a pesquisadora Anita Liberalesso Néri, da Universidade Estadual de Campinas. O envelhecimento permite investimentos em auto-realização e atividades para as quais muitas vezes não se tem tempo ao longo da vida, como esportes, cursos e viagens.

O desejo de permanecer eternamente jovem foi sempre inerente ao ser humano em todas as épocas e culturas. O medo de envelhecer é universal, está presente na maioria das pessoas e decorre principalmente da associação que se faz entre velhice e morte.

Erikson (1963), considera que:

“... o conflito psicossocial básico da velhice é: integridade do ego versus desespero. Aqueles mais afortunados, que sempre tiveram um saldo positivo em cada fase do desenvolvimento da personalidade, conseguem na idade avançada a integridade do ego necessária para adaptar-se às mudanças pessoais e sociais. Sentirão saciados seus impulsos, conseguirão ver o mundo com simplicidade e possuirão maior tolerância para as ocorrências da vida, atingindo, como resultado de toda experiência vivida, o dom da sabedoria. Por outro lado, se o desenvolvimento da personalidade não se realizou de forma satisfatória, as situações internas e externas, que levam o velho a uma posição de maior dependência, reativa os mesmos conflitos que ocorreram nas primeiras fases do ciclo vital e que permaneceram mais ou menos reprimidos. O ego mal integrado, para suportar estas revivências com os agravantes da freqüente falta de apoio do meio,

coloca o indivíduo no outro pólo do conflito psicossocial da velhice, o desespero”.

Na velhice a pessoa precisa ter e conservar seu ego integrado e forte para poder adaptar-se às mudanças e evitar os sintomas neuróticos. Poucos, entretanto, se preparam para gozar do descompromisso com o trabalho oficial e dirigir-se à cultivar amizades, exercer uma função de proteção e orientação à família, participar das alegrias.

“Ao aposentar-se, o indivíduo tem de abandonar seu grupo de iguais e esta separação é freqüentemente a maior responsável pelos sentimentos de autodepreciação e de perda de amor” (D’ANDREA, 1974).

Tornar-se idoso, viver como velho nessa sociedade atual é algo difícil. Como pode um idoso manter sua auto-estima? Como pode sentir um pouco de gratificação e reconhecimento nesta fase? Como pode escapar da solidão urbana, dando um sentido válido ao que faz? Como superar a tecnologia que expropria, anula? Como garantir o nível de segurança de vida anterior se a tendência é a de uma diminuição salarial contínua?

A cidadania é o reconhecimento do cidadão como ser humano participante da sociedade em que está inserido, com seus direitos e deveres. Ela inicia a partir do momento em que, logo após o nascimento, recebemos nossa certidão de nascimento. No momento em que o idoso é considerado mais produtivo pela sociedade, ele deverá fazer valer novamente sua cidadania através da conscientização e da luta por seus direitos, evidenciando seu “ego” forte, sua identidade definida, sua auto-estima elevada.

A cidadania significa reconhecer direitos e deveres e exercitá-los plenamente. Significa participação e contribuição nas funções sociais.

Nos países democráticos, a sociedade, como um todo, e o Estado, devem ser o apoio e a garantia da vivência da cidadania de cada um e de todos os cidadãos.

Também para o idoso deverá haver o pleno exercício dessa característica de vida. Viver com qualidade de vida é um direito e um dever de todos os idosos por serem cidadãos.

O que se entende por qualidade de vida?

Ouvem-se constantemente expressões como: “Qualidade total, qualidade na prestação de serviços, qualidade no atendimento ao consumidor e certificações em tantas outras qualidades”. Será que, na mesma intensidade, as pessoas se preocupam com a qualidade de suas vidas? É uma coisa curiosa, porque esse é um aspecto que antecede a todos os outros: se não se está harmonizado em sua vida, internamente, não se pode interagir com qualidade nas situações externas.

Os aspectos considerados como qualidade de vida são: social, afetivo, profissional e saúde. Qualidade de vida é: “O viver que é bom e compensador nesses quatro aspectos”.

De acordo com Neri (1993),

“Em relação à saúde e experiência não se pode falar em envelhecimento enquanto as deficiências não forem significativas. A idade, já se disse, sozinha não pode apontar se o indivíduo é velho ou não: ela apenas classifica, pois a sociedade é quem vai determinar essa categoria social e, portanto, ser velho é um conceito cultural. É difícil aos velhos sentirem, internamente, as transformações físicas que surgem. Somente se conscientizam delas por meio do olhar do outro. Internamente, há sempre uma ilusão de eterna juventude”.

Os progressos tecnológicos e os avanços dos estudos no campo da saúde levam a um aumento na expectativa de vida do homem. Mas há, também, a necessidade de manter o equilíbrio positivo e o vigor físico. Para envelhecer com saúde, disposição e qualidade de vida estão envolvidos aspectos não só biológicos, mas também psicológicos, econômicos e sociais. Enfim, todos eles precisam ser atendidos.

São essas as peculiaridades do processo de envelhecimento que os profissionais da saúde começam a prestar atenção. O próprio significado de

atendimento ao idoso passa por reformulação que inclui discussão filosófica de sua conceituação. De acordo com alguns estudiosos, não basta limitar-se ao conceito de geriatria que, por definição (cura das doenças), destaca os aspectos patológicos do envelhecimento. Este termo, hoje, é considerado incorreto, pois há muito tempo a Medicina e todas as áreas da Saúde deixaram de ser simplesmente curativas, para preocuparem-se mais com as preventivas.

Hoje, os maiores de 60 anos (já são quase 15 milhões no Brasil), contam com uma geriatria avançada (os que podem pagá-la, é claro) e alguma estrutura de apoio da sociedade, a exemplo das Universidades Abertas à Terceira Idade, que existem em vários Estados (USP, em São Paulo, UERJ, no Rio de Janeiro, Universidade Católica Dom Bosco, em Campo Grande, dentre outros).

Os gerontólogos compreendem melhor os mecanismos do envelhecimento e avaliam melhor as possibilidades e os efeitos reais das intervenções tanto preventivas quanto terapêuticas.

“Com a saúde mais bem cuidada, a expectativa de vida dos brasileiros deu um salto e nossos idosos se tornaram mais independentes e desejosos de aproveitar a vida” (MELLO, 1994).

As empresas farmacêuticas, para aumentar lucros, concentram-se cada vez mais nas necessidades da saúde dos idosos. Nos países industrializados, os maiores de 65 anos representam cerca de 15% da população, mas consomem em torno de 30% dos medicamentos.

A expectativa de vida em todo o mundo não pára de crescer. Cientistas prevêm que, com os novos remédios, tratamentos genéticos, combinados com exercícios físicos e dieta saudável, viver 130 anos será comum.

Sayed (2000), afirma que:

“Devemos crer que a compreensão científica do envelhecimento precoce é a única esperança real de intervenção e leva, finalmente, ao prolongamento da vida de todos nós”.

É o que todos esperam. Um grande número de disciplinas científicas trabalha nessa realização e compreensão, como a Genética, a Nutrição e a Nanotecnologia, além de outras.

Com os vários cuidados preventivos, têm-se percebido que o indivíduo aumenta a sua média de vida. Contudo, o principal objetivo das técnicas preventivas é melhorar a qualidade de vida e proporcionar um envelhecimento saudável.

Mas quem fala em qualidade de vida não fala apenas do biológico. Outros aspectos necessitam serem cuidados e alguns desafios fundamentais se apresentaram a todas as nações nas quais se inclui o Brasil.

Na Revista “Correio-Unesco” (1999), estes desafios são traduzidos em questões como: em uma época em que o Estado/Previdência é questionado, quem garantirá o sustento financeiro dos idosos, o Estado ou o indivíduo? Ao prolongar o tempo da presença humana no planeta pode-se manter certa qualidade de vida ou está se condenando a envelhecer mergulhado na doença e na insegurança financeira? Culturalmente, o interesse atual pelos jovens será em parte transferido para os velhos? Esses desafios, afetando principalmente as mulheres, que vivem mais tempo que os homens, nos países industrializados, merecem tratamento especial?

Robert Butler (Correio-Unesco, 1999), afirma que em muitos aspectos a vida melhorou para as pessoas idosas:

“Nos anos 50, a idade média de admissão aos asilos para a velhice era de 65 anos; atualmente beira os 81. Nos países industrializados, os idosos têm mais possibilidade de escolher o modo de vida que lhes convenha: assistência em algumas instituições, ajuda a domicílio, ficar a cargo de família ou dos vizinhos, por exemplo. As taxas de mortalidade diminuem, sobretudo graças aos progressos no combate a doenças cardíacas e infartos”.

No Japão, diz o autor, apesar de dificuldades econômicas, quanto ao apoio financeiro às pessoas idosas, conserva um sistema no qual o Estado

encarrega-se destes cidadãos em instituições ou a domicílio. Os Estados Unidos optaram por benefícios baseados em atenção média básica, medicina preventiva e acompanhamento dos pacientes. Mas dada à dinâmica demográfica, essa política é insuficiente. A antiga União Soviética reduziu consideravelmente a assistência médica e efetiva cortes nas pensões de aposentadoria.

Os idosos, ainda, para o autor, constituem importante categoria de consumidores, com necessidades específicas, e isto levou a se desenvolver, no Japão, uma série de indústrias chamadas “dos cabelos brancos” para satisfazer necessidades e desejos das pessoas maiores de 50 anos: moradia, viagens, lazer. O mesmo vem acontecendo nos Estados Unidos na conquista do mercado dos “seniors” ou da “idade madura”.

O envelhecimento demográfico está a exigir não só reforma dos serviços de apoio aos idosos, mas exige também a revisão do conceito de “velhice”, enquanto período de vida com possibilidades amplas e de produtividade.

1 O ATENDIMENTO À TERCEIRA IDADE

Já se disse que a imagem da velhice pode mudar inteiramente de uma para outra sociedade. Detentor do saber e do poder na África, o velho é visto como fardo, como peso, isto é, como socialmente inútil no Ocidente.

Uma e outra concepção determinam maneiras diferentes de tratar essas pessoas.

Na primeira destas concepções, concede a supremacia do saber aos velhos um papel educativo fundamental, pois além do conhecimento do mito, dos rituais, do sagrado, do fundamental à população, eles se incumbem, naturalmente, de transmitir aos mais jovens a história e as regras do grupo, conhecimento este pelo qual são respeitados por possuí-lo. O ancião guarda

para, si por muito tempo, uma parte desse saber, assegurando sua hegemonia cultural, religiosa e política.

“O envelhecimento torna-se assim um processo de aquisição e a representação do velho surge altamente positiva. Ele é o sábio, o modelo a ser atingido, aquele que soube resistir à morte inspirando-se nos valores do grupo... Conceber a vida como uma progressão permanente que se persegue além da morte leve a considerar a velhice e última etapa de uma ascensão para a plenitude do saber e poder” (ALMEIDA, 1998).

Gaiarsa (1987), dá como exemplo tribos africanas em que o velho e as crianças pertencem à comunidade. Podem tomar o peixe pescado ou outra coisa qualquer de um adulto, que possui força para conseguir outra. Não há criança ou velho abandonados. Eles são de todo o grupo.

Porém, segundo Pavlov (1984), presencia-se hoje, mesmo na África, a reversão do contexto tradicional devido à urbanização, à escolarização. O desenvolvimento da civilização, da escrita, a miscigenação dos povos, a implantação de novas religiões e o surgimento de valores mais individualizantes têm freado o sistema comunitário, a gerontocracia, a solidariedade, característicos da tradição grupal.

“Entretanto, nenhuma sociedade mantém-se imobilizada. E mesmo quando a pirâmide das idades é invertida e a ponta tende a ser mais importante que a base, como acontece no Ocidente, ou em certos países asiáticos que praticaram uma política demográfica voluntarista, a solidariedade ainda tem seu papel” (PAVLOV, 1984).

Nas sociedades ocidentais, esse tempo da vida humana torna-se o tempo em que as imagens negativas predominam. É a idade da dependência, da inutilidade social, da solidão.

Artigos do Correio da Unesco (1999), analisam a situação do apoio aos idosos em alguns países e desta análise pode-se depreender tentativas diferentes de atendimento à velhice.

Os ricos aposentados norte-americanos acorrem às “aldeias” de onde os jovens são excluídos e nas quais vendem-se, ao mesmo tempo, uma casa e um estilo de vida.

“Nessa ‘aldeia’, onde as escadas são raras, tudo é concebido para pessoas idosas, inclusive alarmes anti-pânico para avisar os guardiões em caso de urgência médica ou de assalto” (Correio da Unesco, 1999).

Nestas aldeias o importante é divertir-se cada vez mais: às dez horas da manhã, numa terça-feira, em fila indiana, as senhoras já um tanto idosas e de cabelos oxigenados, balançam o corpo ao som meio fanhoso de uma música “country” e gritam “Heee-harx!”. Elas aproveitam o máximo sua aposentadoria na comunidade privada onde escolheram viver.

“Eles pensam que já trabalharam bastante para merecerem uma vida sem preocupações. Além do tênis e da piscina, inúmeras atividades são organizadas, do curso de yiddish ao bingo. Enquanto isso, equipes de manutenção ocupam-se dos canteiros de flores e os guardiões patrulham. Os muros de cimento erguidos em torno desta ‘aldeia’ dão a seus habitantes uma sensação de segurança e prestígio” (Correio da Unesco, 1999).

Na França também são freqüentes estes ‘asilos’. Mas a crítica é no sentido de se perguntar: novos guetos ou paraísos?

Carolina Donati (Correio da Unesco, 1999), mostra que no Líbano acreditou-se sempre que não há melhor lugar para os idosos do que o lar.

“Em virtude de a solidariedade familiar manter-se presente no Líbano a maioria dos idosos ainda vive com suas famílias”, indica o Comitê Nacional para os Idosos, criado em 1998. Entretanto, nesse país que poderia prefigurar o que acontecerá no mundo árabe, os laços entre gerações distendem-se, a ponto de os velhos isolados e profundamente desamparados tornarem-se cada vez mais numerosos...”

“... Neste bairro (Beirute), 67 velhos vivem sós e sem recursos. Nas ruas da capital alguns deles praticam a mendicância. A conscientização desse problema ainda é frágil, sobretudo entre os jovens. Mas firma-se um movimento no seio de congregações e associações humanitárias, pois não existe, nenhum sistema para as pessoas sós e idosas mesmo tendo 7% de sua população composta por idosos de mais de 65 anos. O Líbano tem a maior proporção de idosos do mundo árabe”.

Assim, neste país, a solidariedade familiar está a desaparecer e o Estado omite-se. O sustento dos solitários idosos limita-se à ação caritativa. Não há uma política para a terceira idade.

Na Índia, os idosos não sabem mais para onde ir. Os raros asilos encontram-se lotados e a solidariedade familiar está desaparecendo. Os indianos envelhecidos têm, de um lado, o sistema tradicional das famílias extensas que tomavam a seu cargo os anciãos, mas está desaparecendo; de outro, os asilos são pouquíssimos e, freqüentemente, muito caros.

Nos últimos dez anos os asilos, na maioria particulares, acolheram apenas pessoas de classe média-alta e rica, em virtude de suas mensalidades exorbitantes. Inúmeros asilos subvencionados nem sequer oferecem os serviços básicos, como água limpa e alimentação decente. Ninguém inspeciona esses estabelecimentos e a regulamentação praticamente não existe.

Na Argentina, os idosos representam 12% da população, mas cerca de 4,5 milhões de pessoas com mais de 60 anos, apenas 2.8 milhões, recebem pensão. Mais de 1.5 milhão de idosos não têm a mínima assistência social e vivem em grande pobreza.

Explicam esta situação dois fatos. Programas econômicos começaram por corroer as aposentadorias. O governo, em 1992, no quadro dos acordos com o Banco Mundial, reduziu em US\$ 150 por mês as pensões da maioria dos aposentados. De outro lado, grande parte da sociedade Argentina não vê de forma muito favorável, ou vê com indiferença, a sorte dos idosos, vítimas de sua impotência e resignação.

Em 1971 foi criado o PAMI – Programa de Cuidados Médicos e de Serviços Sociais. No início, esse órgão paraestatal e em uma pequena escala, foi eficaz. Registrava excedente de contribuições, estendendo a todo o país os seus benefícios.

Nos últimos 10 anos, porém, a qualidade dos serviços oferecidos degradou-se consideravelmente. Corrupção e propina tornaram-se moeda corrente. Hoje sofrem, os idosos, a interrupção brutal de serviços indispensáveis à sua sobrevivência: visita dos médicos de família, o adiamento de operações cirúrgicas já programadas por falta de dinheiro para pagá-las.

Na área do envelhecimento existem diferenças. A Argentina é que tem mais tradição no estudo da Geriatria e da Gerontologia, embora ainda fortemente ligada à Psiquiatria. No Uruguai e no Paraguai não existem Gerontólogos titulados. O Paraguai tem apenas 12 Geriatras. Em todo o país o sistema público de saúde não atende aos idosos como eles merecem.

Pelo que se vê, a longevidade tem um preço: o equilíbrio demográfico pende sempre mais para as pessoas idosas, constituindo um rude teste para a ordem cultural, política e econômica das sociedades. Desafios são colocados às nações atuais: em uma época em que o Estado-Providência é questionado quem garantirá o sustento e o apoio em geral ao idoso? O Estado, a família, a sociedade, empresas particulares? Qual a prioridade a estabelecer: atendimento aos jovens ou aos idosos?

Pode-se, portanto, com Okuma (1998), dizer que a análise da velhice, a partir de uma perspectiva pessoal, mostra que, como toda situação humana, ela tem dimensão existencial, que modifica a relação do indivíduo consigo mesmo, com o outro, com o mundo e com o tempo.

Apoiar os idosos é intervir nestas relações. Apoiar os idosos “exige repensar as relações humanas, restabelecendo-se uma reciprocidade entre as gerações, na qual cada uma, vez a vez, dá e recebe” (Correio da Unesco, 1999).

2 O ATENDIMENTO À TERCEIRA IDADE NO BRASIL

Jacomini (1990), afirma que:

“Os estudos sobre o envelhecimento da população no Brasil estão pouco adiantados. Um dos primeiros a realizar um trabalho significativo sobre o assunto foi José Thomaz Nabuco que, em 1969, publicou seu estudo sobre o envelhecimento demográfico no país. Para o autor, os estudos sobre o grupo de idosos no Brasil, de um modo geral, ainda não foram suficientemente sistematizados e carecem de profundidade especialmente no que se refere a análise das funções sociais dos grupos idosos na população”.

No ano de 1996, o Presidente em exercício no Brasil, Fernando Henrique Cardoso, assinou o Decreto no. 1948, de 04 de julho, que regulamenta a Lei no. 8.842, de 04 de janeiro de 1994, que dispõe sobre a Política Nacional do Idoso, cria o Conselho Nacional do Idoso e dá outras providências, ou seja, as leis brasileiras no que tange ao apoio e à defesa do idoso registram na Constituição da República Federativa do Brasil, no capítulo VII, artigo 230, o seguinte:

“A família, a sociedade e o Estado têm o dever de amparar as pessoas idosas, assegurando sua participação na comunidade, defendendo sua dignidade e bem-estar, e assegurando-lhe direito à vida.

1 – os programas de amparo aos idosos serão executados preferencialmente em seus lares.

2 – aos maiores de sessenta e cinco anos é garantida a gratuidade dos transportes urbanos”.

Como vemos, tanto a família, a sociedade, como o Estado possuem o dever de amparar os idosos. Mas sente-se a todo momento que são inúmeras as dificuldades e a prática destas leis encontra-se distante de ser aplicada.

A Constituição Brasileira de 1988 fala da organização de Conselhos Municipais como forma de organização social, em que a população encontra espaço para participar, reivindicar e exercer sua cidadania.

A criação de um Conselho Municipal do Idoso deve ficar distante da política partidária e suas discussões deverão ocorrer de forma autêntica, no compromisso e na melhoria da qualidade de vida dos idosos.

O CMI deve ser coeso com a luta, sem submeter-se às disputas pelo poder, mas entendendo a necessidade de criar várias parcerias com os movimentos organizados de terceira idade de forma igual e justa.

O CMI precisa fazer-se respeitar, não permitindo a transformação desse espaço num local de disputa por autopromoção ou na transformação do idoso em massa de manobra, ou ofuscar-se pelo poder.

O CMI deve ser um espaço democrático aberto à participação dos idosos e da sociedade, sem cair no autoritarismo e centralização.

A Legião Brasileira de Assistência Social tem um Programa de Apoio ao Cidadão e à Família, em que se inclui a pessoa idosa, sob responsabilidade conjunta da família, da sociedade e do Estado.

O Programa, consequência da Portaria MS no. 810, de 22 de setembro de 1989, tem, por objetivo geral, assegurar à população idosa, condições para o exercício de sua cidadania, atendendo às suas necessidades coletivas e individuais, decorrentes do próprio processo de envelhecimento. São objetivos específicos:

a) desenvolver atividades para o estabelecimento e/ou manutenção do equilíbrio biopsicossocial da pessoa idosa e o eventual aumento de sua renda; e

b) promover ações que objetivem a integração da pessoa idosa na comunidade.

Para operacionalização deste Programa, a LBA, no seu Programa de Assistência para Idosos (PAPI), deve contar com: 1) Ação Conviver, através de convênios e/ou contratos firmados com entidades federais, municipais e estaduais; 2) Centro de Convivência para Idosos; e 3) Assistência Asilar.

Tabela 1 – População por grupo de idade, sexo feminino e masculino.

	50 a 59	60 a 69	Sexo
Brasil	6.000.922	3.792.534	Homens
	6.506.394	4.389.501	Mulheres
Estado de São Paulo	1.416.081	862.738	Homens
	1.544.611	1.021.149	Mulheres

Fonte: Censo Demográfico (IBGE, 2000).

3 A ATIVIDADE FÍSICA E A QUALIDADE DE VIDA DOS IDOSOS

Como se viu, na sociedade ocidental, de modo geral, ser velho e envelhecer têm conotação negativa, sendo mesmo objeto de preconceito.

Neri (1991), apud Okuma (1998), diz que esse processo e essa fase são marcados por um estereótipo social negativo, que se baseia estritamente no declínio biológico, o que fundamenta uma idéia falsa de que o envelhecimento causa necessariamente incompetência comportamental.

“Em consequência desse estereótipo, parte daqueles que chegam à velhice, sobretudo à aposentadoria, perde poderes político e econômico, perdendo também status, respeito e valor. Se, ao mesmo tempo, houver o acometimento de doenças e pobreza, a situação do velho se agrava, pois se somam à falta de prestígio e de poder a dependência física, psicológica e financeira em relação à família e à sociedade. Esse conjunto de mudanças pode ter reflexos na identidade pessoal da pessoa idosa” (OKUMA, 1998).

Assim, a velhice, como já se disse, modifica a relação do indivíduo consigo mesmo, com o outro, com o mundo e com o tempo, conclui essa autora e, citando Simone de Beauvoir, acentua que a vivência dessas relações acontece de forma diferenciada, de acordo com o maior ou menor grau de deteriorização do corpo.

A concepção de velhice vem sendo lentamente modificada, e este é um feito universal, que é visto como um tempo para novas liberdades, para explorações pessoais excitantes, para crescimento psíquico e prazer de viver.

Isto tem feito com que a qualidade de vida da população idosa esteja melhorando.

Berger (1986), apud Okuma (1998), diz que dentre a variedade de fatores envolvidos nessas mudanças, como os econômicos, os sociais, os psicológicos, a importância da educação física na melhora das funções físicas e psicológicas do idoso é reconhecida e posta em prática. A atividade física é vista como elemento decisivo para a aquisição e a manutenção da saúde, de aptidão física e do bem-estar físico, pré-requisitos para a qualidade de vida, além da sua prescrição para tratamento de doenças importantes como patologias cardíacas e respiratórias, hipertensão, hipercolesterolemia, obesidade, diabetes, osteoporose, doenças resultantes do sedentarismo.

Para Guedes (1995), atividade física é definida “como qualquer movimento corporal, produzido pelos músculos esqueléticos, que resulta em gasto energético maior que os níveis de repouso”. Assim, a quantidade de energia necessária à realização de determinado movimento corporal deverá traduzir o nível de prática da atividade física exigido por esse mesmo movimento.

Mas Barbanti (1994), refere-se a essa terminologia como sendo a totalidade de movimentos executados no movimento do esporte, da aptidão física, da recreação, da brincadeira, do jogo de exercício. Num sentido mais restrito, “é todo movimento corporal, produzido por músculos esqueléticos, que provoca gasto de energia”.

A prática da atividade física bem orientada traz ao idoso inúmeros benefícios, que se tornam ainda mais fundamentais com a chegada da idade: aumento da eficiência do transporte do oxigênio, aumento dos pequenos vasos sanguíneos, diminuição do peso e da gordura corporal, aumento da massa muscular, melhor coordenação motora, melhoria no equilíbrio psicológico e redução do índice de colesterol.

Atividade física e intelectual e boa alimentação são a chave para um envelhecimento saudável, dizem os especialistas. Eles incentivam encontros sócio-culturais com atividade física e lazer, como bailes e caminhadas.

Nunca se falou tanto em corpo físico, atividade física, como na atualidade, mas esse modismo tem atrelado a idéia da performance perfeita, da estética, do consumo. Surge também a febre do circuito, das caminhadas, das bicicletas. Todas essas opções são reforçadas pela rede de informações, pela multimídia, que acaba privilegiando um tipo especial de público consumidor: os mais jovens. Assim, o que importa não é a pessoa, mas os produtos comercializáveis que possuem consumidores, que trarão aos “degustadores” forma e estética corporal invejável.

Mergulhar na corporeidade do idoso é entender a substituição da beleza esteticamente no corpo jovem pela vivência madura das emoções. É acreditar que essa maturidade vem de dentro para fora nas relações inter-subjetividade que aflora à convivência dos seres humanos.

Maluf (1998), comenta: o convívio com o corpo idoso deve fundamentar-se em três princípios básicos: participação, ludicidade e prazer. A união desses princípios expõe a corporeidade como sinônimo de vida. O idoso deve recuperar o potencial de vida, mesmo limitado com o processo natural de envelhecimento.

Levi-Strauss (1976), salienta que ninguém, na verdade, abordou ainda esta tarefa imensa que consiste em fazer o inventário e a descrição de todos os “usos” que o homem, no decurso da história e no mundo, fez e continua a fazer dos seus corpos. Continua-se, ainda, a ignorar as possibilidades que dispõe o corpo do homem em cada cultura. Conclui o autor, que este conhecimento das modalidades de utilização do corpo humano é bastante necessário, numa época em que a tecnologia e a ciência estão à disposição do homem e tendem a desviá-lo do seu corpo/movimento. Este tipo de investigação traria conhecimentos bastante significativos sobre as migrações, contatos culturais e o uso do corpo/movimento que foram transmitidos de geração em geração.

Bruhns (1992), salienta que se age como prisioneiro de uma vida que esmaga o corpo e que, desta maneira, o prazer se torna uma imposição à timidez do corpo, impedindo-o de afirmar o sofrimento, de sentir-se esgotado. São cobradas determinadas tarefas, nem que para isso o preço a ser pago seja negação de si mesmo.

Em relação ao movimento humano e corpo, em virtude do que vem se instalando no mundo “civilizado” e moderno, do qual os seres humanos fazem parte e ajudaram a construir, quase que num olhar de desespero sobre esse mundo não se encontra espaço para expressar idéias e sentimentos, porém se encontram atividades em maior número, prontas para fragmentar o homem.

A Europa, do século XVIII ao início do século XIX, desenvolveu, através de determinadas políticas de saúde, formas explícitas de controle das populações urbanas, em que o corpo dos indivíduos e o corpo do social são tomados como objetos mensuráveis/generalizáveis e que podem ser classificados de forma neutra (FOUCAULT, 1988). Este autor esclarece que o corpo é uma realidade bio-política e que foi no biológico, no somático, que, antes de tudo, a sociedade capitalista investiu.

Barbanti (1990), acredita que nunca é demais insistir nas vantagens do exercício físico em todas as idades, sobretudo na terceira idade.

O idoso deve experimentar os benefícios psicológicos e sociais de um programa regular de atividade física. Quem se considera mais saudável tem uma posição mais ativa diante do envelhecimento, além de que, a atividade física pode ser um meio eficiente contra o isolamento social e a solidão, contribuindo para o desaparecimento do tédio.

Uma das hipóteses usadas para explicar os benefícios afetivos associados com a atividade física é a endorfina. Quando se faz exercício, o cérebro produz e libera na corrente sanguínea uma substância equivalente à morfina (porém não tóxica), chamada endorfina, que tem a capacidade de reduzir a sensação de dor e produzir um estado de euforia e diminuir a sensação de fadiga.

Em pesquisa realizada por Berger (1986), verificou-se que a qualidade de vida é resultado das condições subjetivas de um indivíduo nos vários subdomínios que compõem sua vida, como seu trabalho, sua vida social, sua saúde física e seu humor e, indiretamente, na sua vida social.

“A influência do exercício no processo de envelhecimento afeta diretamente a qualidade, se não a quantidade, de vida” (BARBANTI, 1990).

Hoje, a atividade física é muito divulgada em grandes centros. Assim, tenta passar a importância da atividade física para o idoso não só como aptidão funcional, mas também como participação social, contribuindo de maneira positiva para o bem-estar geral, ou seja, para a qualidade de vida.

Dentre os diferentes programas que começam a serem oferecidos ao aumento de sua qualidade de vida e ao crescimento de sua participação na sociedade, encontram-se os programas de atividades físicas. Essa expansão decorre do aumento do número de profissionais buscando orientações para elaborar e organizar tais programas, do aumento do número de palestras, debates e eventos científicos a respeito do tema, da ampliação de cursos de atualização e extensão universitária, além da criação de cursos de especialização em Educação Física para idosos. A ampla divulgação que os meios de comunicação vêm dando à atividade física como uma das atividades mais importantes para manter a qualidade de vida na velhice, contribui para esse processo.

“Velho é você, eu pratico atividade física” – esta expressão, em breve, poderá tornar-se bastante comum. Segundo os especialistas, as pessoas nascidas nesta década, têm 50% de chances de atingirem os 100 anos de idade, pelo menos nas regiões mais desenvolvidas.

A maioria dos que freqüentam esses programas é formada por mulheres, em geral viúvas, separadas ou ainda as que estão casadas, mas muito entristecidas com a partida dos filhos que se casam e vão viver suas próprias vidas. Esse é um problema que atinge quase todas as mulheres, independente de classe social; mas, para quem está na periferia tem, quase

sempre, o mesmo perfil. Quando as mulheres nessa situação se aproximam do grupo já formado, o passeio preferido delas é o Posto de Saúde do bairro. Na medida que vão participando das reuniões e das atividades, elas descobrem que muitas pessoas no grupo vivem os mesmos problemas e isso lhe dá segurança.

Os grupos também possibilitam chamar a atenção pública para as questões do envelhecimento, rompendo o isolamento social a que quase sempre estão relegados os mais velhos. Leva aos mais jovens um novo olhar sobre a velhice. Os grupos oferecem uma oportunidade dos mais jovens refletirem sobre que tipos de idosos querem ser mais tarde.

Em qualquer fase do desenvolvimento social a influência dos grupos de participação é de primordial importância para a manutenção do sentimento de pertinência e da valorização pessoal, tendo como objetivo garantir ao cidadão com mais de 60 anos, condições necessárias ao pleno exercício da cidadania, provendo sua autonomia e integração efetiva na sociedade.

Os grupos devem ser criados à partir das expectativas levantadas pelas pessoas que irão compô-los. Poderão ser formados para atividades recreativas, culturais, educacionais, de saúde e de sociabilização.

Okuma (1998), afirma que:

“A atividade física representa para os idosos a oportunidade de estarem vinculados a compromissos, o que é fundamental para a maioria dos idosos. Ao se sentirem comprometidos com algo (a educação física e a participação em grupos como os bailes), com objetivos a serem alcançados, surgiu uma qualidade de envolvimento, levando a uma maior valorização da vida, de si mesmo e daquilo que fazem”.

Percebeu o autor que, com os velhos que estudou, os quais viveram essa experiência, uma nova rotina se estabeleceu no cotidiano dessas pessoas, pois ter algo definido para fazer implicava um horário certo para

levantar, um bom motivo para se arrumar e sair de casa, o que representava responsabilidades para com o outro.

“Tal compromisso, por sua vez, mostrou-se como a oportunidade de os idosos darem continuidade a suas buscas e a manutenção de sua atuação no meio social, de ampliarem seus horizontes, terem uma nova visão do mundo, de poderem olhar para seus valores positivos e do mundo que o circunda. Para alguns idosos, estar vinculado a compromissos talvez seja o único meio de manter-se ligado ao mundo da convivência, evitando o isolamento, não incomum nessa fase da vida” (OKUMA, 1998).

CAPÍTULO III

BASES CONCEITUAIS DA PESQUISA – A DANÇA

Dentre as atividades físicas adequadas e possíveis à terceira idade, destaca-se a **dança**, objeto desta pesquisa por ter sido a modalidade preferida pelos idosos que frequentam o Clube da Terceira Idade “Dona Dalila”, criado pela Prefeitura Municipal de Presidente Prudente, para atendimento à essa faixa etária.

Esta modalidade de atividade física foi a escolhida dentre outras conforme pesquisa anterior, realizada em 1998.

Por esta razão, este capítulo é dedicado à dança, à dança de salão e seus componentes: movimento, ritmo, expressão corporal, convivência corporal e criatividade.

Para VOLP (1994), “a dança, através de seus movimentos, pode ser uma maneira de expressão pessoal ou grupal, podendo encantar, educar, dentre outros”.

1 DANÇA: EVOLUÇÃO HISTÓRICA

Estudos feitos até agora em relação à dança enfatizam os aspectos que seguem, e servirão como ponto de partida para base conceitual da pesquisa a ser realizada. É difícil determinar, hoje em dia, quando e porque o homem dançou pela primeira vez. Há quem distinga nas figuras gravadas nas cavernas de Lascais, pelo homem pré-histórico, figuras dançando. E como o homem da idade da pedra só gravava nas paredes de suas cavernas aquilo que lhe era importante, como a caça, a alimentação, a vida e a morte, é possível que essas figuras dançantes fizessem parte de rituais de cunho

religioso, básicos para a sociedade de então, a cujos costumes esse tipo de manifestação já estaria incorporado (FINI, 1987)

A dança tem um sentido cultural, como elemento de organização e de trabalho dos povos primitivos. Os primeiros registros de atividades dançantes datam do paleolítico superior, quando o homem estava apenas preocupado com a coleta de alimentos. Não há sinais de que cultivava divindade, mas sim, parecia acreditar que, através da representação pictórica, pudesse alcançar determinados objetivos: abater um animal, por exemplo. Sendo assim, poderia interpretar as pinturas e desenhos encontrados nas paredes e tetos das cavernas habitados pelos homens do Paleolítico Superior, como figuras humanas disfarçadas de animais.

A dança faz parte do desenvolvimento histórico da humanidade, participando da cultura de várias civilizações, sendo “instintiva ao homem”.

Retomando a história, vê-se que a dança e a música vêm desde a mais remota antiguidade, tendo florescido, mesmo, entre os judeus, persas, egípcios, entre outros.

Segundo Fornaciari (1957),

“as lendas mitológicas representam os primeiros documentos de valor, merecedores de minuciosa análise. Elas falam de vários templos pagãos, cheios de exotismo, onde se oficializa de vez a “Dança Sagrada”. Formosas dançarinas, em trajes leves, no meio das fumaças das piras, dançam magnificamente, observando ritmos impecáveis; as vestais, as sibilas, as sacerdotisas de todo o paganismo cultuam os seus deuses, com magistras passos de dança. O ritmo se apodera dos rituais”.

Fornaciari (1957), relata que a ilha de Lesbos atrai as mulheres gregas, já se espalhando pela Grécia, de canto a canto, os açucarados versos do poeta Safo. A poetisa, lá no meio de sua ilha, é um chamamento vivo, ardoroso, quase que volúpia, bulindo com a vaidade das formosuras gregas. Funda-se a “Escola Sáfica”, onde se processa o exercício de todas as artes, destacando-se a dança.

Imperadores, como Augusto, favoreceram a prática de dança, entusiasmando-se com a arte de dançar.

Épocas houve em que se atacou essa arte, mas o objeto da decadência não foi a arte em si, e sim a degradação dos costumes, principalmente em Roma. Daí a razão pela qual o Cristianismo fulmina a dança, com o rigor de suas leis.

Faro (1986), comenta que Platão (428-437 a.C.), em suas “Leis”, distinguia a dança popular da que se denominava “dança nobre”, e apenas a esta concedia sua aprovação. Considerava não adequada aos cidadãos as danças de natureza báquica e de caráter lascivo. Não reputava como arte as danças de caráter guerreiro, veneratório, propiciatório de chuvas, fertilidade, dentre outras.

O que se acredita, é que a dança nasceu da religião ou junto com ela, ao se observar na escrita de povos antigos sua participação em cerimônias religiosas. Os Deuses eram convocados em ocasiões de nascimento, casamento, morte, guerra, colheita, quer para agradecer, quer para oferecer. Dançando, o homem solicitava o auxílio divino em suas necessidades.

Os povos, vivendo numa sociedade rudimentar onde todos ocupavam a mesma posição social, com costumes patriarcais e caráter pastoril e agricultor, se identificavam com as danças estáticas e tranqüilas; usavam jóias e máscaras, cantavam, batiam palmas ou taquaras no chão. Tempos mais tarde, surgem os primeiros instrumentos de percussão (tambores feitos de tronco), seguidos pelos de sopro (flautas de bambu ou de ossos e trombetas de chifre).

Um traço que marca as danças antigas é a dança agrícola, executada para favorecer o plantio e a colheita.

Além dessas duas características, a dança enfocava aspectos eróticos, bélicos, fúnebres, guerreiros e outros.

“Sabemos, por exemplo, que os soldados romanos executavam, antes de cada batalha, danças guerreiras nas quais pediam o apoio de Marte, deus da guerra, para a luta que iria começar” (FARO, 1986).

É interessante notar que, durante vários séculos, a dança era apanágio do sexo masculino, e só muito mais tarde as mulheres começaram a participar das danças folclóricas. Até hoje, em certas regiões da União Soviética, como o Cáucaso, a Ucrânia e as Repúblicas Orientais, existem danças matrimoniais em que as mulheres só tomam parte passivamente: os homens dançam em torno delas, principalmente da noiva, sem que elas esbocem qualquer gesto. Não há dúvida de que essas danças descendem diretamente de outras, de cunho religioso, em que só os homens tomavam parte.

Durante vários séculos, essas manifestações de dança, como já citado, foram apanágio das cortes, e só aos poucos o povo foi tendo acesso às exhibições, transformando-se assim em teatro popular aquilo que até então era privilégio de uma pequena minoria.

No Romantismo nascera uma arte eminentemente política no terreno da literatura, da pintura, da música, que não afetaria, entretanto, a área da dança.

Uma revolução estética e formal da dança, paralela à que se fazia no teatro, já era visível nos primeiros anos do século XX. A principal responsável por isso era uma jovem americana, nascida na cidade de São Francisco, em 1878, que fez suas primeiras aspirações públicas em Paris no ano de 1900: Isadora Duncan.

Isadora trouxe para o palco a dança livre, libertada de regras e modelos, abrindo com isso, perspectivas que beneficiariam futuramente o próprio balé (MENDES, 1987).

O conceito da dança, como arte imitativa, iria influenciar futuramente as idéias européias, o que explica o fato de a dança, como manifestação espontânea do homem, já estar, nos primórdios da civilização ocidental, substituída por uma atividade definida e cultivada.

O reconhecimento deste fato não significa, entretanto, que se deva apontar os caminhos por onde a dança continuará seu desenvolvimento. Ela saberá encontrá-los naturalmente, porque é parte da natureza do homem, tão velha quanto ele, talvez expressão primeira do seu obscuro impulso para

diferenciar-se dos outros animais. Pois dançando, o feiticeiro do Paleolítico Superior deu um grande passo dentro do processo que levaria gradativamente o homem do pensamento mágico ao pensamento lógico, desenvolvendo a capacidade de raciocínio que caracteriza sua espécie e preparando as bases para o estágio superior de reflexão. Dom que tornou o homem senhor da natureza, com todas as trágicas implicações que o fato atualmente representa.

Mas o homem continua dançando, de uma forma ou outra, e isto constitui uma esperança de vida.

Tendo se transformado em diversão das classes abastadas, a dança foi se sofisticando e adquirindo movimentos cada vez mais rotulados e específicos. A descrição das danças daquele tempo mostra-nos que elas obedecem a uma verdadeira coreografia, a qual, sem dúvida, foi se formando e se enriquecendo através dos séculos. Já quando chegamos aos séculos XVI e XVII, quando a corte Européia seguiu rígidas etiquetas, esses verdadeiros códigos de comportamento diziam até como se deveria dançar, quem poderia dançar com quem, etc. Foi nesta época que uma manifestação que nascera livre e espontânea atingiu um estágio de verdadeira “camisa-de-força”.

Através dos tempos, a dança passa a ser um fator social e de elemento de educação.

*“É reconhecido hoje como arte proveitosa, elemento para o desenvolvimento físico, das boas maneiras e age como fator para as interações sociais”
(FORNACIARI, 1957).*

Com rápida difusão, florescem em cada país danças características e originais, executadas ao som de instrumento típico de seu povo: na Espanha o Bolero; na Itália a Tarantela, a Forlana, a Trevisana; na Polônia a Polka e a Mazurca. Ultimamente novas formas têm-se acentuado no mundo do ritmo de criação americana nos Estados Unidos da América do Norte, o swing e o fox-trot; no México o Bolero; em Cuba a Rumba e a Conga; na Argentina o Tango. No Brasil tem-se a ressaltar o muito conhecido e apreciado Samba.

2 ALGUMAS CONSIDERAÇÕES SOBRE A DANÇA

“No máximo de sua alegria o homem faz as palavras. Estas palavras não são suficientes: Ele as prolonga. As palavras prolongadas não são suficientes: ele as modula. As palavras moduladas não são suficientes, e, sem se dar conta, as suas mãos fazem gestos e os seus pés começam a se mover” (Pensamento Chinês).

O ser humano dançou antes de falar. Esta foi sua primeira forma de manifestação social, que sempre serviu para auxiliá-lo a afirmar-se como membro de sua comunidade. Dessa maneira, a dança sempre teve influência muito grande em todas as suas atividades, desde rituais religiosos de adoração aos deuses ou às forças da natureza até as celebrações de plantio e colheita, nascimento, casamento e morte. De qualquer forma, ele foi sempre mais que expressão: era participação, celebração, jogo e comunicação, e, por isso, é considerado a primeira das artes. Garaudy (1980), descreve a dança como expressão através dos movimentos do corpo, organizados em seqüências significativas de experiências que transcendem o poder das palavras e da mímica.

Fornaciari (1957), relata que a dança vem de movimentos naturais como o andar. Fux (1983), completa esta idéia dizendo que “a dança é inerente ao homem, basta deixá-la manifestar-se”. E ela enfatiza a dança não só com privilégios dos “bem dotados” e, sim, mais um meio de educação integral do homem.

Segundo Ellmerch (1964), a dança pode se definir como uma ampla sucessão de movimentos, no espaço organizado por tempo e executada num dado momento, o qual é escolhido pelo homem.

Desta forma, é importante na dança um conceito de grupalidade, o qual em sintonia, leva o homem em variações de conceitos e com isso, o ser humano dança por um determinismo cultural.

Segundo Resende (1984), dançar é um estado de espírito que conduz à realização de nosso íntimo. Suas características são o ritmo que dela emana, a maneira que seus participantes deixam-se envolver por ela, a mensagem transmitida e o dinamismo da movimentação.

“A dança com movimento ordenado e rítmico, tem por base manifestações biológicas dos seres humanos e animais. São a respiração e a pulsação que dirigem os movimentos. Entre os animais, pode-se observar o movimento da dança. O avestruz tem a fama de ‘bailarino’, subitamente se senta, abra as asas e ritmicamente balança o corpo para frente e para trás” (ELLMERICH, 1964).

A dança, como uma das formas de comunicação e expressão, se constitui como uma linguagem específica, através da seleção de possibilidades do transmissor que permite articular mensagens, estabelecer relações pertinentes ao universo das idéias, sentimentos, acontecimentos, através de um código próprio – a linguagem do movimento.

Os homens dançavam em comemorações religiosas, de magia, enfim, “dançaram todos os momentos solenes de sua existência”. É a representação da realidade.

A história da evolução da sociedade explica a evolução das artes e sua função social. A dança atravessa nesta evolução vários momentos de opressão, em razão de ser o corpo seu instrumento de manifestação e ao mesmo tempo, reflexo da estrutura social.

Portanto, o gesto, a atitude e o movimento, coincidem, na dança, com a idéia e realizam a transparência da alma no corpo (ele exprime pelo movimento o que a linguagem exprime pelas palavras).

Para Mendes (1987), dança é movimento. Movimento e gestos, a partir de sua ordenação no espaço e dentro do tempo, regulada pelo ritmo interior e pessoal do ser dançante, ou exterior a ele, podendo, querendo ou não, expressar sentimentos e emoções. Mantendo-se nesse nível, ela se basta para constituir-se como uma arte completa, autônoma.

Nanni (1989), sugere a dança como uma proposta para:

1. fugir ao “*stress*” do cotidiano explicitando uma emoção como fuga;
2. compromisso com o “*status quo*” (elitização);
3. compromisso com o povo – proporcionar a reflexão de sua realidade (massificação).

Desde os primórdios dos tempos, no presente e no futuro, a dança foi, é e será compromisso com:

- as divindades;
- o homem;
- o ser social.

A maioria das pessoas dança para se divertir ou para entreter outras pessoas. Mas a dança pode servir a muitas outras finalidades. A dança constitui um meio de comunicação dos mais pessoais e eficientes.

Existem duas espécies mais importantes de danças: a teatral e a social. A dança teatral é encenada para entretenimento dos expectadores.

Na dança social, os participantes dançam para o seu próprio prazer e não para a distração do público. Existem muitos tipos de danças sociais. A maioria tem passos e ritmos específicos, mas muitas danças mais recentes dão oportunidade aos dançarinos para criarem seus próprios movimentos.

A maioria dos movimentos da dança está ligada ao ritmo da música de acompanhamento.

A dança popular é a dança dos bailes, festas e outras reuniões sociais. As danças populares incluem tanto as antigas danças como a valsa, como quanto as danças mais recentes, como o rock.

As primeiras danças populares, conhecidas como dança de corte, originaram-se entre os nobres europeus do século XII, a partir das danças folclóricas dos camponeses. Entretanto, estas danças populares tinham mais dignidade do que as agitadas danças folclóricas das quais se originavam.

A dança é, ao mesmo tempo, um processo cultural individual e um fenômeno social. Quando o homem separou o rito da dança, ela passou a constituir uma arte lúdica, expressiva de sentimentos e emoções, transmitida

através de dois elementos que tinham em comum a arte dramática: o movimento e o gesto.

“Uma das formas mais harmônicas e perfeitas de se desenvolver o corpo é através da arte da ‘dança’. Desde que o homem surgiu que, mesmo de forma rudimentar, ele dança. Seja para o seu deus, seja para atrair a chuva, para saudar o sol ou espantar os maus fluídos: o homem dança” (LEAL, 1998).

3 DANÇA: CORPO-MOVIMENTO, IMAGEM CORPORAL E EXPRESSÃO CORPORAL

Whiting (1975), fala sobre as relações corpo e movimento e de sua importância. Diz ele que:

“O homem em movimento é um organismo multifatorial. Estes fatores interferem dentro do homem, entre as pessoas e na relação do homem com o meio ambiente. Seja qual for a posição de que adote sobre a organização hierárquica destes fatores e suas inter relações que determinam as características do movimento observado, eles participam juntos no sistema interativo do homem e seu meio ambiente. As dicotomias mente-corpo, arte-ciência, indivíduo-social no estudo do homem em movimento, embora tenham contribuído para a construção do movimento também tem criado obstáculos para seu pleno desenvolvimento”.

Para analisar corpo-movimento é necessário estudar as características históricas da vida em sociedade, as condições, os meios e as formas de sua existência social, econômica e cultural.

“A reflexão sobre o corpo, movimento, remete-nos ao processo histórico que a produz, enquanto fenômeno cultural, bem como as relações de poder

bem como ao confronto de interesses que ocorrem na sociedade, e que irão influenciar em sua significação” (SIEBERT, 1994).

Além do corpo e da alma, além do dualismo, das dicotomias, das cisões, das tensões, dos dogmas, das ideologias, o corpo é caminho real para chegar à alma. Não existe outra entrada, outra conversão, outra inteireza: só o corpo leva à alma e ao mais humanamente divino de nós mesmos.

“O corpo vive, pensa, sonha, trabalha e brinca. Ele não é um simples objeto, circunscrito aos limites inteligíveis, impostos pelos modelos epistemológicos do enfrentamento do sujeito e objeto. A inteligência possui constrói como corporeidade; talvez, mais radicalmente dito, a corporeidade possui faz inteligente” (SANTIN, 1987).

E salta triplamente mais longe:

“A corporeidade é a construção espaço-temporal do mundo da vida humana com todas as suas possibilidades e dimensões do homem; mas apesar deste primeiro impacto, ela revela o poder criador do homem dentro de um poder evolutivo e dialético. O corpo vive, está além do pensamento analítico, acima do dualismo e liberto das lógicas das ciências positivas”.

Para Santin (1987),

“corpo lúdico é o das crianças que fazem coisas não produtivas. O corpo lúdico é o velho que faz coisas não produtivas, mas carregadas do significado de uma vida vivida e que o desejo possui eternizar livremente com a força de quem começa a espiritualizar sua própria vivência”.

O homem se movimenta a fim de satisfazer uma necessidade. De acordo com Laban (1987):

“O movimento é resultado, ou da busca de um objeto dotado de valor ou da condição mental; suas formas e ritmo mostram a atitude da pessoa que se move numa determinada situação, pode tanto caracterizar o estado de espírito e uma reação, como atributos mais constantes da personalidade”.

Para Bossu (1979), “(...) expressar-se através do corpo significa projetar a imagem de si”. O corpo fala! Através dele, a pessoa se expressa e informa os seus sentimentos; fala através do corpo, exterioriza sua personalidade. O movimento é o elemento de construção dessa personalidade e do desenvolvimento motor do ser humano, merecendo ser observado com maior compreensão. Sinaliza-se que muitas vezes o corpo não se expressa de forma natural, devido o sistema que o reprime e acentua que:

“É necessário mostrar de que maneira o corpo se vê reprimido e atrofiado em nossa civilização tecnológica, (...) a ponto de já não ser nosso corpo que determina o seu espaço próprio, sendo-lhe este imposto pelas modalidades de vida contemporâneas. O trabalho de expressão corporal recorre dimensão dinâmica do jogo. O trabalho corporal restaura a liberdade original do corpo, que é levada a adaptar seu espaço próprio e também descobrir e orientar o espaço alheio. Sendo assim, é através do nosso corpo que é incessantemente determinado nas situações temporais e espaciais em que se encontra o corpo, inclui todas as formas de dinamismo vital”.

É através do corpo, que são incessantemente determinadas as situações temporais e espaciais em que ele se encontra, incluindo todas as formas de dinamismo vital.

Aranha (1986), observa que:

“Se o corpo não é coisa, nem obstáculo, mas é parte integrante da totalidade do ser humano, que corpo não é coisa que eu tenho, mas eu sou meu corpo. Ao estabelecer o contato com a pessoa, eu me relevo pelos gestos, atitudes, mímica, olhar, enfim, pelas manifestações corporais. Mas, ao observar o

movimento de alguém, não vejo como um simples movimento mecânico, como se fosse uma máquina. Eu vejo como um sujeito cujo movimento é gesto expressivo. Portanto, gesto nunca é apenas corporal: ele é significativo e me remete imediatamente à interioridade do sujeito”.

Steiner (1984), define imagem corporal como sendo “a figuração do nosso corpo que é formada em nossa mente, ou seja, o modo pelo qual se apresenta para nós”.

Seria a imagem que faríamos do nosso corpo, com ele apresenta para nós mesmos.

“Cada indivíduo fala, move, pensa e sente modos diferentes, de acordo com a imagem que tenha construído de si mesmo. Para mudar o modo de ação, este deve mudar a imagem própria que está dentro dele” (STEINER, 1984).

A idéia acima mencionada, quer dizer que cada um tem sua bagagem cultural de movimentos construídos ao longo do tempo e individualizados, por isso, cada pessoa constrói sua auto-imagem, suscetível à mudanças.

Bossu (1979), entendeu a imagem do corpo como uma transposição de um dado perceptivo do cotidiano.

A imagem corporal seria a imagem que se faz do próprio corpo (fantasia ou sonho). O modo pelo qual o corpo se apresenta a cada um. A partir desse significado, sabe-se que a imagem corporal possui um sentido de reflexo ou cópia da realidade.

É importante que cada indivíduo melhore sua imagem corporal, para estimular as atitudes em relação a si mesmo.

“Uma auto-imagem completa envolve plena consciência de todas as articulações da estrutura dos esqueletos, bem como da superfície inteira do corpo; esta é uma condição ideal e conseqüentemente rara” (FELDENKRAIS, 1985).

Para Laban (1978), “o corpo é nosso instrumento de expressão por via do movimento”. Por este motivo a Educação Física pode, e deve, utilizar a expressão corporal como instrumento para alcançar um fim, que é o de educar utilizando o movimento.

Não existe vida sem movimento; o indivíduo tem que descobrir e explorar seu corpo e tudo o que está à sua volta, para que se desenvolva como um todo e os profissionais de Educação Física tem que instruir, orientar os educandos para que isto ocorra. Desta forma, é preciso que entenda os corpos humanos de forma individualizada, devido às diferenças existentes em cada indivíduo; dever saber lidar com estas diferenças, “precisa compreender construir conhecimentos sobre a essência cultural destas diferentes linguagens que se manifestam nas mais diversas formas” (BRUHNS, 1992).

Através do movimento, jogos e brincadeiras, a pessoa cria e adquire conhecimentos. Através do prazer de exprimir-se a pessoa encontra-se, socializa-se e descobre a sua individualidade diante de um grupo. Percebe-se que o movimento é muito mais do que biológico e fisiológico: o movimento é dinâmico e envolve o ser integral.

O exercício físico proporciona ao idoso uma vida saudável, garantindo-lhe espaço social e cultural, permitindo-lhe redescobrir valores e sentimentos, como o da auto-estima. O exercício é fundamental para garantir a sobrevivência animal, inclusive a humana (busca de alimentos, defesa, comunicação). Muitos animais, além do homem, se comunicam através da execução de movimentos.

A função motora, presente desde a concepção, prolonga-se durante a vida do homem. O movimento é satisfação fundamental do desenvolvimento, possibilitando seu relacionamento com o mundo, característica inerente da condição humana.

Segundo Gandara (1986),

“Para a aquisição do domínio do corpo a criança necessita conhecê-lo e, para tal, experienciá-lo e a relação em si mesma, em relação aos outros e aos objetos que a rodeiam, dentro do contexto, espaço e tempo; então ele vai conhecer suas capacidades e

limitações, saber que é capaz, ter consciência de si e assim terá possibilidades de desenvolvimento e crescer”.

“Se um movimento é vivenciado profunda e conscientemente, ele nos passa a nos pertencer e a nos identificar” (CUNHA, 1992).

Desde a primeira infância, o homem descobre as infinitas possibilidades de moldar seu corpo conforme a sua vontade. Em seus folguedos diários, as crianças utilizam-se de marchas, saltitos, grandes saltos, pequenos giros, equilíbrios, corridas, quedas, rolamentos, torções e outras tantas possibilidades motrizes. Quando esses movimentos são realizados sem uma previsão ordenada, tomam o nome de espontâneos.

Para Laban (1978), o movimento é algo inerente do ser humano, com uma influência global sobre a personalidade do ser humano.

Bossu (1979) comenta:

“um movimento expressivo é sempre vivido num presente que orienta a ele próprio seus horizontes de pretensão porvir e de ‘retensão-passado’, ou seja, quando nos movimentamos nos criamos relacionamentos mutáveis com alguma coisa”.

A afirmação da identidade cultural é realização de um ato liberador e o instrumento privilegiado do pleno desenvolvimento dos indivíduos e do progresso harmonioso da sociedade.

Através do movimento se projeta a essência criadora do corpo; revelam-se o mundo imaginário, os sentimentos, os valores, os símbolos. A obra de arte configurada nessa ótica se converte em testemunho do ser, ou seja, da identidade.

Um trabalho com a dança levará o indivíduo a um conhecimento pleno do seu “eu” e com o mundo onde vive.

O contato com o fato artístico, o som, a música, o movimento, a dança, as artes plásticas, são elementos que nutrem as vivências e a conduta pessoal.

Como nos lembra Laban (1978), a dança usa o movimento como uma linguagem poética, onde os sentimentos, sensações e estado de espírito são desvelados pelas ações corporais. Tendo chance de vivenciar a dança e tudo o que nela está inserido, principalmente a relação artística e sensível do corpo com o mundo, pode-se dizer que valores efetivos e sociais que conduzem-nos a sermos pessoas humanas são nas pessoas despertadas.

O ser humano possui quatro impulsos primários inseparáveis, que estão diretamente relacionados com a comunicação e que são o sentimento, o ritmo, o movimento e a expressão. Cruz (1998), afirma que:

“O ritmo é a essência do estado emocional, que por sua vez é determinado pelo sentimento, tornando-os ligados e dependentes entre si. Por outro lado, o movimento existe no ritmo e vice-versa. O sentimento leva ao movimento e isto que dizemos que o estado emocional, o ritmo e o movimento originam o impulso da expressão humana: o ser humano dança”.

A história do corpo mostra múltiplos perfis e diferentes fisionomias do corpo humano. Ele foi a prisão da psique ou da alma; o lugar do castigo e “espiação”; o estorvo para o desenvolvimento do espírito; a ponte das necessidades, apetites e paixões; a sede das funções fisiológicas e dos processos metabólicos; instrumento de trabalho e de prazer, etc. Mas, enfim, o que é corpo? A resposta é múltipla e, no fundo, cada sociedade responde segundo seu próprio projeto, pois cada cultura gera a fisionomia do corpo que lhe convém (SANTIN, 1987).

O diálogo com o corpo é a fase inicial e fundamental da comunicação do homem com o mundo. As possibilidades mecânicas do corpo humano, apesar de suas diferenças étnicas, sociais e culturais, são de formas genéricas, semelhantes. A diferença está na maneira de deixar extrapolar, fluir e vaziar o movimento através das diferentes conotações e níveis de sentimentos e emoções, técnicas, escolas e estilos diretamente ligados ao contexto sócio-cultural. Sendo humano, ele é social e culturalmente construído, e deve ser percebido em sua totalidade, como resultante de interação e seus

componentes biofisiológicos e sócio-culturais e, portanto, dentro de uma visão antropológica. Revestindo-se, pois, dessa dimensão humana, o movimento representa um fato de cultura, ao mesmo tempo em que se apresenta como fator de cultura.

Este corpo também se relaciona, cria, vibra, sofre repressões percebe seu ritmo interno, possibilita todo seu ser com o veículo de expressão.

O ser humano sempre se movimenta de forma simbólica e expressiva, daí a afirmação de Medina (1987):

“A motricidade humana traz consigo toda uma significação de nossa existência. Há uma extrema coerência entre o que somos, pensamos, acreditamos ou sentimos, e aquilo que expressamos através de pequenos gestos, atitudes, posturas ou movimentos mais amplos”.

Este movimento integra uma totalidade, compreendendo não só o ato motor, como muitas vezes é entendido pela Educação Física, mas toda e qualquer ação humana, que vai desde a expressão dos sentimentos até o gesto mecânico. Não é apenas o corpo que entra em ação pelo fenômeno do movimento, mas é o homem todo que age, que se movimenta.

Segundo Cagigal (1979), a antropologia identifica a cultura física em duas realidades: o corpo e o movimento, fatores primordiais da vida do ser humano. É no esquema “em, com, desde e através” do corpo, que ele tem gerado todos os seus movimentos com os mais variados fins, que vão desde a mais primitiva forma de expressão até as formas lúdicas e competitivas, através das quais pode ganhar batalhas, provar sua força laboral ou simplesmente satisfazer sua vontade de movimentar-se.

Na definição de Stokoe (1987), “o corpo é o primeiro momento da experiência humana, o sujeito, antes de ser um ser que conhece, é um ser que vive e sente”.

Comenta Laban (1978), “o corpo é nosso instrumento de expressão por via do movimento; é através do corpo que me engajo diante da

realidade de diversas maneiras possíveis: por meio de trabalho, da arte, do amor, do sexo, da ação em geral”.

A referência ao corpo vê o quanto as crianças sabem e exploram seu próprio corpo.

Um processo semelhante é o dos idosos: buscar novas experiências. E a dança parece ser a motivação e interesse em estar vivo, e principalmente feliz!

Ao estudar a imagem do corpo, deve-se encarar o problema psicológico central da relação que guarda as impressões de nossos sentidos com nossos movimentos e com a motricidade em geral. Quando se percebe ou se imagina um objeto, ou quando se constrói a percepção de um objeto, não agimos como um mero aparelho receptor, mas sempre existe uma personalidade que experimenta a percepção. Será sempre um modo peculiar de perceber.

Para ir ao encontro da linguagem do corpo é preciso desenvolver todas as possibilidades do movimento corporal, o que exige a descoberta do próprio corpo pela via da sua sensibilização, vivência e conscientização, ou seja, perceber os aspectos físicos psíquicos do corpo e suas inter-relações.

O corpo não é apenas um veículo. Constitui o principal modo de percepção e expressão do indivíduo.

O homem está constituído por uma mente que pensa, uma alma que sente e um corpo que expressa esse todo.

O corpo humano, como problema e objeto de estudo de diferentes campos do conhecimento, é produto da modernidade. Entretanto, a natureza do problema que determinados campos do conhecimento se colocam para investigar o corpo humano, implica uma condição básica, o homem (a quem esse corpo se entrega), precisa estar vivo em condições de manter esta condição vital.

Segundo Santin (1987):

“Pela expressividade os movimentos se constituem em linguagem. Uma linguagem que identifica o movimento pelo seu significado. Por exemplo: O

movimento do gesto e o seu significado são inseparáveis. Da mesma maneira como é impossível separar a melodia da sonata dos sons que a produzem. O movimento é uma maneira do homem estar presente, uma presença para si e para os outros”.

O corpo revela seus pensamentos, emoções pela aparência, movimentos, expressões, postura corporal e transforma suportes individuais em signos sociais. O corpo demonstra ainda o que se é representado diante de uma sociedade.

Para entender o corpo, tem-se que analisá-lo como um todo. A especificidade, o raciocínio lógico formal e particularizado, bloqueia a compreensão do universo. O corpo do povo é usado pela classe dominante, é um corpo dominado impedido de se expressar, em função dessa dominação.

Wells (1986), diz que o corpo fala, e que a postura é fundamental para o indivíduo; nessa expressão os movimentos falam; enfim o corpo inteiro se manifesta e se expressa. Se a pessoa está triste não precisa dizer, pois, o próprio corpo demonstra.

Observou-se que o corpo é capaz de transmitir e expressar muito mais do que qualquer outro veículo de comunicação.

Stokoe (1987), define:

“A expressão corporal é uma conduta espontânea pré-existente, tanto no sentido ontogenético como filogenético, é uma linguagem através da qual o ser humano expressa sensações, emoções, sentimentos e pensamentos com o seu corpo, integrando-o, assim, às suas outras linguagens expressivas como a fala e a escrita. A linguagem da expressão corporal se manifesta, e é percebida nos diversos níveis simultâneos, pois quer alcançar a integração das áreas físicas, afetivas e intelectuais do ser humano. É uma forma que o indivíduo tem de transformar seu espaço corporal. Pode-se dizer que a expressão corporal tem como objetivo fazer que o indivíduo estimule e amplie o seu modo de comunicação, tornando seu corpo fonte de expressão”.

A história do homem está ativamente ligada aos processos de comunicação. O esforço constante de maior interação social, tornou possível ao homem passar do grunhido à palavra, da expressão a significados.

Mendes (1987), indica que são vários os mecanismos de comunicação, como a escrita, a linguagem, a fala, os gestos, o silêncio e a expressão corporal. Ao estudarmos o comportamento do ser humano em geral, notamos que os movimentos, ações e gestos, comunicam múltiplas mensagens voluntárias e involuntárias. A expressão corporal, ou comunicação não verbal, realiza-se por meio de movimentos corporais: mímicas, olhar, postura, dentre outros.

Bolsanello (1991), comenta:

“Nos últimos anos a linguagem corporal transformou-se numa ciência, e com isso acredita-se que a linguagem do corpo traz tantas informações, quanto à linguagem escrita ou falada”.

Através do mecanismo de expressão, o homem se eterniza e se protege, expõe-se, intera-se, isola-se, participa de seu tempo, registra-se historicamente, lança-se ao futuro, mergulha no passado.

4 HISTÓRICO DA DANÇA DE SALÃO

Os especialistas em danças medievais são praticamente unânimes em apontar que as danças de salão, que floresceram entre a nobreza européia, descendem diretamente das danças populares. Ao serem transferidas do chão de terra das aldeias para o chão de pedra dos castelos medievais, essas danças foram modificadas e divididas basicamente em três, ou seja, étnica, folclórica e teatral; deixa propositadamente de fora um quarto elo de ligação entre o segundo e o terceiro: a dança de salão.

Freitas (1998), relata que:

“O renascimento cultural dos séculos XV/XVI trouxe diversas mudanças no campo das artes, cultura, política, dentre outras. Dentro deste contexto, a dança sofreu profundas alterações que já vinham se arrastando através dos anos. Nesta época, a dança começou a ter um sentido social, isto é, agora era dançada em festas pela pobreza apenas como entretenimento e como recreação. Desde então, a dança social foi se transformando e aos poucos se tornou acessível às camadas menos privilegiadas da sociedade que já desenvolviam outro tipo de dança: as danças populares, que inevitavelmente, com estas alterações de comportamento foram se unindo às danças sociais, dando origem a muitos estilos de danças, inclusive uma nova vertente da música, dançada por casais, que mais tarde seria denominada Dança de Salão”.

A evolução da dança seguiu esse trajeto: o templo, a aldeia, a igreja, a praça, o salão e o palco. O salão inclui todas as danças que passaram a fazer parte da vida da nobreza europeia da Idade Média em diante. Onde, quando e como isso aconteceu seriam o objeto de um campo para os mais variados debates, obrigando-nos a empreender uma busca histórico-arqueológica que sempre deixaria margem para dúvidas.

A dança de salão surgiu na Inglaterra ao longo dos séculos XVIII e XIX. Inicialmente foi difundida entre a burguesia, mas as competições de dança tornaram-se populares durante os anos 20, quando foi criada em 1924 a seção de dança de salão no âmbito da Sociedade Imperial de Professores de Dança (Imperial Society of Teachers of Dancing), com a missão de normatizar a música, os passos e a técnica. A partir daí, a dança de salão foi sendo divulgada pela Europa, Ásia e América.

Antes da Primeira Guerra Mundial, Paris e Berlim eram centros de competições particulares e locais que ganharam espaço no circuito da dança. Os encontros internacionais começaram a acontecer nos anos 30 quando se estabeleceu alguma regra para a dança.

Em 1935 foi fundada em Praga a primeira Associação Internacional Amadora (FIDA), que reunia os seguintes países: Áustria, Tchecoslováquia, Dinamarca, Inglaterra, França, Alemanha, Holanda, Suíça e Iugoslávia.

Antes das Olimpíadas de Berlim em 1936, foi organizado pela FIDA o “Primeiro Campeonato”, em Bad Nauheim, na Alemanha. O campeonato reuniu 15 países de 3 Continentes, seguindo as recém instituídas regras internacionais. No entanto, a FIDA interrompeu suas atividades no início da Segunda Guerra Mundial.

Em 1957 foi fundado o International Council of Amateur Dancers – ICAD (Conselho Internacional de Dançarinos Amadores), organização que vigora atualmente. No entanto, para conseguir o reconhecimento do Comitê Olímpico Internacional, em 1990, troca seu nome para International Dance Sport Federation – IDSF (Federação Internacional de Danças Esportivas).

Em 8 de setembro de 1997, a Federação Internacional de Danças Esportivas (IDSF), é reconhecida como membro pelo Comitê Olímpico Internacional (COI).

Isso não significa que a dança de salão seja um esporte premiado com medalhas, mas que o COI reconhece a Federação Internacional de Danças Esportivas como uma autoridade para estabelecer regras técnicas e de estilo para as competições. O trabalho para tornar a dança de salão uma modalidade olímpica continua.

4.1 A chegada da dança de salão no Brasil

A dança de salão está presente no Brasil antes da vinda da família real (1860), e, após essa, se intensificou profundamente, pois trouxe toda a "cultura" da corte para o Brasil.

Em se tratando de dança de salão, a interação deve ocorrer principalmente entre o casal, a música e os outros casais. Antigamente,

segundo Rodrigues (1983), uma reunião de amigos ou festança popular, era motivo para finalizar um baile.

Segundo Cascudo (1954), foi o negro que trouxe para o Brasil a dança de roda. Com o surgimento do instrumento de sopro as danças se modificaram para valsas, fox-trots e sambas. Até meados do século XX, segundo o mesmo autor, os bailes do povo, a dança do índio e do negro eram feitas em roda. Por outro lado, os bailes da sociedade eram dançados aos pares.

Giffoni (1971), faz uma viagem histórica do desenvolvimento da dança de salão desde os tempos coloniais até os primórdios do século XX. Até 1807 (tempos coloniais), as referências da dança limitavam-se às danças religiosas.

Há algumas evidências que as “danças usuais na corte de Lisboa e transportadas para cá, eram vistas em casas de colonizadores, em Olinda e Recife” (GIFFONI, 1971). Em épocas dos vice-reis, o “minueto à portuguesa”, era encontrado em salões da cidade ou nas fazendas. Só no último quarto do século XVIII podia-se observar além do minueto, valsas figuradas e fandangos.

Com a vinda de D. João e comitiva ao Brasil, na época do Reinado (1807 – 1821), foi dado um certo impulso às reuniões sociais. No início do século XIX os bailes populares já eram tradicionais, incluindo inclusive o mestre-sala.

Com o início da Regência (1831 – 1940), a vida social no Brasil intensificou-se “Os bailes tornaram-se mais freqüentes e neles dançavam o muquirão, minueto afandangado, o solo inglês e as quadrilhas” (GIFFONI, 1971).

No começo do século XX já se encontrava bem difundida a quadrilha no Brasil, e outras danças de origem negra, vindas pela Europa. Para se ter uma idéia da provável data de difusão das danças no Brasil, a autora fixa data de penetração destas danças na Europa:

“A primeira parece ter sido o maxixe brasileiro introduzido em 1950. Seguiram-se outras cuja ordem cronológica parece ser: one-step em 1900, cake-

walk em 1903, tango argentino em 1900 ou 1915, fox-trot em 1912 e a rumba em 1926 (...). Outras danças de diversas origens divulgaram-se entre nós, destacando entre muitas a habanera, bolero, ranchera, raspa, zorba, chá-chá-cha, pata-pata, surfy, dança da batata, dança russa. De procedência nacional imperaram por longo tempo o samba, o choro, a marcha e o frevo” (GIFFONI, 1971).

Foi em janeiro de 1915 que surgiu em São Paulo a primeira escola de danças de Salão do Brasil, criada pela suíça Louise Frida Reynald Poças Leitão, que logo ficou conhecida como Madame Poças Leitão, ou apenas Madame. Ela trouxe para cá, a forma francesa de ensinar a alta sociedade. A academia existe até hoje, num processo sucessório curiosamente só com noras, e conserva o nome original: Escola de Danças e Boas Maneiras Madame Poças Leitão.

Em 1930, Madame Leitão teve uma grande sacada: ao perceber que as pessoas de famílias tradicionais praticamente só dançavam em suas casas, com os próprios parentes, resolveu juntá-las em encontros semanais. Com isso, abriu um vasto leque de sociabilidade entre elas. Foi assim que surgiram as "domingueiras", no belíssimo Palácio Trianon, na Avenida Paulista, exatamente onde hoje fica o MASP.

O termo “Dança”, que possui diferentes definições, talvez possa ser explicado por ser ele, ao mesmo tempo, muitas coisas. Dança é união, emoção, espetáculo, comunicação. Segundo Garaudy (1980), "se pudéssemos dizer certas coisas, não precisaríamos dançá-las".

5 DANÇA, RITMO, MÚSICA E A TERCEIRA IDADE

A **dança** está incluída nas atividades rítmicas na procura por esquemas de movimentos, no sentido de ritmo, sentido do movimento, sensibilidade musical, domínio de valores referente a tempo e espaço,

expressão pessoal, numa síntese de possibilidades corporais, espirituais, mentais e sociais.

O **ritmo** está em toda parte, na natureza e no agir humano. É inerente à vida, ao movimento, à expressão criadora e sempre existiu.

É explicado como a forma de fracionar o tempo. É uma cadência que se percebe nos fenômenos ou se imprime às ações.

O ritmo pode ser definido como:

“A faculdade de tomar decisão sobre a medida do tempo e de ordenar os movimentos seguindo este princípio é formulado como se relaciona um movimento fisiológico com um movimento motor voluntário” (GANDARA, 1986).

Pode-se dizer que existem dois tipos de ritmo: a) os naturais, que são os ritmos vitais dos seres vivos, e os ritmos espontâneos do universo e; b) os construídos, que são os ritmos que os homens criam.

Certamente, um dos mistérios com os quais se deparou o homem primitivo foi o da existência do ritmo universal. Todo o mundo que o rodeava era uma constante seqüência de ritmos e de fenômenos que se desenvolviam ritmicamente. Na sua imensa fonte de magia e encantamento, o ritmo produz uma ação verdadeiramente misteriosa sobre a natureza humana.

Ritmo é a marcação dos movimentos para a dança, ou melhor, a acomodação entre movimentos e o compasso da música. O ritmo se apresenta em tudo na natureza; tudo tem ritmo nos movimentos; até mesmo o cair de uma folha.

Considerando as diferentes manifestações do ritmo na vida humana, o conceito de ritmo pode ser compreendido sobre duas perspectivas. Numa perspectiva individual o ritmo é entendido através da relação do ser humano com ele mesmo e com o meio ambiente, enfatizando, principalmente os ritmos motor, psicológico e biológico. Numa perspectiva grupal, alguns estudos se referem ao ritmo do movimento dentro do fenômeno das relações entre humanos.

O ritmo está em tudo. Está na respiração humana, na circulação, no nome, na maneira de movimentar, falar, dormir, amar, comer. Cada movimento executado no espaço tem a ver com o ritmo pessoal. Cada pessoa tem uma maneira diferente de mover-se. Há no ritmo aspecto pessoal, e um coletivo, em ambos há sempre criatividade do praticante.

De acordo com Meinel (1987), cada indivíduo tem seu ritmo individual próprio. Esse ritmo configura-se pela duração entre cada contração e descontração muscular, cujo encadeamento forma a unidade do ritmo. Essa unidade é diferente de indivíduo para indivíduo, porque depende de vários fatores, tais como, constituição física, idade, hereditariedade, caráter.

Cada movimento executado no espaço, mesmo sem auxílio da música, tem seu ritmo. Sem ritmo não se pode desenvolver nenhum movimento, pois ele seria a base indutora da produção dos movimentos. Assim, o ritmo está na base de todos os fenômenos.

O ritmo cultural de grupo ou coletivo é estabelecido na especificidade das comunicações de grupos humanos em determinados lugares e épocas, retratando os diferentes estilos de vida. Por exemplo, as danças regionais russas, caracterizadas por movimentos extremamente rápidos e lentos, parecem retratar, dentre outro aspecto, as condições climáticas vividas por esse povo. O estilo rítmico cultural particular de cada grupo cultural fica evidenciado, ainda, quando estudamos os gestos e as relações humanas e dos humanos com os animais e a natureza (PINTO, 1991).

Na história da cultura humana destacam-se as atividades coletivas em que há reunião de força individual para o alcance de metas comuns, traduzindo-se o ritmo grupal. Quando várias pessoas reúnem suas forças individuais em um ritmo unificado, com movimentos idênticos ou similares, acontece o ritmo de grupo (HOFMANN, 1987).

Segundo Saur (1980),

“o ritmo foi, sem dúvida, bem mais explorado pelos povos primitivos, pois a organização sonora é um sistema mais complexo e requer uma maior seleção de valores estéticos que não tinham. O ritmo se desenvolveu mais rapidamente do que o som,

devido às próprias condições de manufatura de seus instrumentos de percussão. O ritmo foi sempre usado pelos primitivos como elemento de ligação entre a dança e a palavra, já que a arte daqueles tempos era tribal, de função mágica e visava o bem de todos e nunca o despertar de um brilho individualista”.

Em se tratando de música, o ritmo é a combinação de valores dispostos em determinada ordem, que define o gênero ou estilo da música (GANDARA, 1986).

O desenvolvimento do ritmo é importante para a vida humana, desde o nascimento até a velhice. Sem ritmo não se podem desenvolver classes de movimentos, pois ele é a base indutora para produzir todos os movimentos na vida de um indivíduo.

Cada movimento tem um caráter de continuidade e ritmo. Assim, esses dois aspectos fundamentais são necessários à compreensão do movimento humano.

Ao falar de ritmo não poderia deixar de relacioná-lo com a dança, instrumento pelo qual pode se desenvolver o ritmo. A dança está sempre integrada ao ritmo. Esse deve ser desenvolvido nas suas mais diferentes formas, para que o ritmo torne-se mais significativo.

As capacidades físicas mais desenvolvidas com a dança junto do ritmo, que é de vital importância para as pessoas, são: a flexibilidade e a agilidade. As destrezas motoras, tanto simples como complexas, devem ser bastante trabalhadas, pois são elas que demonstram o domínio adquirido na dança que está integrada ao ritmo.

Considerando a destreza como uma qualidade física mais complexa, podendo ser considerada como uma superposição harmônica de ritmos e de elementos rítmicos, bem selecionados, bem filtrados. Então, o ritmo desempenha um papel estético, pois é de base da proporção.

O ritmo também está presente na concepção de que cada movimento tem um caráter contínuo e rítmico. Esta concepção chama a atenção aos dois conceitos fundamentais, necessários à compreensão do

movimento humano: o ritmo e a continuidade. Torna-se mister, pois, desenvolver o ritmo e conhecer sua influência na movimentação humana.

Segundo Fux (1983), “a **música** é tida como elemento mobilizador para a expressão do corpo”. A autora comenta que não é possível compreender a música sem a experiência de mover o corpo; o corpo é estimulado pela música e produz imagens que se comunicam entre si, respondendo à totalidade, ou, seja, a música é uma estrutura que se dá em forma global. O movimento liberado pode refletir a complexidade musical.

A civilização grega, seguindo os ensinamentos da antiga sabedoria, com os conhecimentos adquiridos a partir de Pitágoras, acreditava que:

“A boa música... se achava em sintonia com o ritmo da vida. Estava em harmonia com o macrocosmo e harmonizava-se também com as atividades fisiológicas do homem saudável. A boa música respirava o homem cujo o corpo respirava saúde, recolocando-o em harmonia com a divina harmonia”
(IDLA, 1972).

Nos estudos de Gandara (1986), sobre a importância do ritmo, a autora relata que: a música num sentido mais amplo do que é dado pelo significado moderno, fazia parte do currículo grego. ‘Ginástica para o corpo, música para a alma’. Era o conceito da educação grega.

Nas escolas de música é que o ateniense, desde a madrugada até o por do sol, despendia a maior parte do tempo.

Para Martinho Lutero (1483 - 1546), a música é uma disciplina que torna as pessoas mais pacientes e mais doces, mais modestas e mais razoáveis. É um dom de Deus e não dos homens.

Analisando as antigas civilizações, podemos observar com muita facilidade a penetração que houve, ou melhor, que receberam da música; portanto, acredita-se que estas civilizações antigas obtinham algo importante e fundamental na música. A música tinha o poder de unir e desunir civilizações, de influenciar na formação do caráter, entre outras coisas. Naquela época, acreditava-se que o tipo de música tocada numa determinada civilização

determinava a maneira de ser de seu povo. Por exemplo, se a música tocada fosse romântica para guerreiros, assim seriam seus povos: românticos, amantes ou guerreiros (IDLA, 1972).

Embora, mesmo havendo esse progresso com relação à música, não podemos deixar de relatar que, assim, a música é capaz de causar reações diversas no indivíduo.

“A música tem um poder muito grande, podendo até afetar a saúde do corpo físico, porém, com relação a tudo isso o que mais vale é o seu efeito moral. Mas, será a música um instrumento de relaxamento? A boa música tem por escopo expandir-nos a consciência e uma atividade dessa natureza exige de nós tanto um estado de relaxação quanto uma atitude precisa de tensão criativa” (IDLA, 1972).

Algumas músicas podem despertar emoções temporárias ou não, como religiosidade, patriotismo, rebeliões, dentre outras.

Música é expressão para sentimentos, induzindo imagens e movimentos afetivos, transcendendo o poder significante das palavras e mexendo com o nosso tempo, espaço e movimento psíquico.

A música tem papel vital na expressão corporal, do ser humano, pois oferece estímulos adequados que os levam ao limite máximo de rendimento físico e à riqueza expressiva.

Com relação à dança de salão, a música tem um papel de muita importância, pois, com isso, as pessoas irão realizar sua atividade, ou seja, a sua dança conforme o ritmo encontrado, proporcionando os mais variados prazeres aos participantes.

E como reflexão é importante deixar de lado aquela visão paternalista que infantiliza o idoso e passar a encará-lo como um ser produtivo e que deve contribuir com a sociedade em que vive.

Deutsch (1997), relata que:

“A música e a dança por ser uma linguagem universal, em que não há pudores ao que se refere a estilos e épocas, onde há somente uma

preocupação rítmica e emocional, vem colaborando com o velho para vencer alguns obstáculos sociais, emocionais e físicos”.

6 DANÇA DE SALÃO E TERCEIRA IDADE

Entre os vários tipos de dança, um dos estilos que tem como qualidade, permitir a participação de grande número de pessoas de quase todas as faixas etárias, proporcionando uma grande integração entre as pessoas, sem necessariamente, cobrar uma beleza estética, é a dança de salão.

Para Gonzaga (1996), a dança de salão é uma das artes corporais mais completas, pois, além de interpretar a música, você está dançando com outra pessoa; sendo assim, além de você ter que dançar bem, seu par também deverá.

Hoghe (1988), relata que “a dança de salão é talvez uma chave para a ternura e uma tentativa de chegar mais próximo de si mesmo e dos outros”.

Segundo Volp (1994), a dança de salão é uma modalidade de dança, onde os dançarinos, aos pares, sincronizam passos e figuras ao som de música, mantendo-se dentro das normas sociais em relação ao contato entre eles e com os outros pares de salão. Quando nos deparamos com uma nova situação, que até então não havíamos pronunciado, é que nosso cérebro mantém domínio sobre todos os movimentos que esta ação exige; temos então, que tentar executá-los com clareza e exatidão. É uma forma de comunicação, nós falamos com o nosso parceiro através dos movimentos.

Para Freitas (1998), a dança de salão pode nos proporcionar um conhecimento mais profundo de nossos corpos: seus limites, a beleza de seus movimentos, a alegria da expressão corporal. Cada passo é uma extensão de nosso corpo, pois transmite nossas sensações diante de alguma música, nossa reação está diretamente ligada à emoção que a música nos causa. Nosso

corpo tende a se expressar mais lentamente em momentos que estamos tristes, nossos movimentos parecem expandir a tristeza que sentimos para o ambiente em que estamos; por outro lado, quando estamos alegres, expressamos tal situação em movimentos alegres e descontraídos, contagiando o ambiente e as pessoas que estão à nossa volta.

Segundo Barreto (1992), quando algumas pessoas imaginam-se idosas, o movimento surge como sinônimo de saúde. Enfatiza o autor que, para muitos idosos, o corpo e o movimento são entendidos como reflexo de si, sempre presente, “enquanto se está vivo, o movimento existe”. O movimento é importante como um incentivo à uma melhor qualidade de vida.

Fraiman (1994), afirma que “somente uma longevidade ‘ativa’ possui êxito. O movimento, como uma concepção de ser no mundo, permite ao idoso enfrentar a passagem do tempo de trabalho para o tempo livre”.

Quanto mais o idoso movimenta-se, mais percebe a si próprio. E as atividades, pelas quais movimenta-se, refletem a sua concepção de vida. O movimento do idoso reflete o seu próprio ser.

O sujeito é um projeto por estar sempre se transformando e, conseqüentemente, sempre realizando algo. A sua existência advém da motricidade, do movimento, da atividade corporal. O movimento permite ao indivíduo “ser” parte do mundo e relacionar-se com este, ou seja, “atuar”, menciona Wells (1986).

Como pode ser visto, a dança de salão traz uma bagagem cultural e histórica desde o século passado. Apesar de muitas modificações até os dias atuais, ela ainda é difundida principalmente nos bailes da terceira idade.

Com a evolução foram introduzidas várias danças; entre elas algumas se destacam mais nos bailes de hoje como: valsa, bolero, samba, vanerão, xote, tango e lambada, sendo que estas duas últimas são menos destacadas.

Valsa:

A valsa é um ritmo executado em bailes de formatura, bailes para debutantes, onde jovens comemoram 15 anos de idade participando do seu

primeiro baile. Embora haja divergência quanto à sua origem, consta que a dança é de origem européia, mais propriamente da Alemanha. Seu surgimento provém do antigo minueto e foi enriquecido por temas nacionais. A valsa é tida como a mãe das danças de salão, pelo fato de ser a primeira dança de salão onde os pares se abraçam firmemente.

Bolero:

Um ritmo muito apreciado pelas pessoas, o bolero teve seu auge no Brasil nos anos 45 a 50. O bolero é de origem espanhola e quando chegou à América sofreu influências cubanas. O enredo de suas músicas falando de amor, romance e carinho, foi de grande valor para o seu êxito. Atualmente, o bolero é executado principalmente em bailes com orquestra ao vivo, reuniões de grupos da chamada terceira idade.

Tango:

Segundo consta, o tango é de origem Argentina e espalhou-se inicialmente pela Europa, principalmente na França. Foi bastante criticado como sendo dança perniciosa, imoral. De fato há algo de “exótico” no tango, que fez da Argentina um país tão conhecido como nenhuma empresa de propaganda o faria. Sofreu várias modificações deixando a dança um tanto quanto complicada, devido suas inúmeras figuras, onde é necessário ter certas agilidades, principalmente nas pernas.

Samba:

O samba subdivide-se em vários outros ritmos, uns mais calmos, outros mais agitados. A exemplo dessas divisões, pode-se citar o samba canção, o samba de breque, o pagode e outros. Sua coreografia é de passos simples, assemelhando-se à rumba. Embora a influência negra seja marcante, são encontrados vestígios de fox-trot e da rumba em seu ritmo. Segundo consta, o samba surgiu da batucada que os negros faziam quando saíam do campo e iam para a cidade para eventuais festas, vindo se urbanizar no ano de 1917 aproximadamente. O samba é expressão da música brasileira, deixando alguns compositores famosos internacionalmente. Desenvolve-se em ritmo verdadeiramente tropical e é caracterizado pelo remelexo, pelo requebrar e pela graça em que é executado, principalmente pelas mulatas brasileiras.

Vanerão:

Uma das várias danças típicas gaúchas, o vanerão se tornou sucesso por todo o Brasil, através de seus compositores e músicos. É um dos ritmos mais executados em salão onde se tocam ritmos gaúchos.

Xote:

É uma dança de salão que muito tem em comum com o samba. Porém, já se destaca por um ritmo próprio.

Um ritmo muito apreciado, o xote vem ocupando seu espaço, e cada vez mais conquistando apreciadores. É possível encontrar diferenças tanto na música como na dança, na região norte e sul do país. No Norte e Nordeste a dança é mais puladinha, no sul ela é mais arrastada.

Lambada:

A lambada tem uma origem não muito conhecida, pois, sofreu influências de várias regiões durante sua existência. No Brasil Centro-Norte é originária da América Central misturando-se com alguns ritmos já existentes, chegando ao Nordeste, mais propriamente em Porto Seguro, onde os nativos deram uma nova roupagem, deixando-a mais “louca”, mais solta. Atingiu seu auge no Sudeste no final dos anos 80 e início dos anos 90, com o grande auxílio da mídia.

Na lambada os corpos do casal devem estar juntos e o balancear do quadril deve marcar o ritmo da dança. Quando mais solto e à vontade for os movimentos, mais perfeita sai a dança.

A dança está presente na terceira idade, nos populares bailes dos “veteranos” e o estilo que tem mais aceitação por eles é a Dança de Salão. Ela ocupa, há muito tempo, papel importante na vida do idoso e na busca de um companheiro. Os bailes passaram a ocupar lugares compensatórios para a falta de companhia das pessoas, companheiros antigos de trabalho, amigos, cônjuges. Nele, o idoso encontra o companheiro para conversar, os parceiros de dança e até mesmo possíveis namorados. As relações que são estabelecidas nos bailes são quase imediatas, principalmente pelos amantes da dança.

Para Martins (1997),

“Através dos bailes as relações afetivo-sexuais da terceira idade configuram-se como um desafio, ao proporcionarem o primeiro passo no contato entre os pares, ou seja, as pessoas quando estão envolvidas em um relacionamento íntimo e afetivo, têm um estado emocional mais saudável”.

Segundo o depoimento de um dos entrevistados na pesquisa: “A gente sente que a angústia produzida pela idade e pela falta de movimento entra em outra etapa através da dança, fazem com que eu me sinta mais confiante, seguro e a tristeza se transforma em alegria e prazer”.

Berger & McInman (1993), apud Okuma (1998), relatam que:

“Alguns estudiosos têm tentado analisar experiências subjetivas de bem-estar, decorrentes do envolvimento do indivíduo com as atividades de lazer, as quais são nomeadas ‘momentos de pico’. Estas incluem uma variedade de estados ou experiências de fluidez, ou seja, emoções que estão presentes em determinados momentos ou situações das atividades de lazer, caracterizadas por extrema satisfação, grande exaltação, realizações notáveis, alegria ou outra variedade de sensações e/ou comportamentos. A plenitude e a profundidade de tais situações podem ser extremamente intensas”.

Através de uma conscientização do corpo e mente, o idoso tem a oportunidade de, uma forma recreativa, viver o movimento, e redescobre seu próprio corpo, suas capacidades e habilidades motoras.

CAPÍTULO IV

METODOLOGIA ADOTADA NA PESQUISA

A parte empírica desta pesquisa desenvolveu-se tendo como pressuposto a afirmação de Ludke (1992):

“Inspirando-me na raiz grega do termo método, que evoca caminho, e atentando para a evolução da própria concepção de metodologia, que hoje se preocupa muito mais com o percurso que levará o pesquisador à construção do conhecimento do seu objeto de estudo, do que com as regras que ele deverá seguir, gostaria de compartilhar com os colegas as lições de seu caminho feliz de pesquisa”.

Igualmente teve-se sempre presente que:

“Enquanto conjunto de técnicas, a metodologia deve dispor de um instrumental claro, coerente, elaborado, capaz de encaminhar os impasses teóricos para o desafio da prática” (MINAYO, 1994).

Esta pesquisa, por uma abordagem descritivo-interpretativa, procurou levantar e compreender os motivos da preferência por uma forma de atividade (a dança de salão), pelos freqüentadores do Clube Dona Dalila existente na cidade de Presidente Prudente – SP.

Levantar significa buscar quais e quantos são os motivos dados à preferência pelo baile para se proceder a uma descrição. Significa arrolar as razões apontadas pelos idosos para valorizarem o baile, organizando-as em categorias. Compreender significa elaborar conhecimento totalizante, amplo, não pontual, no sentido de aprofundamento e da amplitude de um problema.

De acordo com Van Dalen & Meyer (1971), a investigação descritivo-interpretativa não se limita a uma mera coleta de dados ou à

elaboração de uma relação deles. O seu objetivo é prever e identificar as relações que existem entre duas ou mais variáveis.

Na área de ciências humanas, muitos fenômenos existem que não são observáveis diretamente, os quais só poderão ser inferidos a partir de comportamento ou da linguagem.

Segundo Van Dalen & Meyer (1971),

“A ansiedade, a motivação, a frustração e o conhecimento são elementos conceituais que foram criados para designar algo que está dentro de nós. Só poderemos relacionar tais fenômenos com referências empíricas, mediante raciocínios lógicos. A fim de estabelecer estes raciocínios, o investigador pode determinar com precisão que aspectos medirá e de que modo o fará, buscando formular inferências sobre as características coletadas”.

Os objetivos visados nesta pesquisa foram:

- proceder levantamento e buscar a compreensão dos motivos que levam idosos da cidade de Presidente Prudente – SP, a terem preferência pela dança de salão (bailes);
- oportunizar reflexão sobre a velhice, enquanto momento de vida, desmistificando a idéia de que é preciso defender-se dela, ao invés de vivenciá-la de forma sadia;
- aprofundar questões relacionadas aos processos biopsicossociais e estruturais do envelhecimento, “o viver dos idosos” e discutir, analisar, produzir e intercambiar um saber relacionado à terceira idade;
- oferecer dados, estatísticos e operacionais, às instituições e aos programas que lidam com o problema.

Este estudo desenvolveu-se em três momentos principais, que quase sempre se sobrepuseram.

O primeiro deles compreendeu o levantamento bibliográfico que permitiu precisar o problema e estabelecer um quadro teórico, que possibilitou destacar os pontos críticos a serem investigados, além dos critérios de análise dos dados obtidos. Procurou-se enfocar os aspectos que, segundo o

levantamento bibliográfico e o objetivo da pesquisa, fossem relevantes ao estudo e que pudessem fornecer elementos básicos para o primeiro diagnóstico da situação, sem pretender esgotá-lo, a partir do qual, novos elementos puderam ser incluídos a seu tempo.

Os aspectos essenciais estudados foram:

a) o perfil do idoso, das pessoas que entram na chamada “terceira idade”, com suas características, alterações funcionais, necessidades físicas, mentais, intelectuais, sociais e seus direitos;

b) o conceito de dança; o conceito de dança de salão; o conceito de bailes; o universo da dança como uma atividade física que pode levar ao prazer e satisfação;

c) qualidade de vida e globalização: o conceito de lazer (dança) e os programas para a terceira idade.

A segunda fase constituiu-se na determinação dos sujeitos e da área de estudo propriamente ditos, envolvendo os idosos freqüentadores e organizadores dos bailes.

A população definida para a realização do estudo constituiu-se de idosos que participam dos bailes populares organizados pelo Clube “Dona Dalila”, subsidiado pela Prefeitura Municipal de Presidente Prudente, juntamente com a Secretaria dos Esportes e Bem-Estar Social.

Justifica-se a escolha desta cidade para coleta de dados devido à estruturação que o Clube “Dona Dalila” possui, ou seja, os bailes são realizados neste clube porque concentra e organiza os bailes dos quais participam idosos de outros núcleos da cidade e região.

Os bailes são realizados em um salão grande, há mais de oito anos, duas vezes durante a semana (quintas-feiras e sábados), no período das 14:00 às 19:00 horas. O número dos freqüentadores por baile é de aproximadamente 200 a 300 pessoas, sendo que aos sábados há um número maior de freqüentadores.

A determinação dos sujeitos da pesquisa se deu durante oito bailes, perfazendo um mês (novembro). A amostra foi constituída

aleatoriamente e seguiu os parâmetros da Pesquisa Social para permitir a representatividade.

A escolha dos idosos que foram entrevistados foi realizada aleatoriamente da seguinte forma: de cada cinco pessoas que entravam no baile uma era escolhida, não importando o sexo, a idade ou o estado civil dos idosos.

O índice sugerido é de 10% da população, segundo Richardson (1985). Isto significa 100 sujeitos (faixa etária entre 44 e mais de 70 anos, de ambos os sexos), dos 1.000 freqüentadores dos bailes neste período.

Os sujeitos da pesquisa foram entrevistados durante os bailes pela pesquisadora e por dez alunos voluntários do Curso de Educação Física da Faculdade de Ciências e Tecnologia da UNESP – Campus de Presidente Prudente. Foram abordados pelos entrevistadores e com satisfação deixavam-se entrevistar. Para não haver repetição dos entrevistados no período mencionado, os entrevistadores perguntavam aos sujeitos se os mesmos já tinham sido entrevistados.

Para a coleta de dados foram utilizados os seguintes instrumentos:

1) optou-se pela utilização da entrevista.

Segundo Gil (1984),

“A entrevista possui várias vantagens, incluindo maior facilidade de aplicação, pois o sujeito não necessita ler nem escrever. Permite também uma intervenção nas respostas quando estas não são entendidas pelo pesquisador ou quando o entrevistado não compreende a pergunta”.

O principal motivo da preferência pela entrevista deve-se ao apontado pelo autor acima citado: “ela possibilita captar a expressão corporal do entrevistado, bem como a tonalidade de voz e a ênfase nas respostas”.

Foram realizadas entrevistas individuais e gravadas em fita cassete, com os organizadores dos bailes do Clube Dona Dalila (todos os relatos foram transcritos), conforme Anexo 1, em que se fez um roteiro de

entrevistas que procurou levantar elementos como: histórico do núcleo; número de freqüentadores dos bailes e faixa etária destes, desde quando os bailes são organizados; que motivo levou a instituí-los; o número de bailes por mês; fatos observados durante a realização dos bailes (satisfação ou não, aproximações, rejeições, fatos curiosos); aprovação ou não da família (quando ela existe); incidentes freqüentes; tipos de danças preferidas; tempo de duração dos bailes.

2) utilizou-se formulários que foram aplicados individualmente aos freqüentadores dos bailes (Anexo 2). Baseando-se no número de sujeitos dos bailes, foram aplicados 100 formulários (10%), procurando informações sobre: dados pessoais (idade, trabalho, sexo, residência, estado civil); os sentimentos pelos quais tão freqüentemente são acometidos (solidão, depressão, tristeza e outros); necessidades que sentem (de companheiros/as, de pessoas para conversar, de fuga à família, de amor, de solidariedade), razões da procura dos bailes, quantas vezes freqüenta-o, acompanhado/a ou sozinho/a, se há no baile pessoas preferidas e outras que evita (porquê?); que tipos de dança e música preferem, se há preferência por instrumento musical, cantor/a?, como se sente dançando e quando não pode vir dançar?, sente ou não mudanças, em si próprio, com a freqüência aos bailes?, se está satisfeito ou não com eles?, se está satisfeito com a vida?, que alterações gostaria de introduzir nos bailes, quem recomendou a freqüência a eles?, qual o significado que atribui à velhice?

O terceiro momento constituiu na sistematização, organização e análise dos dados coletados.

De acordo com Martins & Bicudo (1989), a análise dos dados poder ser denominada de uma análise contextual.

“O material coletado é tido com a finalidade de encontrar-se aquilo que parece ser o mais significativo nos dados obtidos e de saber quais as partes principais onde podem ser percebidas diferenças entre os dados”.

Os dados coletados através das entrevistas e formulários foram organizados, tabulados, postos em tabelas, submetidos a cálculos estatísticos simples (média e porcentagem), necessários e convenientes à interpretação e análise dos mesmos.

CAPÍTULO V

APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS DADOS

1 ATENDIMENTO AOS IDOSOS NA CIDADE DE PRESIDENTE PRUDENTE - SP

A cidade de Presidente Prudente – SP, tem se preocupado com o número alto da população idosa e tem se colocado a refletir o significado e a importância do envelhecimento humano; acredita que esta é uma questão social merecedora de atenções e cuidados profissionais, não apenas das ações dos cientistas especializados, mas também por centros de convivência, familiares, asilos, cursos específicos e, principalmente, dos próprios idosos.

A população idosa aumenta significativamente em Presidente Prudente e esse aumento se constitui em um grande desafio para a população, para as entidades assistenciais e, principalmente, para o poder público.

Atualmente a população idosa da cidade é atendida por 7 programas de lazer da Terceira Idade, abrangendo aproximadamente 1.500 idosos.

Estes programas são subsidiados pela Prefeitura Municipal, através da Secretaria Municipal de Esportes, e tem como objetivo garantir ao cidadão por volta dos 60 anos, condições necessárias ao pleno exercício da cidadania, promovendo autonomia e integração efetiva na sociedade.

Além dos programas mencionados, há um programa formado pelo SESI (Serviço Social da Indústria) desde 1989, com um número de frequentadores de aproximadamente 150 pessoas, sendo a maioria formada por mulheres, onde a faixa etária varia de 50 a 70 anos. O programa tem como objetivo organizar-se para, através de sua criatividade e potencialidade, adaptar-se ao mundo em mutação.

O município conta também com a Universidade Aberta à Terceira Idade, oferecida pela Faculdade de Ciências e Tecnologia da UNESP – Campus de Presidente Prudente, desde 1995. O programa é desenvolvido por professores, alunos e outros profissionais, com atividades que vão desde informações básicas sobre o processo de envelhecimento, biologia, questões jurídicas e prevenção (palestras e cursos), além de atividades dos módulos de ensino, os cursos de línguas, oficinas de criatividade, passeios culturais, cursos de dança e expressão corporal e computação, dentre outros. A idade dos freqüentadores varia de 60 a 80 anos, aproximadamente, sendo 95% formado por mulheres.

Nota-se que o perfil dos freqüentadores desses programas revela um dado curioso: a participação feminina é a grande maioria, sendo aposentadas ou donas-de-casa, que buscam mudar a rotina e fazer novas amizades.

As atividades intelectuais na terceira idade têm por objetivos integrar o idoso no seio da comunidade acadêmica, conscientizá-lo da importância de seu papel na sociedade como elemento gerador de equilíbrio social, trazer à comunidade acadêmica jovem a experiência do idoso como forma de enriquecimento e valorização da vida e ampliar o papel social da universidade, tornando-a elo de ligação entre o idoso e as instituições e o serviços a eles voltados (PINHO, 1987).

Deve-se preservar a atividade intelectual do idoso, através de projetos que “liguem” essa pessoa com o presente, com o futuro, com o que acontece culturalmente em seu meio e em outras culturas. Tem-se para isso os exemplos das universidades.

Despertar e reforçar a sensibilização para a elaboração de um novo projeto de vida, de uma nova estruturação do tempo ocioso, de uma determinação do espaço político e social, implica um olhar para o futuro, que nunca está isolado de um olhar para o passado. Para isso, precisamos propiciar atividades em que as pessoas possam falar do agora, e isso remete à uma história passada, para poder pensar num projeto de vida futura.

Segundo Martins (1997),

“Quando existe um espaço individual que possa garantir ao ser humano ambientes favoráveis à velhice, o que certamente contribuirá para a manutenção da auto-estima, podem estar lhe sendo asseguradas possibilidades de participação na sociedade a que pertence”.

Percebemos que os idosos que participam dos programas aprendem a exercitar a democracia e a cidadania, ressocializando-se e concretizando novas formas de viver. Aprendem novas formas de comunicação social, têm uma aquisição cultural extensa, criando perspectiva de realização e superação de obstáculos. Ao planejar as atividades grupais, quaisquer que sejam, temos um processo de construção coletiva, através do qual a pessoa estimula o seu potencial criativo e realizador.

Por outro lado, os programas também servem para chamar a atenção pública para as questões do envelhecimento, rompendo o isolamento social a que estão relegados os mais velhos. Os programas oferecem uma oportunidade dos mais jovens refletirem sobre que tipos de idosos querem ser mais tarde.

Maluf (1998), em seus estudos sobre os programas de lazer para a terceira idade na cidade de Presidente Prudente – SP, comenta que o mais importante dado a destacar é, sem dúvida, a influência que as atividades de lazer, principalmente os bailes, exercem sobre a vida dos idosos, que se sentem mais dispostos, mais felizes, mais tranquilos, mais sociáveis e mais seguros. Este fato confirma a influência dos programas na qualidade de vida de todos e os benefícios que eles têm proporcionado.

Os dados coletados através do emprego de formulários e de entrevistas com os organizadores dos **bailes** do Clube da Terceira Idade Dona Dalila de Presidente Prudente – SP, foram organizados e são apresentados a seguir. Esta organização é necessária para possibilitar a percepção da frequência de certos fenômenos, ou da ausência deles, de modo a permitir inferências e generalizações.

A partir da caracterização do Clube Dona Dalila, são apresentados quadros e gráficos resultantes das respostas dadas aos questionários pelos sujeitos da pesquisa.

Acrescentam-se também observações *“in loco”* de fatos, conversas e dizeres desses nossos sujeitos e registrados pela pesquisadora.

2 O CLUBE DA TERCEIRA IDADE DONA DALILA: A ORIGEM DO CLUBE RELATADA PELO PRESIDENTE (SR. MELVIS)

“Na aurora do ano de 1990, um grupo de pessoas, já com idade bem além dos 45 anos, reunia-se num salão, aproximadamente com 120 m², sob o viaduto da FEPASA”.

O Clube não começou com os bailes: *“Eu comecei a freqüentá-lo e a participar de jogos de truco e outras modalidades, tais como xadrez, dama, etc.”.*

“As mulheres dedicavam-se ao artesanato, isto é, técnica e tirocínio do artesão. Entre essas pessoas, logo no início das atividades, estava uma senhora de família fundadora da nossa Presidente Prudente, cujo nome era Dalila. Dona Dalila era de um coração nobre e benevolente, estava sempre ajudando os humildes. Dona Dalila teve vários filhos: Ruth, Rubens e Adauto, este último é um grande médico, com valiosa atividade em nossa cidade”.

O grupo se definiu pelos idosos: *“Em 1992, esse grupo de pessoas se reunia na praça da Bandeira, trocando idéias no sentido de organizar o Club para os idosos em nossa cidade. Eu sempre liderava essas reuniões, entre maio e junho daquele ano, a Secretaria de Turismo e do Bem Estar Social propôs que as pessoas indicassem um participante do grupo para dirigir as reuniões e que no futuro pudesse candidatar-se a presidente”. O grupo se organizou: “Então, no mesmo ano, houve eleições e eu fui eleito a presidente. Logo eleito mandei fazer mesas, comprei cadeiras e organizei o club denominado ‘Dona Dalila’”.*

“Fui eleito por mais duas gestões, de acordo com o estatuto, sendo que na última houve eleições no dia 19/02 do corrente ano (2000)”.

Nesta gestão as atividades que realizam são variadas: ‘O club dedica-se a várias modalidades de esportes, tais como jogos, peteca, basquete, voley, etc.’.

“Além dos itens acima citados, o clube promove viagens turísticas, olimpíadas dentro de nossa região e tem representado Presidente Prudente com grande sucesso”.

Hoje os componentes do clube e seus recursos são: “Há atualmente 1200 pessoas inscritas, com idade de 45 a 90 anos, com mais mulheres que homens. Seus recursos são adquiridos através de ingressos nos dias de bailes, além de vendas de bebidas, salgados, etc.”.

“O clube promove dois bailes semanais, sendo às quintas e aos sábados, freqüentando em média 350 pessoas por shows”.

“Os recursos adquiridos no clube são repassados em melhoramentos tais como: móveis e utensílios, constantes de freezer, geladeiras, mesas, cadeiras, etc.”.

“Nesta gestão o clube construiu uma área externa de 220 m² e está com a cozinha em fase de acabamento”.

“O clube possui um escritório para atender ao pessoal, dirigido pelo seu secretário. A cozinha é dirigida por senhoras competentes que fazem salgados de vários tipos e servem bebidas para os participantes de shows”.

A fala do presidente do clube deixa claro como as pessoas da chamada terceira idade se preocupam em garantir um espaço para exercerem sua cidadania, ou seja, “um espaço de iguais, porque perderam sua identidade, com a velhice e a aposentadoria, conforme determina a cultura e a sociedade em que vivem”.

Para Effing (1994), “os velhos, a princípio, não são pessoas e, depois de muitos ritos de passagem, tornam-se novamente indivíduos ‘normais’ da sociedade”. Assim, percebe-se o significado da fala do Sr. Melvis: “O importante é ter um lugar nosso, onde as pessoas se conhecem, falando dos mesmos problemas e medos da velhice. Aqui a gente é como todo mundo”.

Dadas essas considerações, o bom ajustamento do idoso à velhice só é realmente possível se ele puder estar num local que ele próprio escolheu, cercado de pessoas que o faz sentir-se estimado e aceito.

Alguns dados complementares sobre o clube foram obtidos na análise do encontro de várias reuniões realizadas no clube:

Local: Rua Álvares Machado, s/no., Jardim Colina.

Número de freqüentadores: aproximadamente 1.100 pessoas, sendo 70% mulheres.

Faixa etária: dos 45 aos 91 anos.

Áreas de atividades: um salão medindo 220m², com dois banheiros, duas salas para secretaria, uma sala de almoxarifado, uma sala para fisioterapia, uma cozinha.

Freqüência: de segunda a sábado, das 08:00 às 19:00 horas.

Atividades desenvolvidas: **bailes** (duas vezes por semana, às quintas-feiras e sábados, das 14:00 às 19:00 horas), jogos de mesa (baralho, sinuca, xadrez, dama, truco, bingo), jogos de competição, caminhadas, ginástica, cursos de dança, artesanato, pintura e trabalhos manuais (crochê, bonecas, cerâmicas), brincadeiras recreativas, torneios (Olimpíadas da Terceira Idade, com grupos de outros núcleos e região, nas modalidades basquete, vôlei, dentre outras), hidroginástica (Balneário Termas de Águas Quentes – Presidente Prudente), festival de repentistas, desfile de modas e eleição para escolha da Miss Terceira Idade, karaokê, concurso de poemas, palestras sobre psicologia e saúde, passeios e viagens dentro e fora da cidade.

Atualmente é o clube central, onde os demais núcleos freqüentam as atividades desenvolvidas no mesmo, principalmente os bailes, atividade com maior freqüência de participantes, por isso a escolha do referido clube para a pesquisa. Os freqüentadores são pessoas vindas de outras cidades da região e diversos bairros da cidade de Presidente Prudente. O nível sócio-econômico é muito diversificado, de pessoas simples (humildes) a fazendeiros, mas a maioria é de um nível baixo, de apenas um salário mínimo mensal. Quanto à escolaridade, a maioria dos idosos possui uma formação educacional básica (primário). Na inscrição os freqüentadores pagam uma taxa de R\$ 2,00, que é

revertida para o grupo. O clube é composto por uma diretoria, que é eleita entre os próprios membros: presidente, vice-presidente, tesoureiro, vice-tesoureiro e dois suplentes.

Hoje, o clube conta com a participação de um profissional que ministra atividades físico-recreativas. Esses profissionais são formados em Educação Física e contratados pela Prefeitura Municipal de Presidente Prudente, juntamente com a Secretaria Municipal de Esportes e Assistência Social.

3 DADOS COLETADOS COM OS ORGANIZADORES DOS BAILES

Os organizadores dos bailes do clube, submetidos à entrevista nesta pesquisa, são pessoas que fazem parte do clube e ocupam cargos administrativos. São eleitos pelos próprios idosos por tempo indeterminado.

Os relatos aqui apresentados se referem a:

a) Coordenador do Clube Dona Dalila é formado em Educação Física e possui cursos de especialização na área. Trabalha há doze anos com a terceira idade. É contratado pela Prefeitura Municipal de Presidente Prudente, junto à Secretaria Municipal de Esportes.

b) O Tesoureiro está no cargo de 1997 até os dias atuais. Tem 62 anos, viúvo (casou-se novamente há poucos meses), aposentado. É eleito pelos próprios freqüentadores do Clube.

c) O Presidente está no cargo de 1992 até os dias atuais. É eleito pelos próprios freqüentadores do clube. Tem 72 anos, casado há 49 anos, aposentado como agricultor.

Todos os relatos foram transcritos.

Em síntese, pode-se dizer que os organizadores dos bailes valorizam a terceira idade como uma fase da vida que tem suas possibilidades únicas e seus limites. São idosos que, também, vêem no baile uma

possibilidade de expressão de sentimentos, de convivência, de participação, de ajuda mútua, de casamento e, principalmente, como fonte de diversão. Os idosos que dançam, em sua grande maioria, já o faziam na juventude e gostariam que o número de bailes aumentasse, pois dançam por prazer.

A família, com frequência, não aprova esta atividade, por preconceito, embora os bailes sejam muito procurados e têm sucesso.

Os bailes são mantidos pelos próprios idosos, ao pagarem ingresso. A ajuda da Prefeitura é muito pequena.

4 DADOS DA ENTREVISTA COM OS FREQUENTADORES DOS BAILES

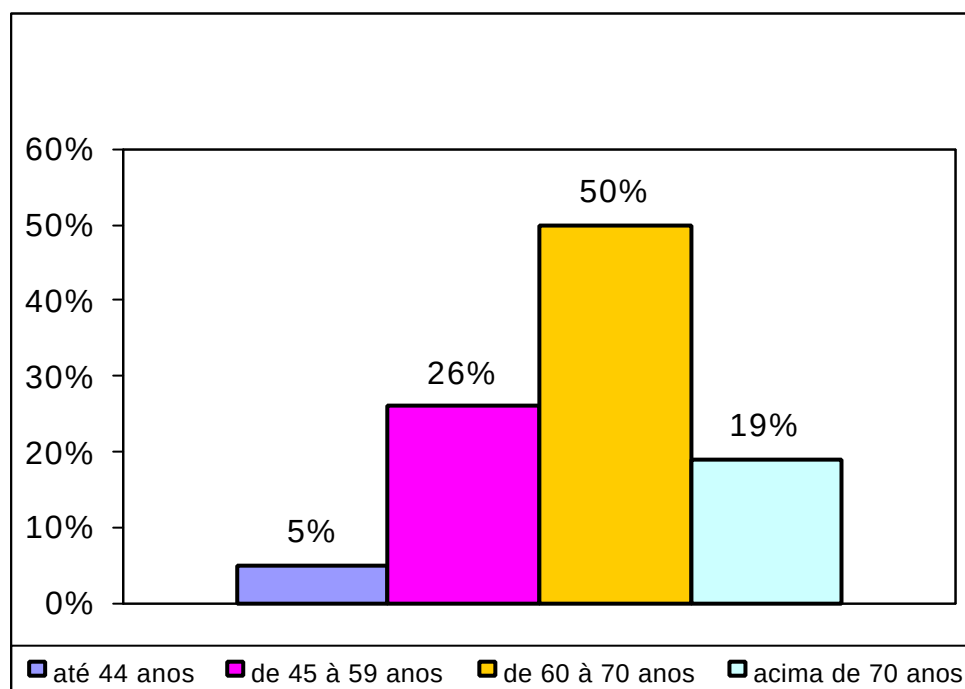
Esses dados dizem respeito à:

- caracterização dos idosos frequentadores dos bailes organizados pelo Clube Dona Dalila. Encontram-se, neles, informações sobre a idade, sexo, estado civil, escolaridade, trabalho, aposentadoria e renda mensal dos sujeitos estudados;

- forma da frequência aos bailes, acompanhados ou não;
- tipo de indicação e iniciação aos bailes;
- frequência da participação aos bailes;
- motivos da participação em bailes;
- dificuldades e impedimentos encontrados para dançar;
- as mudanças resultantes da frequência aos bailes;
- as mudanças necessárias à realização dos bailes;
- os sentimentos e as relações sociais na dança;
- tipos de danças de salão preferidos;
- mudanças percebidas na saúde.

4.1 Bailes - caracterização dos freqüentadores

Tabela 2 - Idosos freqüentadores dos bailes e idade. Presidente Prudente – SP – 2000



Fonte: Formulários aplicados.

Nesta tabela pudemos observar que apenas 5% dos entrevistados possuem até 44 anos, 26% estão na faixa entre 45 e 59 anos; a maioria (50%), está na faixa entre 60 e 70 anos e 19% está na faixa acima de 70 anos.

Realmente, os bailes são freqüentados por pessoas da terceira idade, desde que idosos são considerados as pessoas com 65 anos ou mais.

O núcleo Dona Dalila recebe pessoas com idade de 44 anos em diante, e é mais flexível ainda se for por recomendação médica e/ou psicológica. Isto fica claro no depoimento de algumas pessoas desta faixa etária quando dizem: *"Eu adoro vir nos bailes da terceira idade, aqui a gente lembra de quando era mocinha e dançava de dois, hoje não existem mais bailes assim"*.

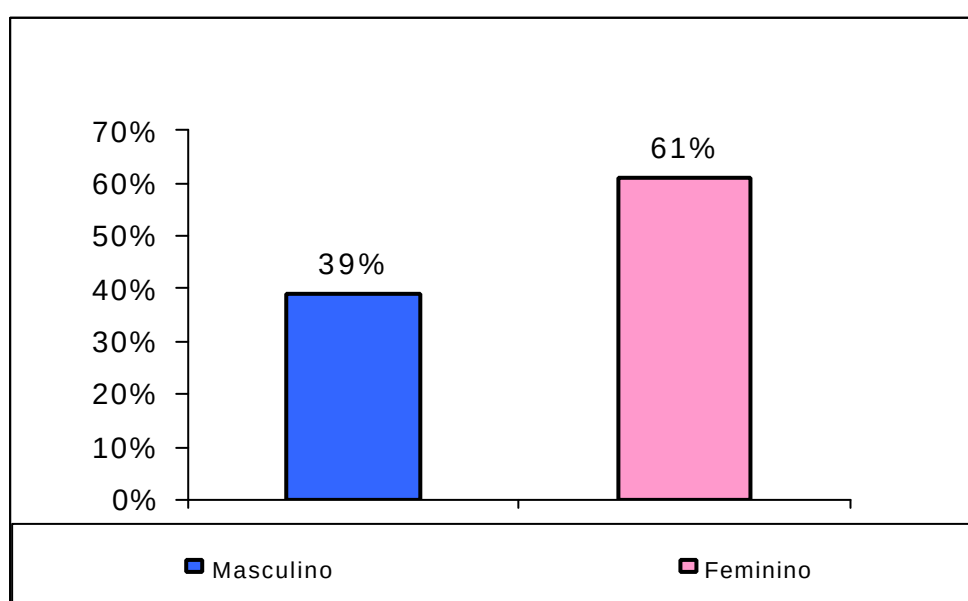
Para Cardoso (1992),

“Psicologicamente o idoso sente-se capaz de realizar pequena proezas (romper barreiras, preconceitos), as quais não julgaria possíveis, e socialmente desfruta desta atividade num ambiente são, otimista e satisfatório, consciente de estar participando de um grupo comum da mesma idade e com os mesmos interesses”.

Tanto quanto as pessoas de outras faixas etárias, também os idosos tem necessidade de participar da vida social. O contato com os membros da família e as atividades domésticas não são suficientes para satisfazer as necessidades de participação social dos idosos.

Como comenta o tesoureiro: *“Na quinta-feira vem por volta de 180 a 200 pessoas, mais mulheres do que homens (três mulheres para cada homem). Já aos sábados comparecem 300 pessoas. Cada uma paga três reais na entrada e durante os bailes fazem sorteios de vários brindes. A idade dos freqüentadores é de 45 anos para cima, mas a maioria tem mais de 60 anos e os bailes acontecem duas vezes por semana”.*

Tabela 3 - Idosos freqüentadores dos bailes e sexo. Presidente Prudente – SP – 2000



Fonte: Formulários aplicados.

Observamos nesta tabela a distribuição dentre os entrevistados: 61% dos entrevistados são do sexo feminino e 39% são do sexo masculino.

A tabela confirma o que se viu, que a maioria das pessoas da terceira idade são do sexo feminino, característica esta presente em todos os países do mundo.

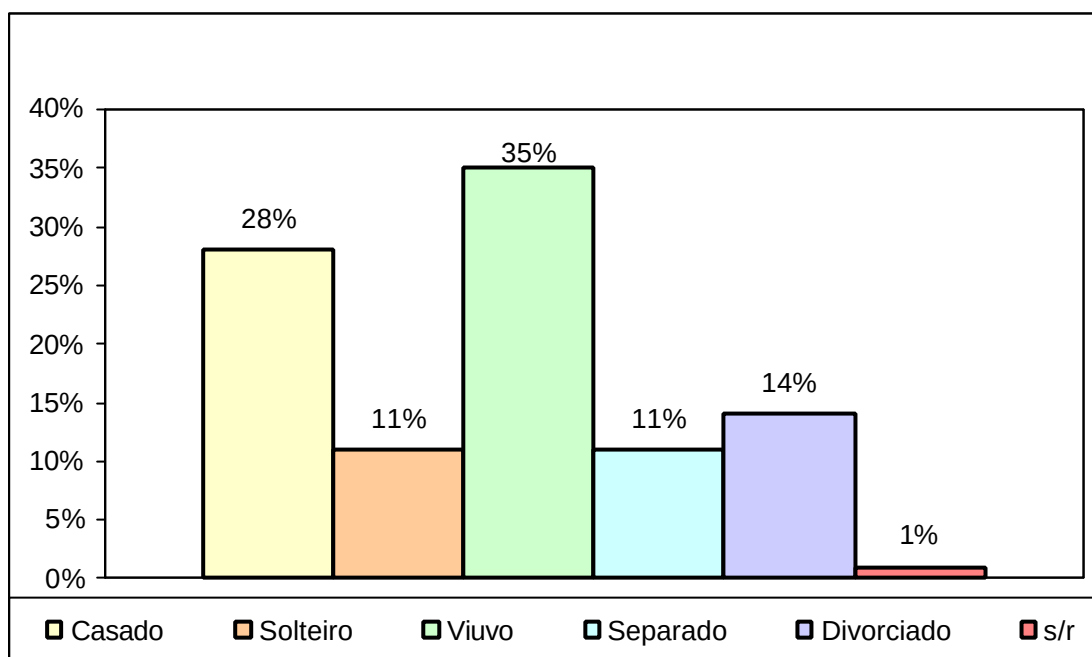
Para Effing (1994)

“A procura das mulheres da terceira idade por esses programas de lazer (bailes) tem como causa a necessidade da mulher em sair de casa, em busca de convívio social. É ali que elas se sentem estimadas, esquecem seus dramas de vida particulares e/ou fortalecem laços sociais”.

Percebe-se que, no processo de socialização dos idosos, sem dúvida, o contato com os outros representa uma necessidade maior para as mulheres idosas do que para os homens.

Segundo o coordenador do Clube *“existe bastante diferença entre homens e mulheres. O sexo feminino é bastante participativo. É em maior número, dançam e brincam mais. Os homens são mais reservados, ficam mais na deles, mas mesmo assim há uma boa participação. Na verdade o que acontece é que as mulheres se envolvem mais com os bailes”.*

Tabela 4 - Idosos freqüentadores dos bailes e estado civil. Presidente Prudente – SP – 2000



Fonte: Formulários aplicados.

Nesta tabela acompanha-se a distribuição dos entrevistados quanto ao seu estado civil: 28% dos entrevistados são casados, 11% são solteiros, 35% são viúvos, 11% são separados, 14% são divorciados e 1% não respondeu a questão.

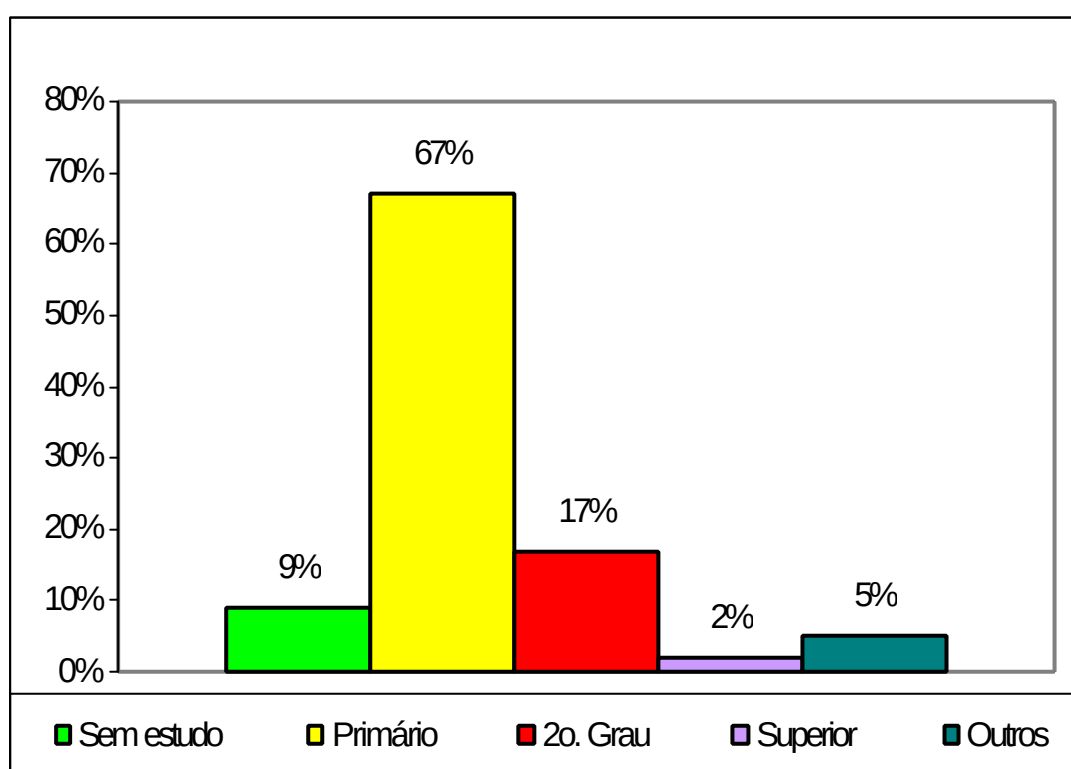
Destaca-se o índice de viúvos (35%) e o número de separados e divorciados, que juntos perfazem 25%. Alto também é o número de pessoas casadas. Não se obteve, porém, a informação de quantos destes casais são casais que participam juntos dos bailes.

Ser viúvo e separado (60%), para alguns, tem a conotação de liberdade, fazer o que quer, sem dar satisfação para o companheiro ou a família (principalmente as mulheres).

Isto fica claro no depoimento de uma das mulheres que diz “*hoje eu sei o que é liberdade, minha vida toda fiquei presa em casa, cuidando de tudo, sem poder sair e me divertir, por isso adoro os bailes*”.

Por sua vez, as mulheres viúvas, separadas, divorciadas, solteiras, buscam nos programas outras formas de convivência, realizar anseios de liberdade social, sexual, cultural, formas de liberdades que lhes foram negadas pelos pais, maridos e até mesmo pelos filhos (MALUF, 1998).

**Tabela 5 - Idosos freqüentadores dos bailes e nível de escolaridade.
Presidente Prudente – SP – 2000**



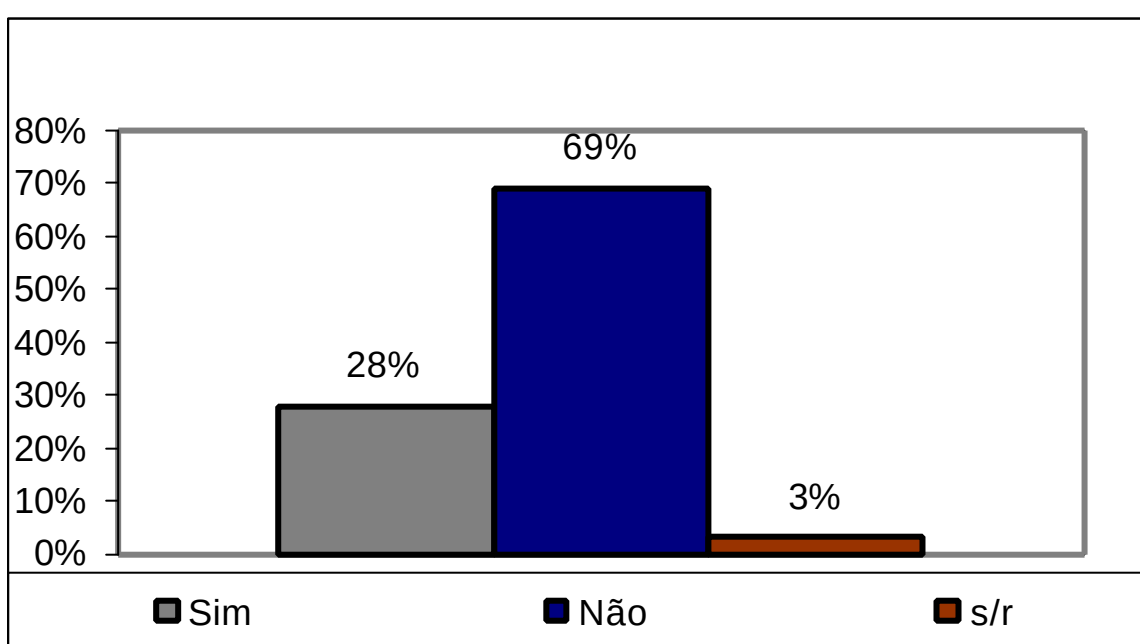
Fonte: Formulários aplicados.

Esta tabela apresenta a distribuição dos entrevistados quanto ao nível de escolaridade. A maioria deles (67%) tem, no máximo, o primário; 17% dos entrevistados possuem no, máximo, o 2º grau; 2% possui grau superior e 5% respondeu outros.

A relação entre nível de escolaridade e trabalho (Tabela 6), é muito presente na vida dos sujeitos. A maioria dos idosos possui uma formação educacional básica (primário), e um início de vida de trabalho muito cedo.

O depoimento de um deles reflete bem como se começava a trabalhar cedo: *“Eu tinha oito anos quando comecei a trabalhar, estava na escola, mas cansava muito e dormia nas aulas, só deu para o primário, eu tinha que trabalhar”*.

Tabela 6 - Idosos freqüentadores dos bailes e trabalho. Presidente Prudente – SP – 2000



Fonte: Formulários aplicados.

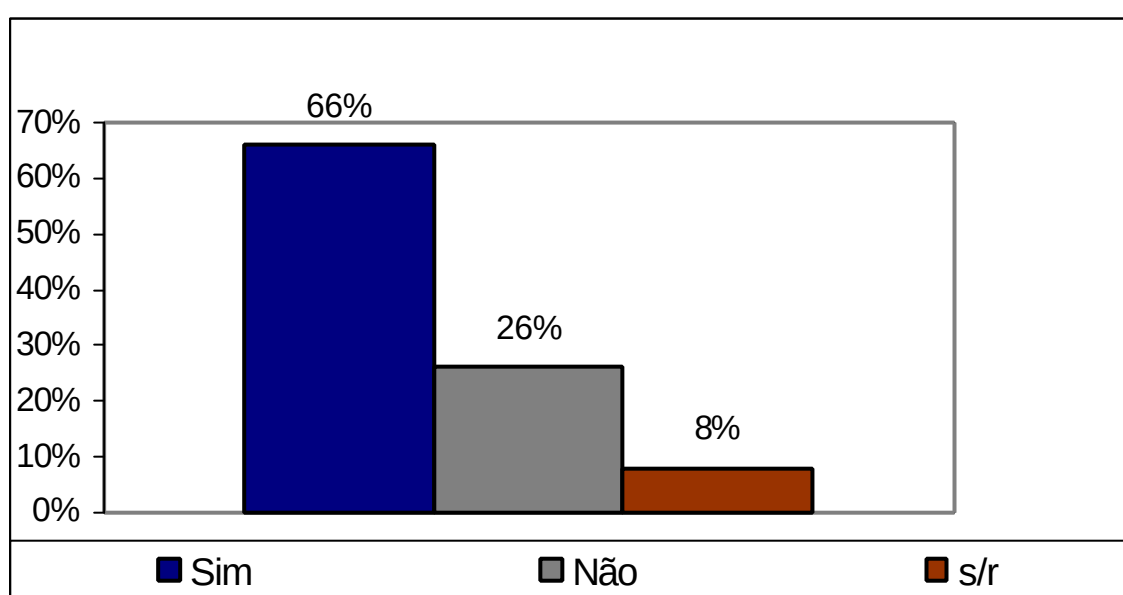
Esta tabela destaca a distribuição dos entrevistados quanto à questão “Se trabalha”: 28% dos entrevistados respondeu que ainda trabalha, 69% que não trabalha e 3% deixou de responder a essa questão.

Jacomini (1990), afirma que:

“O desengajamento do trabalho tem significados diferentes para as pessoas, dependendo de como elas consideram seu trabalho. Para alguns, este é um meio para m fim, ou um fim em si mesmo; para outras, um mal necessário, ou uma fonte de satisfação. Para os idosos o trabalho é uma das principais formas de manter a saúde e a integração na sociedade”.

De acordo com o relato de um dos freqüentadores: *“Eu comecei a trabalhar bem cedo (10 anos), antigamente eu queria me aposentar logo, hoje estou aposentado e tenho muito tempo livre, dá para fazer uns bicos, além de ganhar um dinheirinho a mais, eu me sinto mais vivo”*.

Tabela 7 - Idosos freqüentadores dos bailes e aposentadoria. Presidente Prudente – SP – 2000



Fonte: Formulários aplicados.

Os entrevistados quanto à questão “É aposentado”, se apresentaram: 66% respondeu que são aposentados, 26% respondeu que ainda não são aposentados e 8% deixou de responder à essa questão.

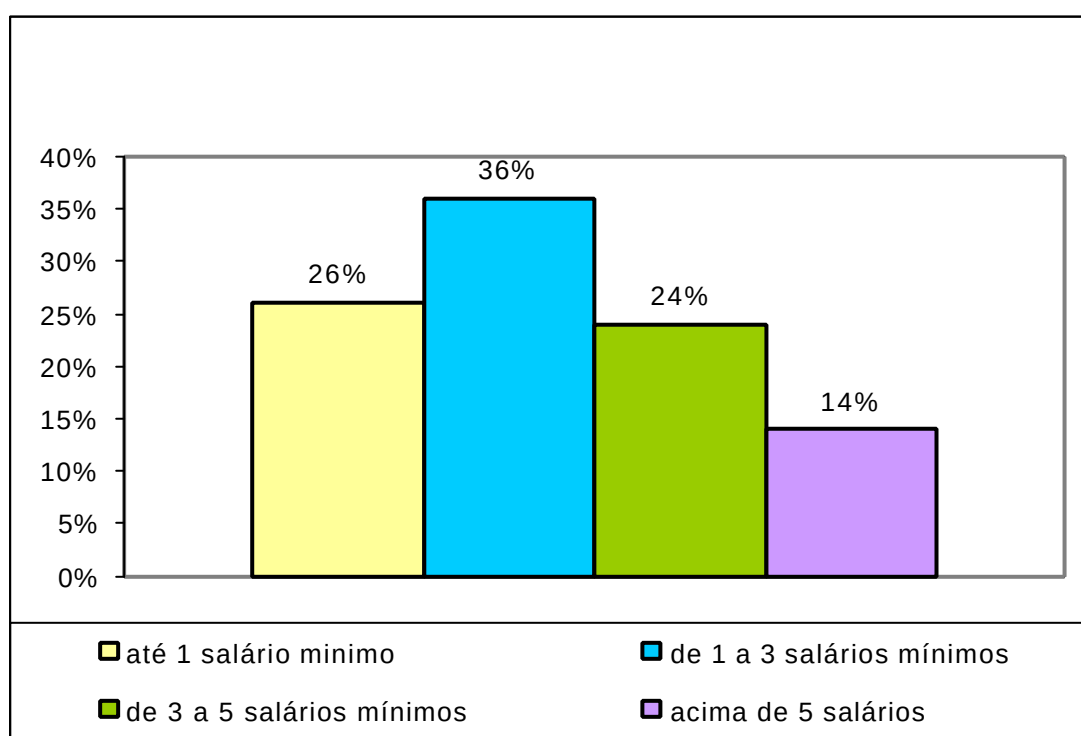
Olhando, conjuntamente, as Tabelas 6 e 7, verifica-se que 69% não trabalha, sendo que 66% é o índice dos aposentados.

A aposentadoria, para alguns dos aposentados, tem a conotação de segurança, independência financeira, ou seja, sensação de liberdade; é o comentário de um aposentado *“meu dinheirinho pode ser pouco, mas dá pro gasto, eu aprendi a viver com pouco e isto me dá liberdade para fazer o que eu gosto, nos bailes ocupo meu tempo de forma divertida”*.

A aposentadoria pode trazer à tona conflitos interpessoais que foram, durante muitos anos, mascarados pelas atividades ocupacionais, ou seja, afasta o convívio dos colegas e deixa mais de oito horas diárias a serem preenchidas: um tempo vazio. Esse “não poder fazer nada” deixa muitas horas para se sentir velho (CANOAS, 1985).

Isto fica claro no depoimento de um dos freqüentadores do baile, que diz: *“no tempo em que eu fico aqui vou conhecendo mais pessoas iguais a mim, que são aposentados, é triste um homem não trabalhar mais, ele tem muito tempo e fica perdido, a mulher é diferente, tem a casa e os netos para cuidar”*.

Tabela 8 - Idosos freqüentadores dos bailes e renda mensal. Presidente Prudente – SP – 2000



Fonte: Formulários aplicados.

A tabela acima indica a renda dos entrevistados: 26% ganha até um salário mínimo, 36% ganha entre 1 e 1/2 e 3 salários mínimos, 24% ganha entre 3 e 1/2 e 5 salários mínimos e 14% ganha acima de 5 salários mínimos.

Verifica-se que a grande maioria é de pessoas que ganham de um e meio a três salários (36%).

O olhar conjunto de quem ganha de 1 até 5 salários, oferece o índice de 62%, o que mostra o caráter popular dos freqüentadores.

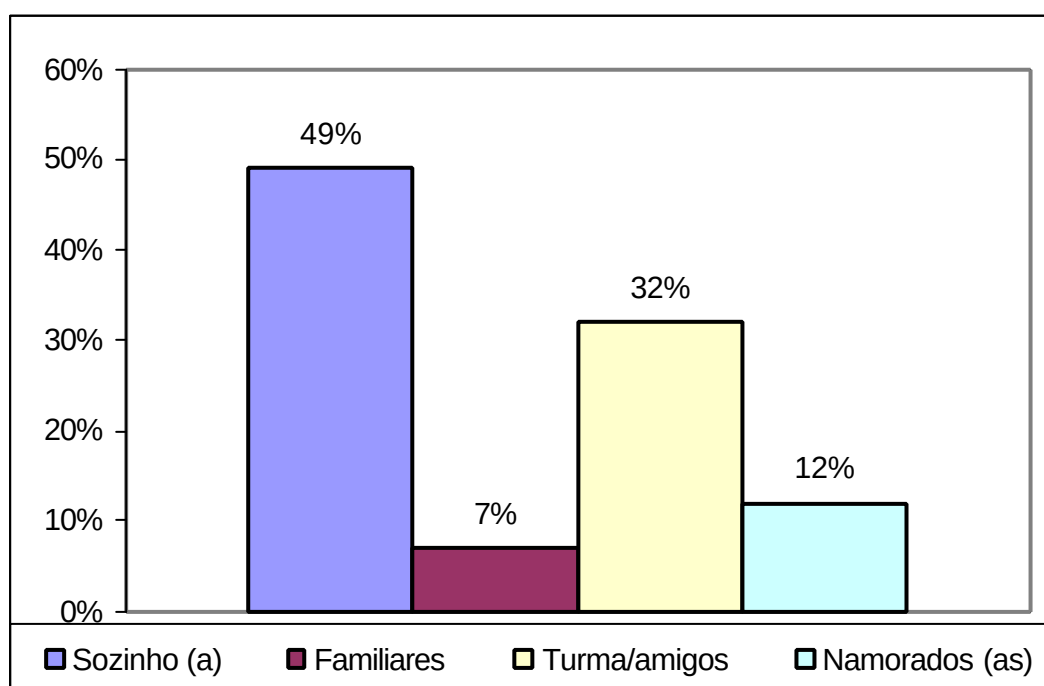
O índice de 38%, formado pelos idosos que ganham de 3 e meio a 5 salários mínimos e acima de 5, mostra que os bailes também são freqüentados pela classe média baixa.

Effing (1994), comenta:

“Dois fatos são os mais comuns para explicar o baixo nível econômico da clientela aposentada: falta de conhecimento e emprego de menor valoração salarial em especial, nos casos de serem mulheres”.

4.2 Bailes – efeitos

Tabela 9 - Idosos freqüentadores dos bailes e acompanhamento aos bailes. Presidente Prudente – SP – 2000



Fonte: Formulários aplicados

Nesta tabela observa-se o tipo de companhia utilizada pelos entrevistados ao freqüentarem os bailes da terceira idade: 49% dos entrevistados respondeu que vai ao baile sozinho(a); 7% respondeu que vai ao baile com seus familiares; 32% que vai ao baile em turma ou com amigos(as); e 12% respondeu que vai ao baile com seus companheiros(as) ou namorados(as).

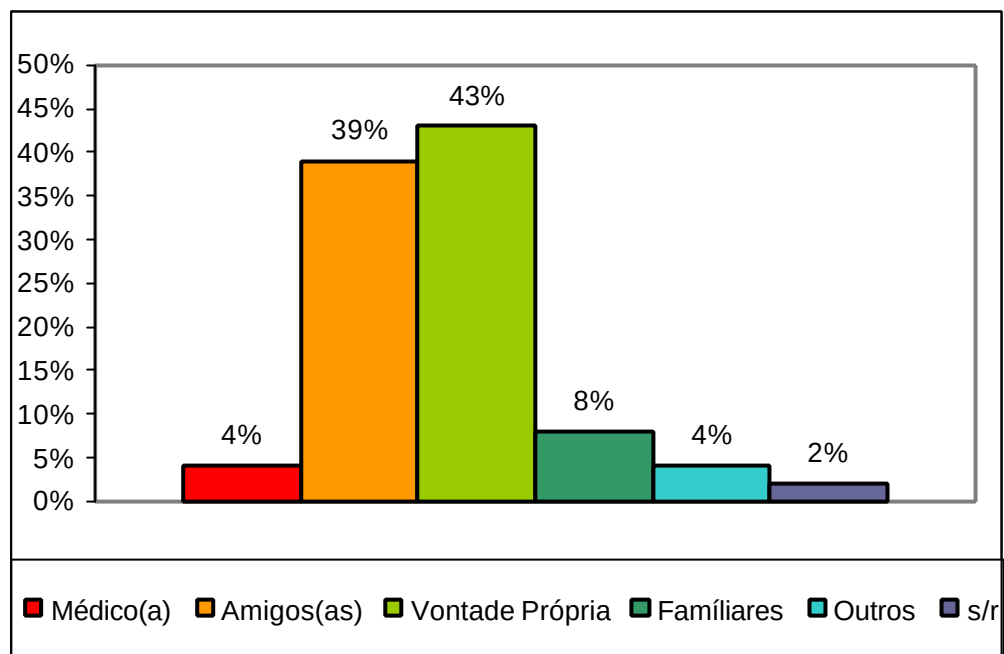
Ir ao baile com o(a) namorado(a) supera o acompanhamento da família. Alguns dizem evitar essa companhia ou que a freqüência aos bailes é escondido dela, principalmente dos homens.

É significativa a porcentagem de pessoas que vão ao baile sozinhas e a porcentagem de pessoas que vão com amigos. Interessante é também mostrar que o acompanhamento da família é pouco freqüente.

De acordo com relato do coordenador, *“alguns encontram muita resistência na própria família. Existe ainda preconceito em relação aos bailes, mas há também muitas famílias que aprovam e sentem tranquilidade em saber que os idosos, muitas vezes viúvos, estão se divertindo e fazendo amizades. Quando as pessoas estão freqüentando os bailes a integração e a familiarização entre eles é muito grande. A maioria dos idosos que vem aos bailes se conhecem e são amigos. Existe um bom relacionamento entre eles. Há também uma boa participação, tanto individual quanto grupal”*.

A discriminação da família para com os idosos, quase sempre é disfarçada, e a distinção das características em que ela se baseia não é clara. Muitas pessoas não têm consciência de que discriminam os idosos e estes podem não ter consciência de que são discriminados. Apesar disto, a discriminação da família para com os idosos é eficiente, causando-lhes muitos problemas sociais e pessoais.

Tabela 10 - Idosos freqüentadores dos bailes e tipo de recomendação recebida. Presidente Prudente – SP – 2000



Fonte: Formulários aplicados.

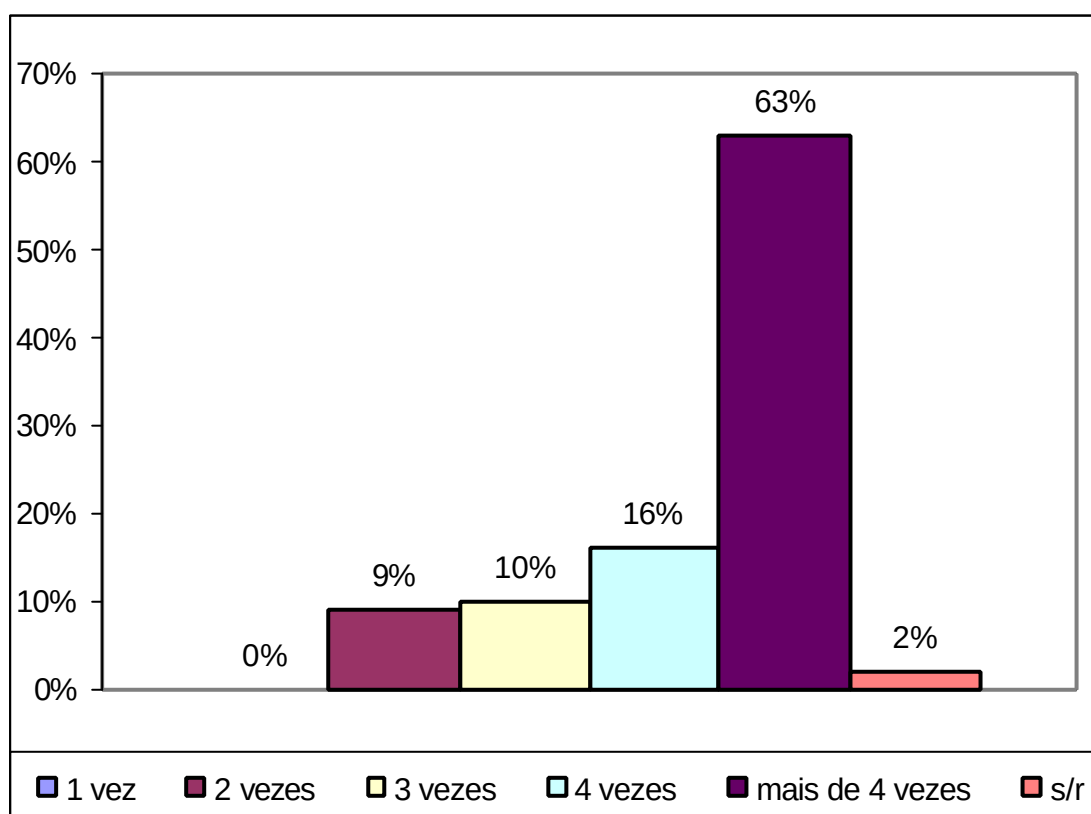
Observa-se nesta tabela os responsáveis pela iniciação dos entrevistados nos bailes da terceira idade: 4% dos entrevistados disse que o baile foi recomendado pelo(a) médico(a); 39% disse que o baile foi recomendado por amigos(as); 43% disse que a iniciativa de freqüentar os bailes foi de sua própria vontade; 8% disse que o baile foi indicado por seus familiares; 4% disse que o baile foi recomendado por “outros”; e 2% não respondeu a essa pergunta.

É de se destacar a iniciativa pessoal na freqüência aos bailes. O reconhecimento da importância da atividade física ou o desejo do lazer parece estar originando a busca deste movimento. Este dado reforça estes fatores que conduzem ao baile.

Sem dúvida, a participação nesta atividade (bailes), anima os idosos, porém deve ser adequada à sua idade e capacidade física e mental: *“eu tenho capacidade de vir sozinha nos bailes, a velhice não me impede de vir e dançar”*.

Para o presidente: “a família acaba aprovando porque já saíram vários casamentos e as pessoas que se casaram estão felizes e freqüentam os bailes juntos. Algumas pessoas sentem vontade de freqüentar os bailes e não freqüentam. Muitas não freqüentam porque a família não permite. As famílias preferem que os idosos freqüentem a ginástica, as caminhadas, os jogos porque há um preconceito em relação aos bailes”.

Tabela 11 - Idosos e a freqüência mensal aos bailes. Presidente Prudente – SP – 2000



Fonte: Formulários aplicados.

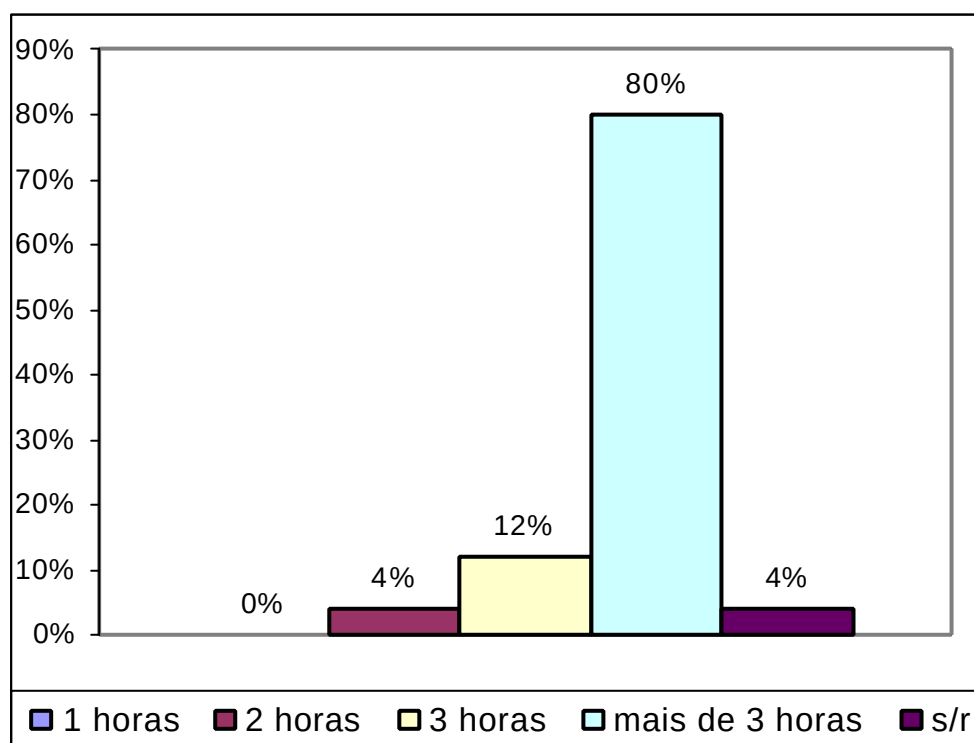
A freqüência mensal dos freqüentadores entrevistados é retratada com a tabela: não há entre os entrevistados quem freqüente o baile apenas uma vez ao mês; 9% disse que freqüenta os bailes ao menos duas vezes por mês; 10% disse que freqüenta os bailes ao menos três vezes por mês; 16% disse que freqüenta os bailes ao menos quatro vezes por mês; 63% disse que

freqüenta os bailes mais de quatro vezes por mês; e 2% não respondeu essa pergunta.

A freqüência ao baile, portanto, é constante. Evidencia a valorização da dança através das relações psíco-afetivas e sexuais.

Na dança conseguem se desinibir, descobrindo as expressões, as sensações, a linguagem do seu corpo e do outro. Permitem que seu corpo se expresse no espaço, no tempo e no ritmo da música (MALUF, 1998).

Tabela 12 - Idosos freqüentadores dos bailes e horas de permanência nos bailes. Presidente Prudente – SP – 2000



Fonte: Formulários aplicados.

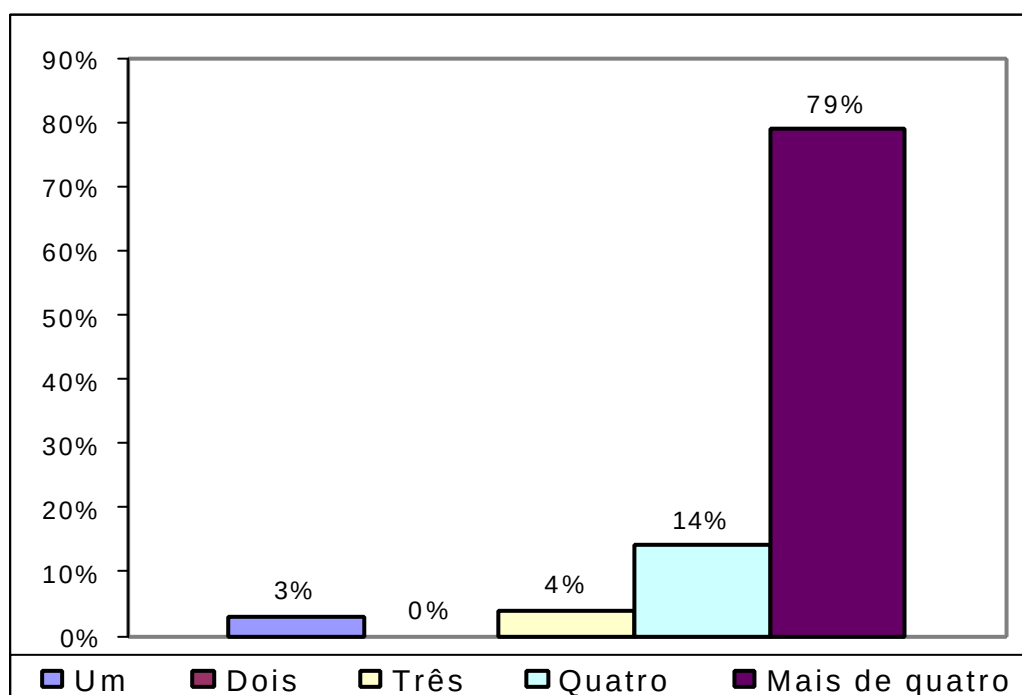
Na tabela acima temos a permanência dos freqüentadores: nenhum dos entrevistados vai ao baile para ficar apenas por uma hora; 4% vai aos bailes para passar ao menos duas horas; 12% vai aos bailes para passar ao menos três horas; 80% vai aos bailes para passar mais de três horas; e 4% deixou de responder a essa questão.

Além de ir aos bailes com freqüência, o número de horas que permanecem os idosos neles, é alto.

O presidente comenta: *“os bailes fazem sucesso. Muitas pessoas vêm de outras regiões. Saem muitas amizades e até casamentos, casamentos verdadeiros. Até pessoas de 74 anos de idade já se casaram, elas batem papo e acaba saindo casamento”*.

Quem vai dançar quer passar pelo menos duas horas nesta atividade. É nítida essa constatação quando um dos freqüentadores diz: *“Eu mesma adoro vir aos bailes e ficar o mais tempo possível, aqui eu desabafo, falo das minhas tristezas, meu corpo cansa e vou dormir feliz”*.

Tabela 13 - Idosos freqüentadores dos bailes e desejo de aumentar o número de freqüência mensal. Presidente Prudente – SP – 2000



Fonte: Formulários aplicados.

Através da tabela acima visualizamos a distribuição quanto a quantos bailes os freqüentadores entrevistados gostariam de participar por mês: 79% dos entrevistados respondeu que gostaria de participar de mais de

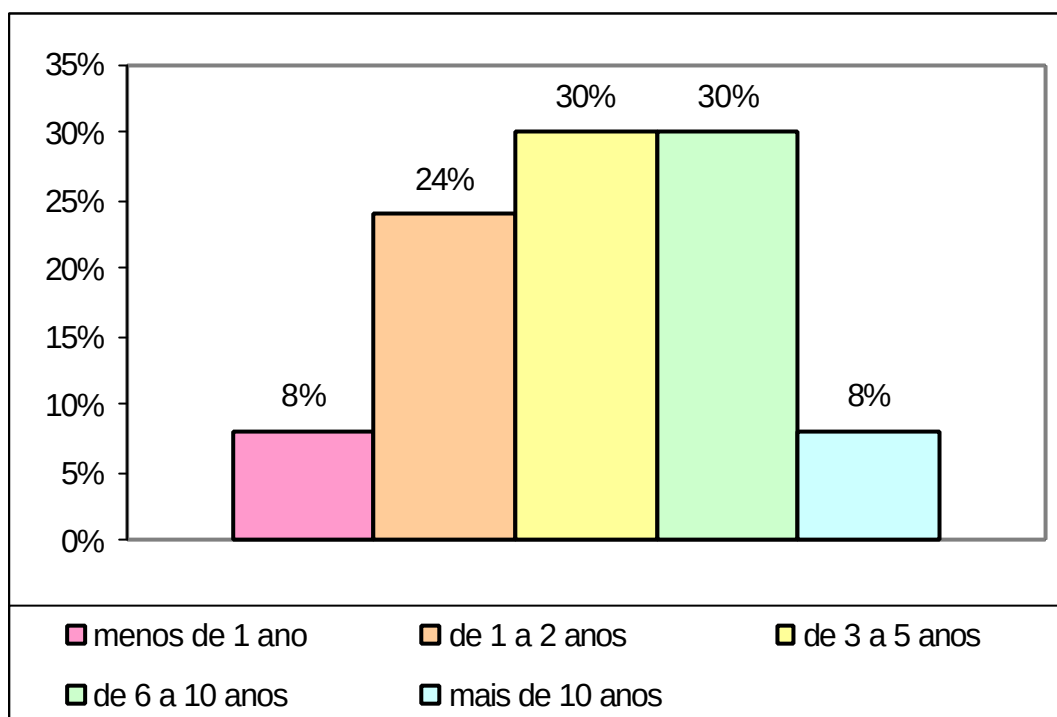
quatro bailes por mês; 14% respondeu que gostaria de participar de quatro bailes por mês; 4% respondeu que gostaria de participar de três bailes por mês; nenhum respondeu querer participar de dois bailes por mês; e 3% respondeu que gostaria de participar de apenas um baile por mês.

Segundo o presidente: *“Os nossos bailes são realizados durante o dia para o bem estar dos idosos, pois o período noturno é considerado errado. As pessoas gostariam de ter mais de dois bailes por semana. Querem também que o houvesse bailes aos domingos, mas dá muito trabalho e prejuízo. Eu e minha gente gostaria que tivesse mais baile, mas para isso acontecer seria preciso um salão maior, uma cozinha bem feita e mais banheiros. Como tudo isso que é feito por esforço dos próprios idosos, com recursos próprios, fica difícil. Da Prefeitura só temos uma funcionária, água e luz. Não temos apoio de ninguém e por eles nós estaríamos no abandono”*.

As Tabelas 11, 12 e 13 mostram que os idosos freqüentam os bailes mais de quatro vezes por mês, gastando 3 horas em cada vez. Gostariam de gastar mais tempo nesta atividade.

Pode-se afirmar, cotejando-se essas questões com as referentes à saúde, que o reconhecimento da importância da atividade física para o idoso na manutenção da saúde e como lazer deveria comparecer nos programas sociais do Estado.

Tabela 14 - Idosos freqüentadores dos bailes e tempo de freqüência aos bailes. Presidente Prudente – SP – 2000



Fonte: Formulários aplicados.

Nesta tabela verifica-se a quanto tempo os entrevistados freqüentam os bailes da terceira idade: 8% dos entrevistados respondeu ser o primeiro ano que está freqüentando este tipo de baile; 24% respondeu estar freqüentando este tipo de baile entre 1 e 2 anos; 30% respondeu estar freqüentando este tipo de baile de 3 a 5 anos; outros 30% respondeu estar freqüentando este tipo de baile de 6 a 10 anos; e 8 % respondeu que freqüenta este tipo de baile há mais de 10 anos.

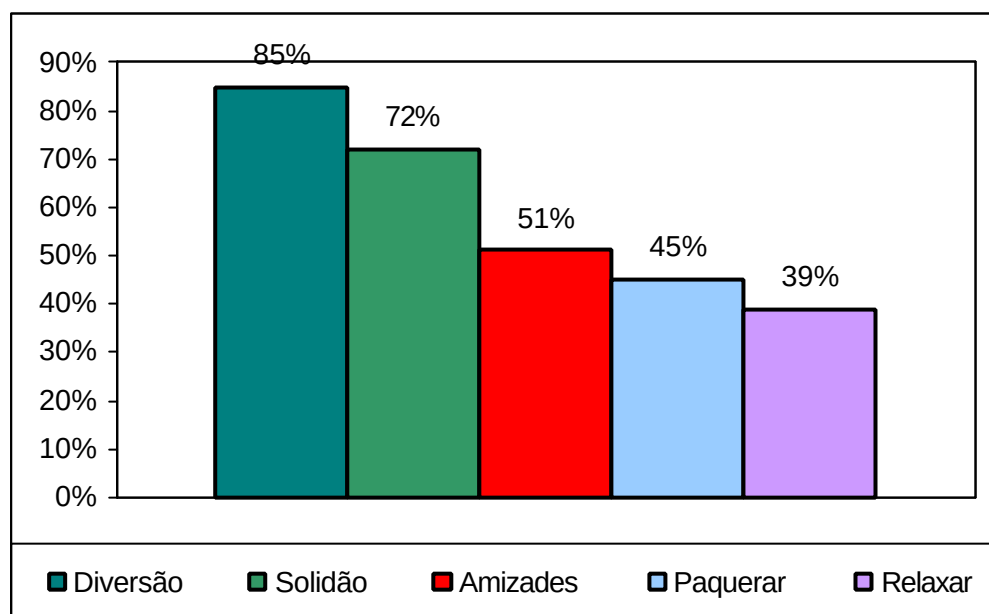
É alto o índice dos que freqüentam os bailes há mais de 3 anos até 10 anos (68%).

Freqüentar baile é de muito valor para os idosos estudados.

Para o coordenador: *“Os bailes fazem parte da vida deles. É o lazer e a integração social os fatores mais importantes para eles”.*

4.3 Bailes – motivos

Tabela 15 - Idosos freqüentadores dos bailes e os motivos que levam a dançar. Presidente Prudente – SP – 2000



Fonte: Formulários aplicados (obs.: os entrevistados podiam citar mais que uma alternativa).

Esta tabela mostra qual a ordem dos 5 principais motivos que levam os entrevistados a freqüentarem o baile: o mais citado, com 85%, foi busca de diversão; o segundo mais citado, com 72%, foi para fugir à solidão; 51% diz que é para fazer novas amizades; 45% diz que é para paquerar; e em quinta colocação, 39%, diz que é para relaxar. Uma observação: entre as respostas citadas, a opção “exibir-se” foi citada por apenas um dos entrevistados.

Há que se destacar os motivos de busca de diversão. É para serem notados os motivos “fazer novos amigos” e para “paquerar”, que no fundo podem ser considerados um só e único motivo. Ambos esses motivos podem ser adicionados de fuga à solidão, que passa a ser o grande motivo de procura aos bailes.

No relato do presidente: *‘bs motivos que levam as pessoas a freqüentarem os bailes são gostarem de diversão. Vêm em busca de*

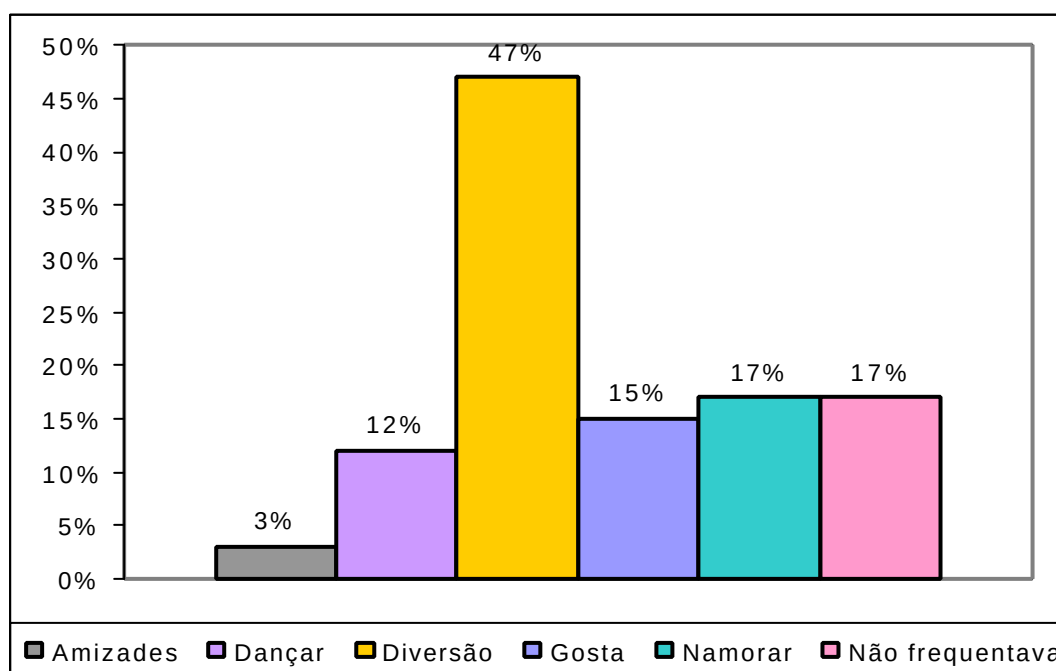
companheiros, mas isso acontece em todos os lugares, na verdade eles vêm mesmo porque é uma terapia. Muitas pessoas vieram com recomendações médicas e também da família, mas a maioria por vontade própria ou por amigos. Ao fazerem amizades eles acabam levando outros amigos”.

Confort (1979), “sentir solidão, significa estar sozinho contra a própria vontade”. A maioria dos idosos reconhece que é o movimentar-se (dançar), que possibilita viver melhor. E a percepção que eles possuem de seu movimento revela-se no seu envolvimento em dançar, movimentar-se “dançando eu posso tudo, me divertir, paquerar, fazer novas amizades, relaxar e brincar”.

Gonçalves (1996), em seu trabalho “O idoso aposentado e a percepção de seu movimento”, comenta:

“Quanto mais o idoso movimenta-se, mais percebe a si próprio. E as atividades, pelas quais movimenta-se, refletem a sua concepção de vida. O movimento do idoso reflete o seu próprio ser”.

Tabela 16 - Idosos freqüentadores dos bailes e motivos principais de busca aos bailes. Presidente Prudente – SP – 2000



Fonte: Formulários aplicados (obs.: os entrevistados podiam citar mais que uma alternativa)

Na tabela acima se visualiza quais eram os motivos que anteriormente levava aos bailes: 3% dos freqüentadores entrevistados afirma que era pelas amizades; 12% que era para dançar; 47% que era em busca de diversão; 15% que era porque gostava de bailes; 17% que era para paquerar/namorar; e, também, 17% que antigamente não freqüentava bailes.

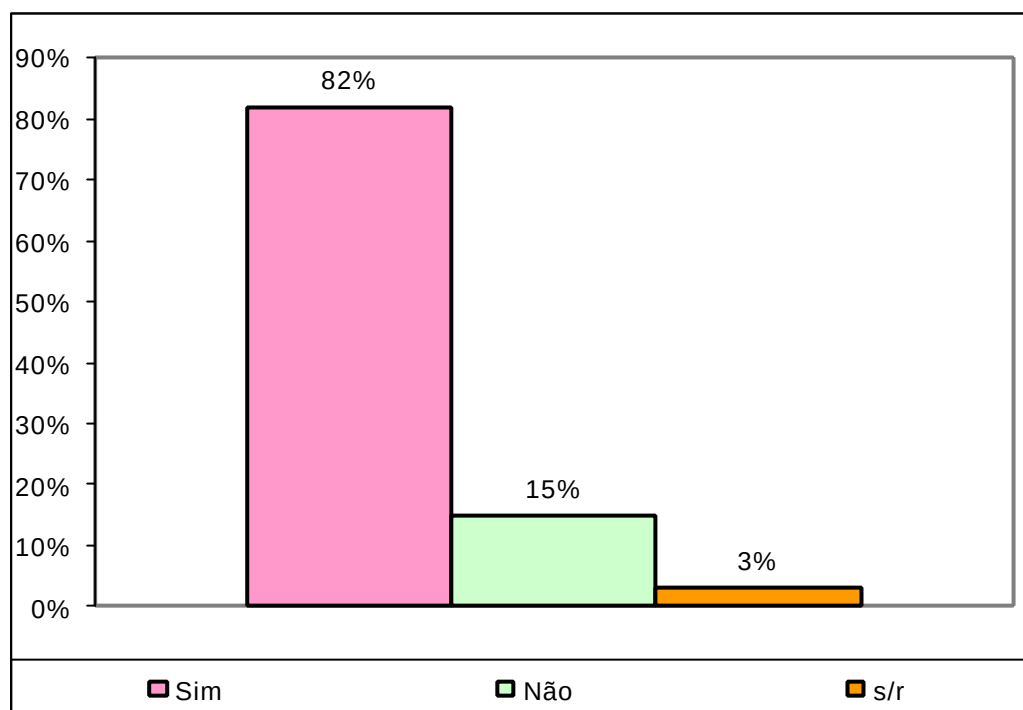
Segundo o coordenador, *‘bs motivos que levaram os idosos a procurarem a dança são vários aspectos, procuram por satisfação, distração e lazer, superar barreiras que não conseguiram durante o decorrer da vida, através da dança eles procuram lidar melhor com as perdas (mortes), da solidão da casa, encontrar novas pessoas iguais a eles e melhorar o resto de vida. É importante ressaltar que a terceira idade muitas vezes só é caracterizada como atividade de socialização, quermesses, bailes e eventos, mas existe um outro lado bastante importante para o idoso, que é a prática esportiva, pois a partir daí eles terão maior disposição para fazer as coisas do dia-a-dia. Quando a pessoa tem maior disponibilidade para fazer algo na vida, acredita que melhora a qualidade de vida. Assim como em qualquer idade, a terceira idade precisa fazer qualquer atividade física. As pessoas que querem freqüentar os bailes mas por algum motivo não pode, e digo e acredito que as barreiras que são colocadas nos bailes representam preconceitos da vida inteira, ou seja, a vida toda eles nunca fizeram isso e ficam com receio de fazer agora. Acham que existe pouca vergonha, além disso a sociedade permite que eles façam isso. Outro aspecto é a família que não permite achando que tal fato pode denegrir a imagem dela. Lá fora, geralmente são pais de médicos e pessoas que tem nível social elevado. Acham que não é cabível os pais irem aos bailes, não gostam que seus pais e avós venham participar, muitas vezes não conhecem o local e a nossa realidade’.*

A busca da diversão continua sendo o grande motivo, mas destacam-se os 3% para formar amizades e os 15% da vontade de namorar que constituem, no fundo, o grande motivo da socialização.

A não freqüência anterior a bailes merece, também, menção.

Nota-se que o idoso é um ser sábio e consciente de suas necessidades e desejos, apesar de todas as influencias sociais (quase sempre produzindo atitudes negativas). *‘Gosto dos bailes, sempre gostei, apesar do preconceito de que velho dançando é ridículo. Ninguém manda na minha vida’.*

**Tabela 17 - Idosos freqüentadores dos bailes e a preferência pela dança.
Presidente Prudente – SP – 2000**

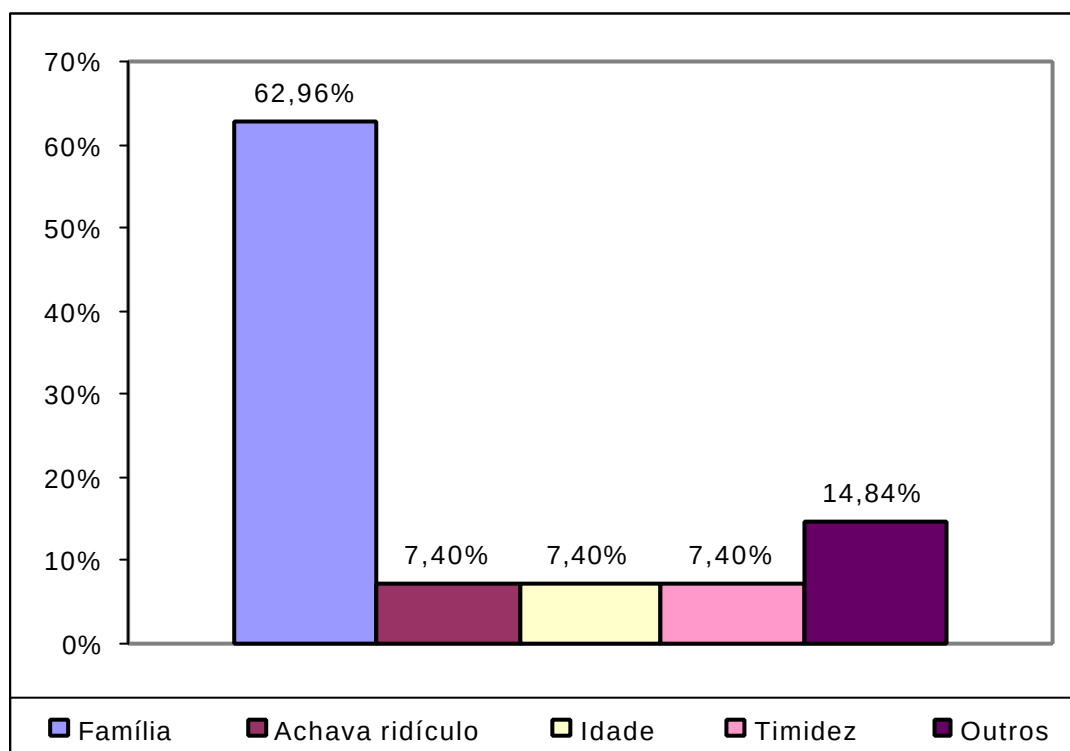


Fonte: Formulários aplicados.

Ao perguntar aos freqüentadores entrevistados se eles sempre gostaram de dançar, observou-se o seguinte: a grande maioria deles, 82%, respondeu que sim, sempre gostou de dançar; 15% que não gostava de dançar e 3% não respondeu a esta questão.

Nota-se que a preferência pela dança sempre existiu e que a freqüência aos bailes parece ser uma motivação que vem acompanhada de vitalidade, socialização, que leva o idoso a vivenciar vários tipos de movimentos (ritmos diferentes de músicas), despertando, assim, suas capacidades individuais e em grupo, ou seja, co-participante na construção do conhecimento e criação de novas amizades no grupo, aprendendo coisas novas, trocando experiências, para eles de valor inigualável; como uma delas declarou *“a dança e a música pra gente é maravilhoso, quando danço esqueço do mundo, sempre gostei de dançar, desde mocinha. Eu fingia que ia dormir n’ uma amiga, mas ia mesmo é para os bailes”*.

Tabela 18 - Idosos freqüentadores dos bailes e as dificuldades e impedimentos encontrados para dançar ou freqüentar os bailes. Presidente Prudente – SP – 2000



Fonte: Formulários aplicados.

Entre os freqüentadores entrevistados que responderam a questão se houve dificuldades ou impedimentos a dançar ou freqüência dos bailes, pode-se observar nesta tabela que: 62,96% afirmou que alguém da família tinha algum tipo de preconceito contra este tipo de baile; 7,40% que achava ridículo este tipo de baile; 7,40% que o motivo era a idade; 7,40% que eram tímidos; e 14,84% que tinham “outros” motivos.

Por essa razão, alguns responderam que saíam às escondidas da família, principalmente os homens, e alguns, identificando a dificuldade, disseram que tiveram que enfrentar a família.

O grande número de dificuldades refere-se à família. Isto fica claro quando uma das freqüentadoras do baile comenta *“eu saía escondido dos meus pais quando era mocinha, agora saio escondida dos meus filhos, que*

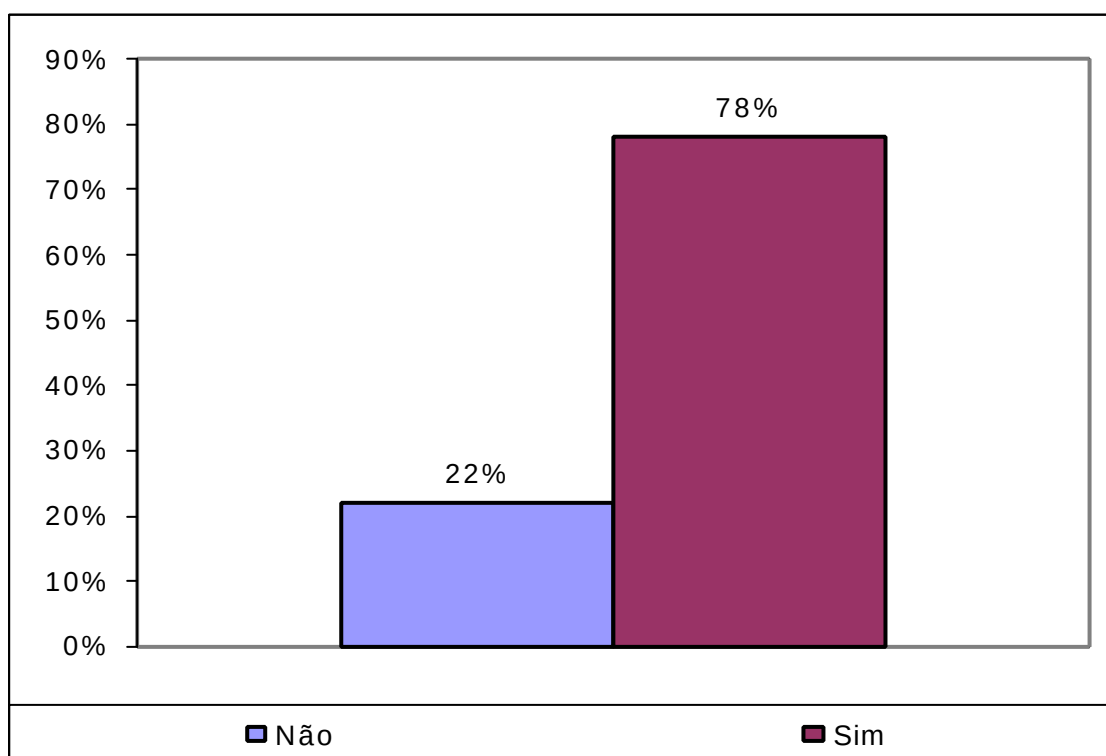
acham os bailes coisa vergonhosa, bonito e certo é ficar cuidando dos netos, aí eu sou certa, não concordo, mas é difícil para mim e sinto muita culpa.”

Fica difícil aceitar uma outra alternativa que não aquela de envelhecer cuidando dos netos; por isso, muitas delas, quando chegam aos programas, dizem-se velhas, incapazes, dependentes. Essa auto-concepção depreciativa da mulher, nada mais é do que o reflexo ideológico projetado pelo imaginário coletivo da sociedade brasileira.

Há uma marchinha de carnaval dos anos 30 que diz: *“Quando eu for velhinho, bem velhinho, e usar bastão, eu ei de ter um netinho p’ra me levar pela mão”*.

4.4 Bailes - efeitos e conseqüências

Tabela 19 - Idosos freqüentadores dos bailes e a mudança do relacionamento pessoal. Presidente Prudente – SP – 2000



Fonte: Formulários aplicados.

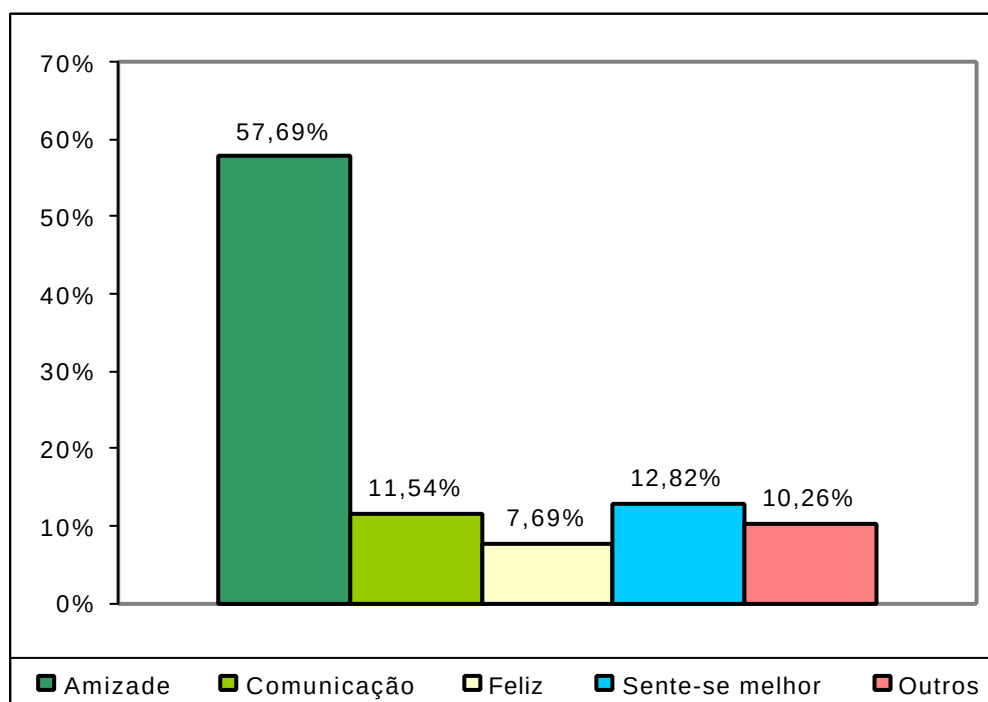
Na tabela acima pode-se observar que: 22% dos freqüentadores entrevistados mencionou que nada mudou em sua forma de relacionamento com outras pessoas; já 78% afirmou que percebeu alguma mudança na forma de seu relacionamento com outras pessoas. Ficou mais fácil, mais amigo, houve mudanças para melhor.

A dança, através de seus movimentos, ajuda o idoso na procura da auto-estima, valorização do seu potencial e abertura de espaços sociais.

Para o coordenador: *"houve alguma mudança com e nos idosos após a implantação dos bailes. Pude observar que houve uma maior participação e evolução da pessoa, elas passaram a se descontrair mais, ficaram mais soltas e relaxadas, adquiriram outro estilo de vida e passaram a achar que podem viver melhor e com mais qualidade de vida".*

Também comenta o presidente: *'houve mudanças nas pessoas após a implantação dos bailes. Elas vinham tristes, aborrecidas, mas quando começaram a freqüentar os bailes ficaram mais satisfeitas e entusiasmadas. Vêm nos agradecer por causa disso e durante a minha administração muitas pessoas já vieram agradecer'.*

Tabela 20 - Idosos freqüentadores dos bailes e natureza das mudanças no relacionamento pessoal. Presidente Prudente – SP – 2000

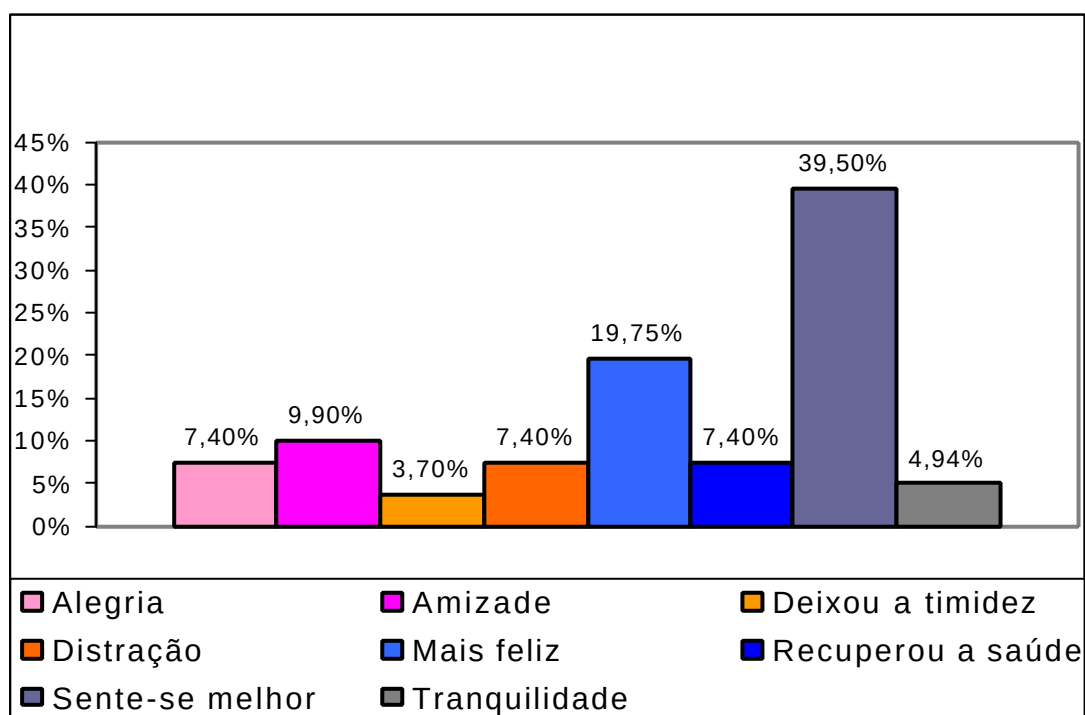


Fonte: Formulários aplicados.

Dos freqüentadores que perceberam alguma mudança no seu relacionamento com outras pessoas, tem-se a seguinte distribuição: 57,69% afirma ter mudado quanto à amizade; 11,54% ter mudado quanto à comunicação; 7,69% estar mais feliz; 12,82% sentir-se melhor; e 10,26% ter outro tipo de mudança.

A sociabilidade, sob a forma de amizade, constituiu a grande mudança alcançada, o que reforça pesquisas anteriores.

Tabela 21 - Idosos freqüentadores dos bailes e as mudanças percebidas em si próprio. Presidente Prudente – SP – 2000

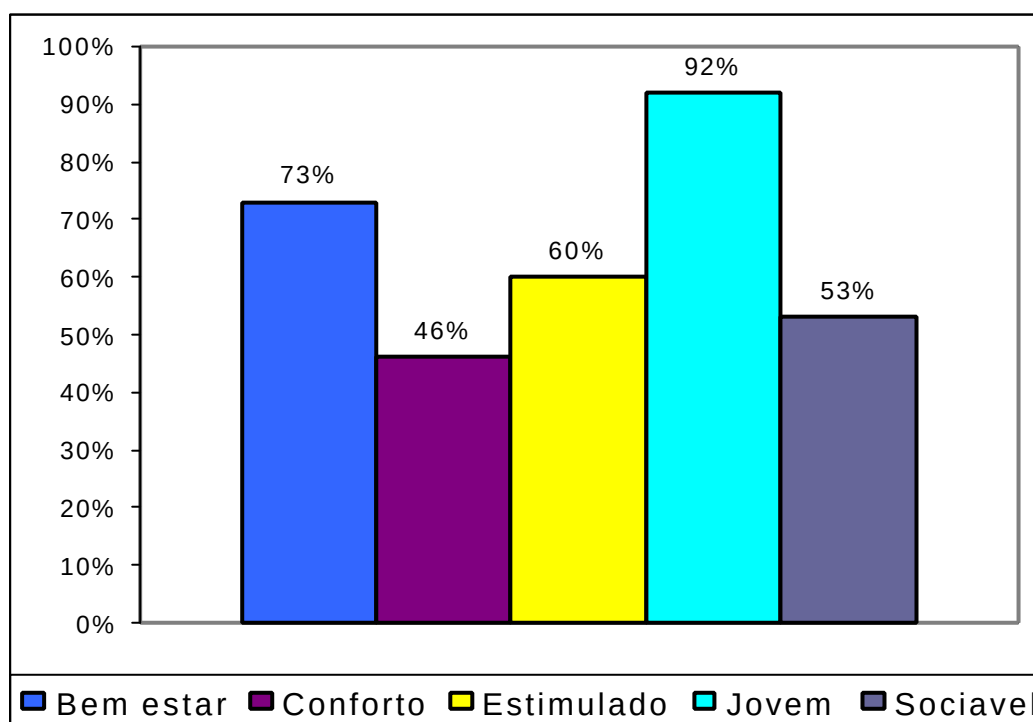


Fonte: Formulários aplicados.

Entre os freqüentadores entrevistados, tem-se a tabela acima em que: 7,40% afirma que sente alegria; 9,90% que faz mais amizades; 3,70% que deixou de ser tímido; 7,40% ter encontrado uma opção para distração; 19,75% sentir-se mais feliz; 7,40% ter recuperado a saúde; 39,50% sentir-se melhor; e 4,94% ter obtido mais tranquilidade.

Das entrevistas ficou clara a percepção dos bailes como essencial à saúde física e mental e a qualidade de vida das pessoas da terceira idade, apontando grandes benefícios neste sentido; no aspecto social: amizade, vencimento da timidez, alegria; na saúde: agilidade, melhor disposição, sentir-se bem, diminuição das doenças ou controle delas; e no psíquico: aceitação de si próprio, melhoria na auto-imagem, segurança (Tabelas 25, 26, 27 e 28).

Tabela 22 - Idosos freqüentadores dos bailes e os sentimentos de que são acometidos. Presidente Prudente – SP – 2000



Fonte: Formulários aplicados (obs.: os entrevistados podiam citar mais que uma alternativa).

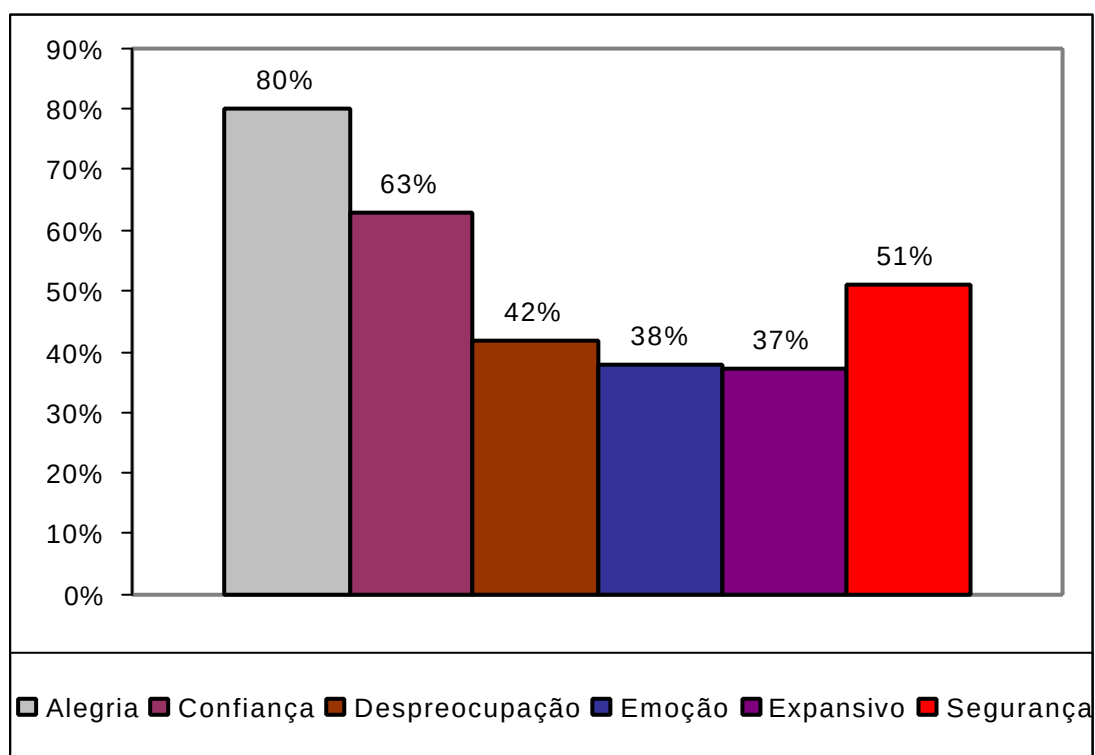
A tabela acima registra o que sentem os idosos quando dançam (as cinco mais citadas): 73% respondeu que sente um bem-estar; 46% que sente conforto; 60% que se sente estimulado; 92% que se sente mais jovem; e 53% que se sente mais sociável.

A dança, no contexto geral, além de ser uma atividade física prazerosa (a maioria dos entrevistados tem essa preferência), influi intimamente na socialização dos praticantes.

Fux (1983), relata que:

“O corpo, quando se expressa no espaço, realiza seqüências que são seu universo. O homem é um universo em miniatura. Através daquilo que sente vive, transforma seus ritmos em sons – que podem ser palavras – e se o desenvolvem no espaço, com o seu corpo, pode expressar aquilo que é, seus medos, suas angústias e suas alegrias”.

Tabela 23 - Idosos freqüentadores dos bailes e o contato com parceiros de dança. Presidente Prudente – SP – 2000

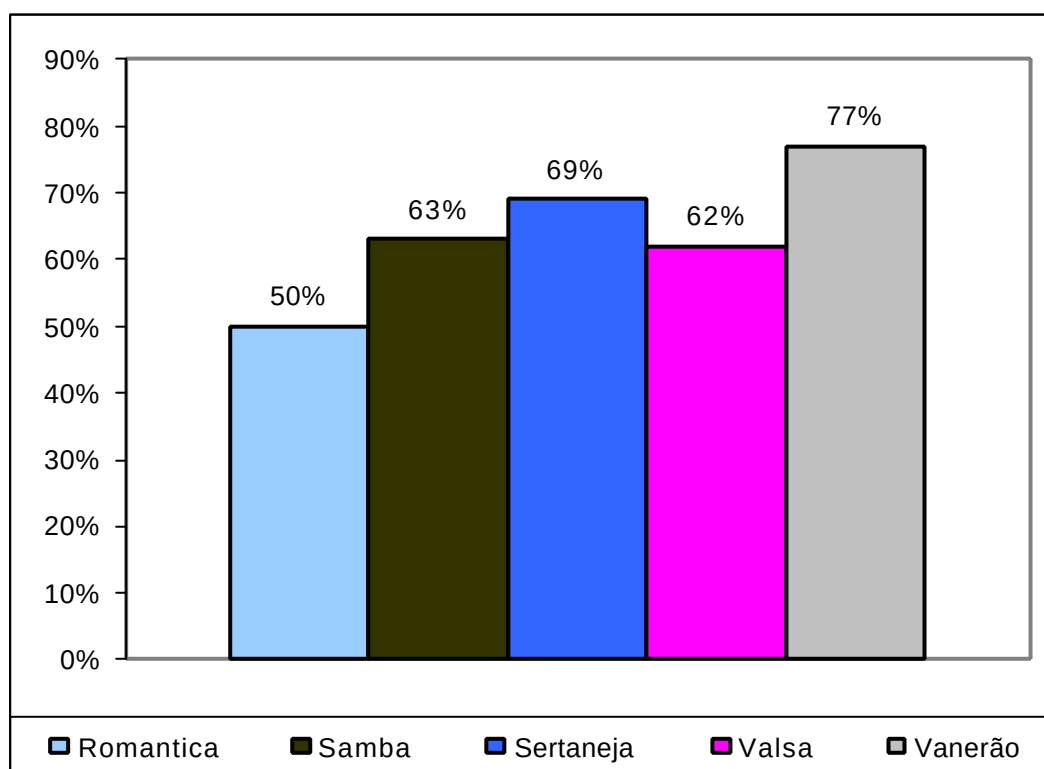


Fonte: Formulários aplicados (obs.: os entrevistados podiam citar mais que uma alternativa).

A tabela acima apresenta as seis alternativas mais citadas pelos freqüentadores entrevistados: 80% citou que o contato com parceiros causa alegria; 63% que o contato causa confiança; 42% causa despreocupação; 38% causa emoção; 37% que o contato deixa-o mais expansivo; e 51% que causa segurança.

Martins (1997), afirma que o contato do corpo com outro corpo, contato este que é tão proibido, de repente passou a ser possível, através da dança nos bailes da terceira idade. Isto é comprovado no depoimento de um freqüentador dos bailes *“eu sou homem e preciso dar uma ‘bicotinha’ (beijar) de vez em quando, mas tenho vergonha por ser velho, mas dançando é mais fácil fazer isto”. “Eu me casei com 14 anos, fiquei casada 30 anos, mas tinha vergonha de beijar e abraçar meu marido em público, hoje sou viúva e não tenho vergonha, porque eu estou dançando e conhecendo as pessoas, eu acho que fiquei ‘assanhada’ no segundo encontro nos bailes já beijo e abraço.”*

**Tabela 24 - Idosos freqüentadores dos bailes e o tipo de dança preferido.
Presidente Prudente – SP – 2000**



Fonte: Formulários aplicados (obs.: os entrevistados podiam citar mais que uma alternativa).

Ao questionar os freqüentadores entrevistados sobre qual era sua preferência quanto à música e dança permitiu a tabela acima verificar que (com as cinco alternativas mais citadas), a maioria, 77%, prefere o vanerão, seguido por 69% que prefere o Sertanejo, depois, praticamente empatados, o samba com 63% e a valsa com 62%; em quinta colocação ficam as músicas românticas.

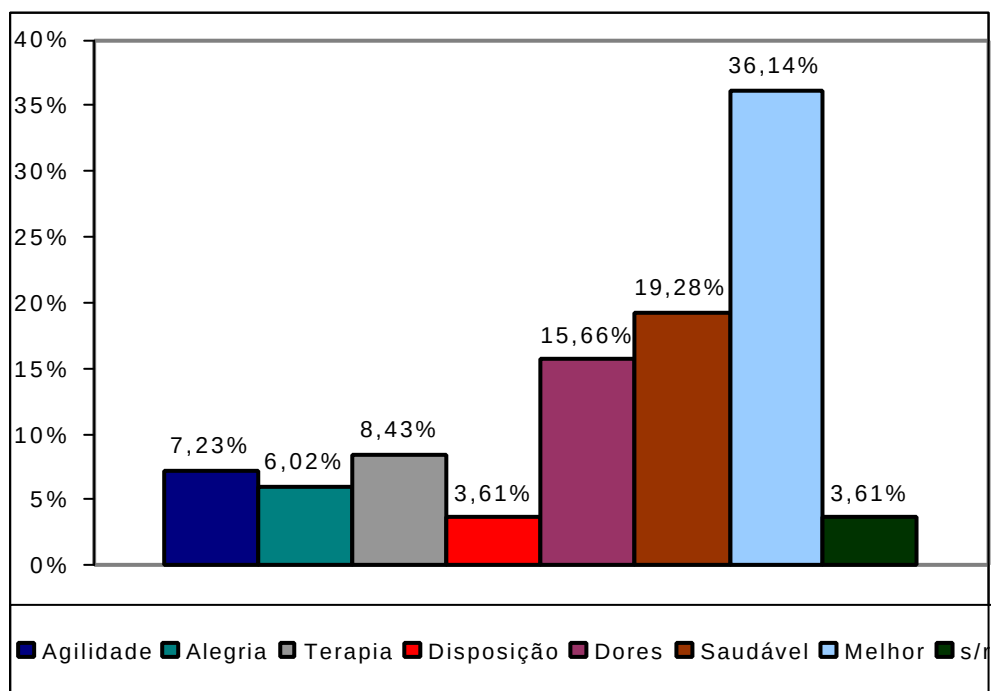
A preferência pelo vanerão se deve ao fato de que é uma das várias danças típicas, sendo sucesso em quase todo o Brasil, através de seus compositores e músicos. É um dos ritmos mais executados nos bailes da terceira idade, seus passos são fáceis (2/2 ou 2/1) de serem executados.

Justifica-se a preferência por esses ritmos por serem bem populares, as músicas são muito tocadas nas rádios e os passos de danças são fáceis, mas principalmente são músicas para serem dançadas à dois: “*adoro um arrasta pé*”. Essa fala é consenso, entre os homens e mulheres.

Effing (1994), comenta que:

“A dança é o melhor divertimento, o que importa é a liberdade de movimento, o sentido da festividade, e a compensação da carência afetiva, pelo contato do corpo de uma pessoa à outra. A dança torna o sentido da liberdade possível, destituídas de ingerências marginais das outras festas. Assim o idoso – aposentado – não se sente marginalizado como pensa que seria em festas ‘profanas’, pois ali, ‘todos são velhos sem maldade’”.

Tabela 25 - Idosos freqüentadores dos bailes e a natureza das mudanças na saúde pela dança. Presidente Prudente – SP – 2000

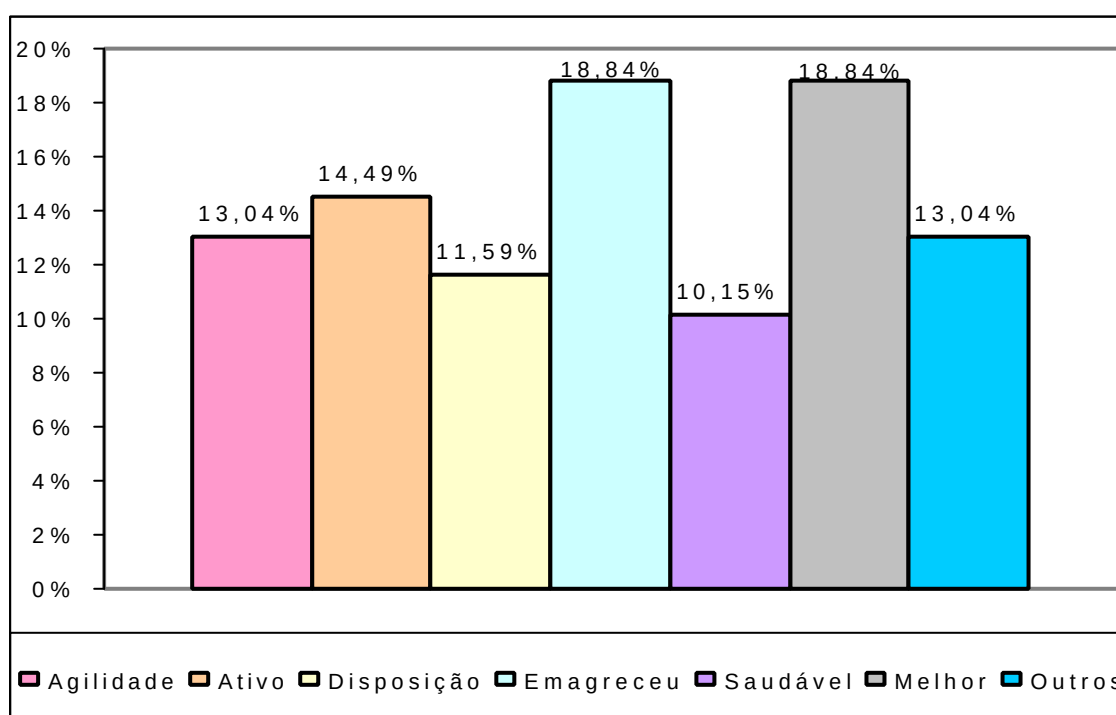


Fonte: Formulários aplicados.

Entre os freqüentadores entrevistados que tiveram alguma mudança em sua saúde através da dança, 7,23% respondeu ter melhorado sua agilidade; 6,02% que melhorou sua alegria; 8,43% que a dança é uma terapia; 3,61% que sua disposição ficou melhor; 15,66% que passou a sentir menos dores; 19,28% ter recuperado a saúde; 36,14% que se sente melhor; e 3,61% não respondeu a esta questão.

Para a grande maioria dos entrevistados, os benefícios da dança foram positivos, pois se sentiram melhor. Isto reforça tudo o que se pesquisou sobre os efeitos da dança para os idosos.

Tabela 26 - Idosos freqüentadores dos bailes e qual mudança no corpo a dança proporcionou. Presidente Prudente – SP – 2000

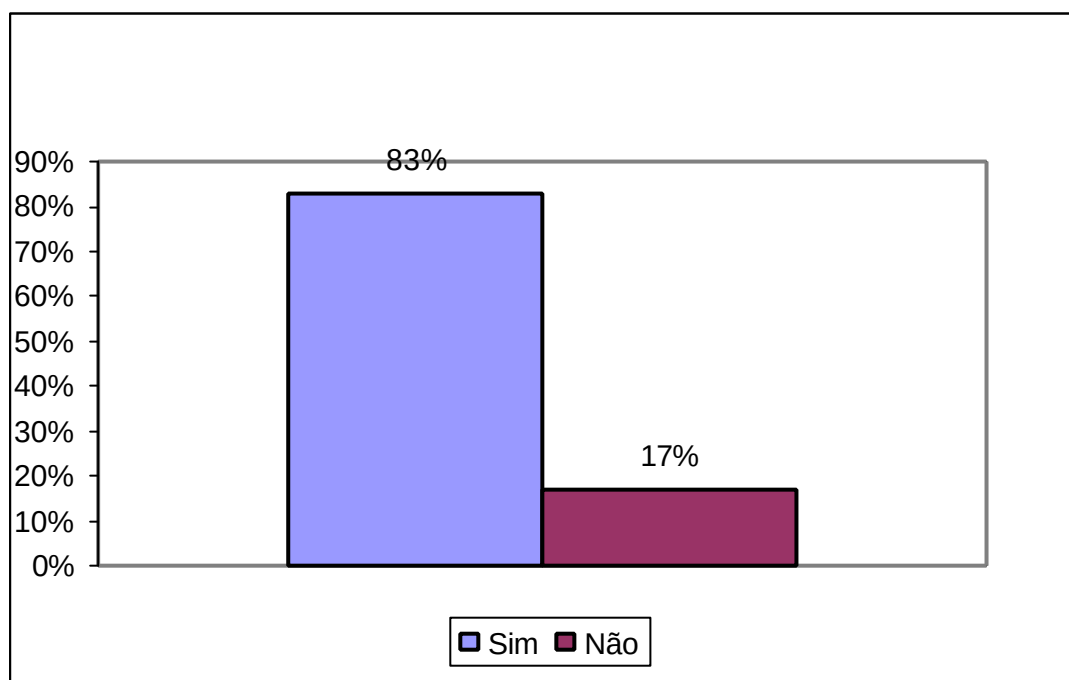


Fonte: Formulários aplicados.

Dos freqüentadores entrevistados que responderam na questão anterior que tiveram alguma mudança em seu corpo através da dança, 13,04% respondeu ter melhorado sua agilidade; 14,49% que se tornou mais ativo; 11,59% que a dança lhe deu mais disposição; 18,84% que com a dança conseguiu emagrecer; 10,15% que se sente mais saudável; 18,84% ter recuperado a saúde; 13,04% que teve “outros” tipos de mudanças corporais.

Nota-se que nos bailes os idosos brincam com seus corpos, inventam, criam, desenvolvem, valorizam-se através da redescoberta de suas qualidades físicas.

Tabela 27 - Idosos freqüentadores dos bailes e sua opinião se é bom ser velho. Presidente Prudente – SP – 2000

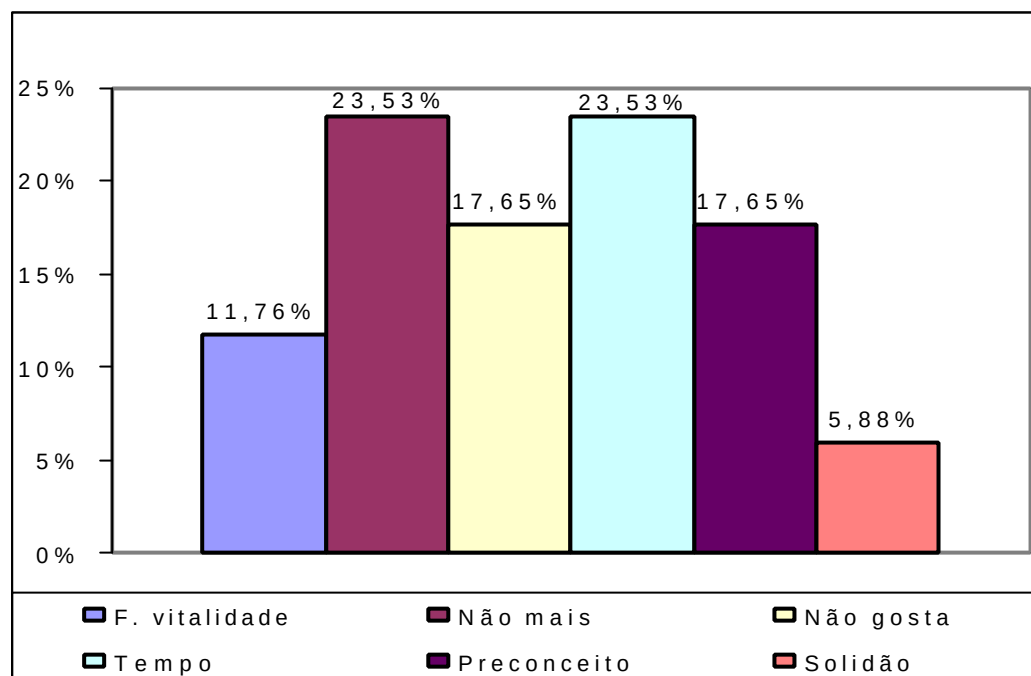


Fonte: Formulários aplicados.

Entre os freqüentadores entrevistados podemos observar que a minoria (17%), acha que “ser velho” não é bom; mas a maioria (83%), acha que “ser velho” é bom.

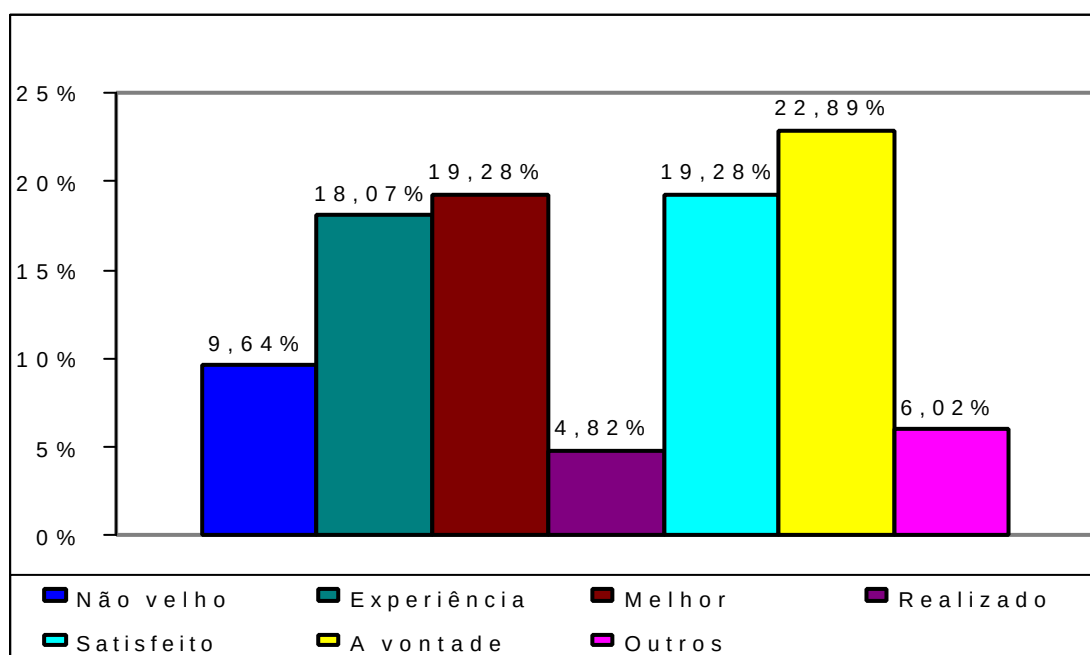
Na última década as pesquisas na área da Psicologia do Desenvolvimento têm demonstrado que aumentar o tempo de vida sem dar-lhe significado já não é mais uma boa forma de lidar com o envelhecimento (DEPS, 1993). Por outro lado, a literatura tem apontado o envolvimento em atividades diversas como afazeres domésticos, atividades sociais, físicas, dentre outras, como um meio bastante eficiente do indivíduo, na terceira idade, obter satisfação e significado para a sua existência. Através de uma atividade que o entretenha, o idoso assume novos compromissos e responsabilidades e se mantém em contato com pessoas que anseiam a mesma coisa.

Tabela 28 - Idosos freqüentadores dos bailes e motivos por acharem que ser velho não é bom. Presidente Prudente – SP – 2000



Fonte: Formulários aplicados.

Tabela 29 - Idosos freqüentadores dos bailes e motivos por acharem que ser velho é bom. Presidente Prudente – SP – 2000



Fonte: Formulários aplicados.

“Idoso é velho e quantas vezes essa palavra é usada de maneira depreciativa. Velho nos dias de hoje, infelizmente, é o que está encostado, é o que não serve mais. E quantos e quantos idosos, de tanto se depararem com essa atitude frente ao avançar dos anos acabaram se convencendo que é a realidade, que tem que viver assim: envelhecemos aos poucos, dia-a-dia, só que não percebemos. E de repente algum fato ou alguém nos desperta: eu estou ficando velho”.

Jacomini (1990), comenta que:

“As atitudes negativas do idoso em relação aos velhos e em relação ao seu próprio ajustamento são, principalmente, um produto de sua formação em uma sociedade que o discrimina e o desvaloriza. Por outro lado, suas atitudes positivas em relação aos velhos e em relação ao seu próprio ajustamento, dependem de sua capacidade de desenvolver uma concepção realista sobre si mesmo e seu ambiente. Deve perceber realisticamente sua idade e limitações, adaptar-se às atividades adequadas à sua idade e ajustar-se aos recursos e condições de vida que lhes são próprios”.

Nas Tabelas 28 e 29 pode-se observar que entre os 17% dos freqüentadores entrevistados que acham que **“ser velho não é bom”**: 11,76% respondeu que falta vitalidade; 23,53% que a juventude não volta mais; 17,65% que não gostam da velhice; 23,53% que não tem mais tempo de vida boa; 17,65% que sofre algum tipo de preconceito e 5,88% que na velhice se sofre com a solidão. Já entre os 83% dos freqüentadores entrevistados que acham que **“ser velho é bom”**: 9,64% respondeu que não se considera velho; 18,07% que o bom da velhice é a experiência adquirida; 19,28% que acha esta ser a melhor fase da vida; 4,82% que se sente realizado; 19,28% que está satisfeito com esta fase; 22,89% que agora se sente mais à vontade para realizar seus desejos e 6,02% que existem “outros” motivos bons para ser velho.

Muitos fatores de ordem biopsicosocioestruturais são citados por Neri (1993), como determinantes do envelhecer bem: longevidade, saúde física e mental, senso de controle, satisfação, estar envolvido numa atividade ou

produzindo algo, condições financeiras favoráveis, manutenção de papéis familiares, relações de amizades, dentre outros.

Analisando os dados obtidos, principalmente o Tabela 29, verifica-se a tonalidade negativa existente entre os velhos entrevistados pela falta de vitalidade, pela juventude que não volta mais, por preconceito, solidão. No entanto, o que predomina e chega até causar estranheza é o fato de 83% dos idosos terem visão positiva da velhice. Sentem-se livres para realizar o que querem, o que gostam, percebem outros motivos bons que só a velhice oferece, até dizem ser esta a melhor fase da vida.

Estes dados confirmam o que a teoria tem dito sobre esta faixa etária.

Lembrando Dias (1998), “agarrar-se à juventude, detestando a meia idade e a velhice? Como as pessoas na sua maioria temem deixar uma casa velha, velhos amigos e fazer outros”.

Silva (1983) em seu trabalho denominado “Corpo Tutelado na Velhice”, comenta que:

“Pensar a velhice é pensar um corpo que revela limites do humano. É pensar a solidão; a velhice é ausência de paixão. É desvendar a unipotência da crença no imutável: a velhice é corporificação da finitude humana. Pensar a velhice é viver a dor. Abandonar-se ao inevitável. Fragmentar-se”.

Dias (1998), relata que:

“A mudança de que falamos é inevitável, tanto quanto as passagens de estações e marés. Tentar afastá-las de nós é exatamente afastar a própria vida. Tudo o que tem vida está em constante mudança. Assim como várias células nossas morrem e outras as substituem, assim como nós vivemos. Quantas lamúrias poderíamos poupar se considerássemos a mudança, o que ela significa – uma oportunidade para crescer!”.

Há queixa de tratamentos omissos, inexistentes ou negados, dispensados aos idosos. Uma sociedade que valoriza apenas a juventude é sociedade caolha, injusta, parcial.

“Os historiadores demonstraram: a representação social que uma sociedade tem de uma idade de vida não é absolutamente representativa de tratamento que a ela reserva” (COSTE, 1981).

Comenta este autor que, paradoxalmente, nos países ocidentais opera uma segregação de idades sem equivalente na história. Fala, inclusive, de que se assiste ao “crepúsculo dos velhos”.

No Brasil apesar de progressos na legislação, o apoio, na prática, se torna difícil. O velho é visto pela Previdência Social como um encargo, como um peso e conquistas sociais neste campo são descontadas, exigindo muitas vezes um movimento de organizações, uma arregimentação dos próprios idosos, fato que possui, também, seu lado positivo.

Das entrevistas ficou clara a percepção do baile como atividade física através da dança de salão, essencial à saúde física, mental e afetivo-sexual. Apontaram grandes benefícios neste sentido.

Martins (1997), comenta que “o contato do corpo com outro corpo, contato este que é tão censurado na nossa sociedade, em função de estereótipos, de repente passou a ser possível através da dança nos bailes da terceira idade”.

Parece que o movimento através da dança, além de atuar nos aspectos biopsicossociais do ser humano, pode ser trabalhado no sentido da autopesquisa corporal, onde o sujeito é o personagem da própria vida, alguém que descreve seu próprio “script”.

Nossos movimentos voluntários são conseqüentemente realizados em decorrência de uma motivação de um desejo. Piret & Béziers (1992), observam que “nossos gestos são inevitavelmente carregados de psiquismo”, isto é, os movimentos que realizamos habitualmente têm sempre um clima emocional atrás de si. Movemo-nos em decorrência deste ou daquele

desejo, impulsionados por tal ou qual motivação, e a raiz deste fenômeno está em razões primordiais da sobrevivência e na procura de prazer.

Nota-se que a frequência aos bailes parece ser uma motivação que vem acompanhada de vitalidade, socialização, que leva o idoso a vivenciar vários tipos de movimentos (ritmos diferentes de músicas), despertando, assim, suas capacidades individuais e em grupo, ou seja, co-participantes na construção do conhecimento e criação de novas amizades no grupo, aprendendo coisas novas, trocando experiências, para eles de valor inigualável.

O reconhecimento que cada um possa realizar, de suas próprias limitações e possibilidades, através da dança, ajuda a localizar-se e a aceitar-se, isto é, a ter uma percepção mais precisa de si mesmo e do mundo.

Brikman (1989), relata que na dança se provocam as linguagens individual e grupal em si mesmas, se projetam a essência criadora do corpo, através do movimento e se revelam o mundo imaginário, os sentimentos, os valores e os símbolos.

5 OBSERVAÇÕES FEITAS DURANTE OS BAILES

Registros feitos antes e durante o baile no qual aconteceram as entrevistas com os frequentadores.

Horário: 13:30 às 18:00 horas

Idade: 45 a 83 anos

Número de participantes por bailes: + ou - 250 pessoas

Logo na entrada do clube há uma portaria, onde são vendidos os ingressos a um preço de dois reais cada. Geralmente as pessoas entram em dupla (homem-mulher, mulher-mulher, homem-homem); raramente sozinhos. A escolha dos idosos a serem entrevistados foi realizada aleatoriamente – cada 5 pessoas que ingressavam no baile, uma era escolhida, não importando o sexo, idade ou estado civil.

Após a portaria há uma parte coberta (apenas o teto), arejada, com mesas e cadeiras espalhadas. As pessoas que se aproximam são recebidas com muito entusiasmo e alegria (nota-se uma confraternização entre esses freqüentadores). Algumas pessoas ficam sentadas, outras de pé e algumas sozinhas nas mesas (raramente).

Há um salão coberto, enorme, simples e limpo, arejado, com janelas e ventiladores, dois banheiros, um bebedouro, um cabideiro para as bolsas, um bar e poucas mesas e cadeiras distribuídas ao redor do salão (deixa-se livre o lugar onde as pessoas dançam).

Notou-se que, tanto homens quanto mulheres, estão vestidos e arrumados para a ocasião. As mulheres estão maquiadas, cabelos arrumados, com colares, pulseiras, unhas esmaltadas e perfumadas. Há entusiasmo e expectativa no ar: olhares atravessados, paqueras bem sutis e alegria.

As mulheres capricham no visual e raramente saem de “cara lavada”. A maquiagem escolhida depende do programa. Já que o ambiente é um baile, elas reforçam o olhar com cores delicadas (sombrias azul, verde, marrom) e capricham nos lábios com batons nas cores vermelha, rosa, base, pó compacto, blush. Tudo isso para o baile da terceira idade e dançar... e como dançar! A aposentada de 58 anos se diverte na pista de dança. “Uso muito a maquiagem quando venho dançar aqui”, diz.

Nas mesas há garrafas de cervejas, de águas, de refrigerantes e salgadinhos, que são vendidos por uma senhora participante do Clube Dona Dalila, voluntária, que fica no bar e na cozinha.

A bebida mais consumida é a cerveja. Tanto homens como mulheres a solicitam com freqüência. Nos períodos em que foram aplicados os formulários da pesquisa, nenhuma pessoa ficou alterada devido às bebidas alcoólicas (cervejas). Foi observado que as pessoas estavam alegres e entusiasmadas, sendo que havia um clima de festa e confraternização. As pessoas estavam receptivas, calorosas, cumprimentavam-se entre si, querendo fazer contatos, se interessando pelo que o outro fazia.

A banda que toca nos bailes há cinco anos é animada, bem estruturada (equipada) com repertório variado, tocando vários estilos rítmicos

de músicas e danças. As músicas mais tocadas são: vanerão, sertaneja, pagode, samba, valsa, xote e algumas românticas. Tão logo a banda começava a tocar, as pessoas entravam no salão para dançar. Elas só paravam de dançar quando a banda dava uma pausa e colocava fita-cassete e, dependendo da música, alguns continuavam dançando e outros iam para fora a fim de se refrescarem, sendo que muitos pingavam de suor; porém, isto não impedia que eles recobrassem o entusiasmo e a vontade de dançar.

Observou-se que no salão havia homens dançando com mulheres e mulheres com mulheres (a maioria).

O que chamou a atenção foi um senhor deficiente físico (só com uma perna); dançava como podia, tirava as mulheres para dançar com desenvoltura e não parecia se importar se elas aceitassem ou não o convite para dançar. Ao entrevistá-lo, comentou que sempre vem aos bailes e que sua deficiência não o impede de dançar, pois ele se esforça o máximo para fazer o melhor.

À parte, havia algumas pessoas jogando cartas, baralho, buraco, pôquer (tanto homens como mulheres).

Uma voluntária do clube (sócia), que trabalha no bar há mais de cinco anos, fez as seguintes observações:

“Os bailes são mais freqüentados aos sábados (mais ou menos 300 pessoas).

As pessoas vêm de todos os lugares da cidade (Presidente Prudente) e também de algumas cidades vizinhas.

A maioria se conhece, há uma rotatividade dos pares.

Quase sempre as pessoas que freqüentam os bailes são as mesmas, alguns são namorados, outros são casados (minoria), mas a maioria solteiros(as), viúvos(as), separados(as).

A banda é sempre a mesma e as músicas variam às vezes.

Não pode entrar pessoas bebendo ou fumando no salão de baile.

Não é permitido beijar e abraçar de forma “indecente”, porque o presidente tira do salão e dá suspensão (excesso), deve-se ter respeito.

Nota-se que os bailes trazem muita alegria, amizade, amor para as pessoas.

Todos os outros clubes da cidade e outras cidades vizinhas freqüentam os bailes (a Prefeitura autoriza sua realização – concede alvará). O baile é a atividade mais freqüentada e esperada pela maioria. Eu mesma adoro, daqui do bar, ver os olhares, as paqueras, início de namoros, o bem que o baile faz nas pessoas.

Algumas pessoas procuram os bailes com necessidade de desabafar, porque assim, ela poderá com seu corpo, se soltar e expressar as tristezas que sente.

Dançar com outra pessoa faz você conseguir romper as barreiras do relacionamento das pessoas que não se conhece, você tem que tocar em outra pessoa”.

Algumas mulheres nunca namoraram outro homem (só quando morreu), hoje elas têm liberdade e não há preço que se paga.

Notou-se que no início dos bailes as pessoas já chegam ansiosas para dançarem, receptivas, brincando. Durante os bailes este clima festivo continua, e vai se intensificando na medida que as pessoas conversam. Este clima permanece até o final dos mesmos.

Muitas mulheres sentem-se “livres” nos bailes, longe de olhar crítico e das famílias. Sentem-se “aceitas”, deixam fluir sentimentos reprimidos, pois o baile é o local ideal para isso (segundo depoimento dos freqüentadores dos bailes).

Observou-se que o fato de pessoas com idades semelhantes conviverem juntas dá uma abertura para falar de coisas parecidas pelas quais passam, como perdas: do corpo jovem, dos filhos, da energia para realizar muitas coisas, das doenças, dentre outras, de poderem dar risadas e falar das suas experiências boas e ruins. É uma maneira de se sentir feliz, de adquirir conhecimento, novas vivências, novas amizades.

Verificou-se que há uma solidariedade que vai despontando entre elas. “A visão dos participantes do clube vai mudando com o passar dos meses e em menos de um ano as pessoas se transformam” (depoimento de integrante deste clube e também de outros).

A maioria das pessoas que vai aos bailes relata que procura o clube com a intenção apenas de obter mais saúde, pois este é o sistema aceito pela sociedade, para uma pessoa velha. À medida que vão freqüentando os bailes elas mudam e sentem-se mais seguras (aceitas), e começam até a arrumar namorados, paquerar (direito que é negado aos velhos). A dança ajuda na auto-estima, recuperação de um tempo que parecia perdido.

Como afirma Claro (1995), “o corpo exige respeito, afinal, é através dele que nos fazemos presentes, é a nossa forma de estar no mundo. Trabalhar com o corpo é cotidiano, contínuo e inevitável”.

O simples fato delas se arrumarem e cumprirem um ritual (roupas, maquiagem e cabelo), é estímulo para saírem de casa, encontrar os amigos e fazer novos, trocar informações sobre suas experiências passadas e presentes; isto os tornam mais confiantes e com muita vontade de viver.

Lidz (1983), relata que:

“Vale a pena viver para se aprender algo de novo, lembrar antigos valores perdidos pelos caminhos de nossa história, para continuar a buscar o crescimento do ser, independente da fase de vida que estamos vivendo. Aprendem novas formas de comunicação social (antes limitadas a casa, filhos, marido)”.

Notou-se que uma atividade de lazer (a dança) é muito rica para despertar o potencial das pessoas idosas, pois faz com que consigam com o tempo, se transformar em seres mais felizes, mais autoconfiantes. Ao por em ação essas capacidades até então não percebidas, elas se convertem em um vocabulário corporal fluído, consoante com a situação de vida, afiançam a identidade e, como consequência, possibilitam uma melhor inserção na sociedade.

Fux (1983), relata que:

“O corpo, quando se expressa no espaço, realiza seqüências que são seu universo. O homem é um universo em miniatura. Através daquilo que sente e vive, transforma seu ritmo em sons – que podem ser

palavras – e se o desenvolvem no espaço, com seu corpo, pode expressar aquilo que é, seus medos, suas angústias e suas alegrias”.

Na dança, conseguem se desinibir, descobrindo as expressões, a linguagem do seu corpo e do outro. Permitem que seu corpo se expresse no espaço, tempo e no ritmo da música. Percebeu-se que as emoções e sentimentos reprimidos afloram e a alegria transparece.

Através da dança os idosos têm a oportunidade de se reencontrarem, redescobrando seu potencial e se perceberem como seres humanos que podem, e devem, se valorizar como cidadãos ativos e participantes, recuperando assim a sua auto-imagem, e mostrando aos familiares e sociedade sua capacidade de pensar e de agir por si mesmos.

Percebeu-se que o jovem, por não ter contato direto com essa faixa etária, se fecha nos seus grupos, não se misturando com outras faixas etárias, embora tenhamos notado que, pela proximidade física, há uma grande aceitação. Todos os alunos envolvidos na pesquisa durante a coleta de dados se surpreenderam com a participação ativa e feliz dos idosos. Muitos deles comentavam: *‘professora, que experiência gostosa entrevistar estas pessoas, a energia deles é muito grande, eu não imaginava que eles fossem pra frente, conversam com a gente de igual, eles sabem das coisas. Será que os meus avós também são assim? Eu pouco converso com eles, acho-os ‘gagas’, chatos, só reclamando.... E se eu pedir para eles freqüentarem os bailes? Será que eles vem? Será que meus pais vão deixar? Não vão ficar ridículos? Eu percebi que algumas mulheres são ‘assanhadas’, elas precisam se ‘por em seu lugar’, se comportarem, uma delas até me paquerou na cara dura. Eu fiquei pasmo, a minha avó nunca faria isso, ela é uma velhinha séria e decente, mas seria muito bom que os meus avós viessem aos bailes. Acho que faria um ‘bem danado’ prá eles, eu vou conversar com eles e convencê-los a participarem dos bailes’.*

Os depoimentos dos alunos nos levam a crer que o contato com pessoas nessa faixa etária sempre foi preconceituoso, porque tanto os jovens quanto os velhos estiveram distantes, vivendo realidades diferentes, como se

fosse impossível essas pessoas se relacionarem de forma prazerosa, amiga e séria.

Isto nos leva a crer que os bailes são apenas um meio para os idosos estarem juntos, sentindo a presença não apenas física, mas afetiva, gostosa, amiga; contribuindo nos aspectos físico-psicossociais.

É de extrema importância a continuidade de programas sociais como o Clube Dona Dalila, onde, além dos bailes, têm uma programação de várias atividades físico-recreativas e culturais para uma integração dos idosos na sociedade. Notamos que a conquista destes programas, incluindo as universidades abertas à terceira idade, destacam-se em dois planos: no plano pessoal e no plano coletivo. No plano pessoal, o destaque é para a possibilidade que as pessoas têm de melhorar a auto-imagem e obter um relacionamento familiar a um nível mais elevado; o que leva os jovens a falarem num reviver, num renascer. No plano coletivo, os programas representam a criação de um espaço de participação, onde o bem estar com a vida e com a idade passam a ser vividos coletivamente. Ao mesmo tempo, é um espaço de negação do envelhecimento na sua concepção antiga, como etapa de perdas, frustrações e falta de perspectivas; como já dizia o sociólogo Antonio Jordão Neto, em seu livro “A Segregação do Velho na Sociedade”.

“Cuidar do velho é a melhor forma de ajudar o planeta”, o professor teólogo Frei Leonardo Boff diz: “Vivemos no mundo todo um déficit de cuidado, que é fruto do desequilíbrio das dimensões femininas e masculinas do ser humano”. E diz ainda que: “O ser humano tem que cuidar de si, dos outros e de todas as formas de vida do planeta para não acabar sendo extinto como os dinossauros. É lastimável que o homem contemporâneo tenha que inventar objetos para cuidar em vez de fazer isso com os seres à sua volta – uma criança, um avô, um irmão, um animal, uma planta”.

A legitimidade de um fim de vida sadio não se baseia necessariamente no contínuo sacrifício ao trabalho, mas no reconhecimento implícito do constante desenvolvimento do homem e da perene capacidade de aprendizado para todos os que assim desejarem.

A memória, a sexualidade, a energia, a capacidade de relacionamento com outras pessoas e o entusiasmo, perduram por toda a existência da maioria das pessoas.

O envelhecer não afetará do ponto de vista humano. Quando a velhice chegar, você não será e nem tampouco se sentirá diferente daquilo que é agora ou o foi no tempo da juventude, terá apenas mais experiência. Sua aparência física, contudo, não será a mesma, podendo ocorrer problemas físicos. Estes, não obstante, o acometerão na mesma medida em que afetam pessoas de qualquer idade. O indivíduo “velho” simplesmente viveu mais do que o indivíduo jovem.

George Bernard Shaw, considerado o mais importante dramaturgo britânico, escreve sua primeira peça aos 36 anos de idade. Crítico de arte, música e teatro, romancista, sua última obra teatral montada foi escrita quando tinha 90 anos. Conseguiu trabalhar com extraordinária vitalidade até sua morte, aos 94 anos.

ALGUMAS CONSIDERAÇÕES À GUIA DE FECHAMENTO DA PESQUISA

Os objetivos da pesquisa, pode-se dizer, foram atingidos. O levantamento das razões, dos sentidos e motivos da dança na terceira idade foi possível de ser realizado e a atividade (baile), pôde ser caracterizada.

Percebemos pelos depoimentos dos idosos que a preferência pela dança, objeto deste estudo, é simplesmente pela emoção do contato físico e social que ela pode proporcionar, pois se sabe que a dança permite a integração, a encenação de fantasia e a manifestação do desejo de liberdade, reconhecida pelo senso comum sob a denominação de desejo e prazer.

Assim, entendemos que a dança de salão para o idoso deve levá-lo à descoberta de si mesmo, ao autoconhecimento, para que possa sempre atualizar suas potencialidades e reconhecer-se como singular. Okuma (1998) completa: “Não se trata de um realizar mecânico de atividades como único a ser considerado, mas o realizar de atividades que tenham significado, que devem ser vividos na sua totalidade, pois o ser humano é total”.

As características do processo de envelhecimento, os estereótipos sociais, a construção contínua da identidade, a necessidade de motivação para uma auto-imagem positiva, a importância do programa de lazer, e, principalmente, a dança de salão, objeto desta pesquisa, são pontos abordados na revisão de literatura e resultados nos depoimentos dos sujeitos. Cada um destes aspectos integra o indivíduo, caracterizando e refletindo no seu movimento “a dança” e na conseqüente percepção de movimento e de vida.

Na trajetória de seu desenvolvimento, os movimentos humanos conquistaram suas autonomias, sua inteligência própria. Isto aconteceu à medida que nossa espécie foi se refinando. Ou seja, esse aprimoramento de movimentos ocorreu de acordo com propósitos funcionais associados às nossas necessidades de sobrevivência ou de refinamento dos desejos humanos.

Socialmente, a prática da dança de salão (bailes) nestes programas de lazer para o idoso, reincide-o à sociedade; ele integra-se à outras pessoas, une-se em associações e grupos de convivência. Possibilita a discussão de seus problemas em conjunto, a organizarem-se para lutarem por seus direitos e por melhores condições de vida. Além do que, quando participam dos bailes, estão sempre em grupos, motivando-os a continuarem sempre ativos.

A velhice deve ser entendida por um conceito absoluto, muito embora, assuma características comuns, originadas das condições físicas e dos próprios limites impostos pela sociedade. Envelhecer é uma propriedade particular, com vivências e expectativas específicas que não reduzem a responsabilidade de vida e participação ativa no processo social, pois, mesmo velho, continua membro da sociedade.

As sociedades modernas precisam, cada vez mais, repensar a vida, principalmente a vida daqueles que avançam no tempo, através de ações construtivas que dignifiquem e valorizem a experiência de cada indivíduo, buscando nas fontes inatas da sabedoria humana.

Respostas para as suas inquietações e angústias, uma característica notável da arte, especialmente a dança e a música, tem sido a capacidade de ser reconhecida nas civilizações ocidentais e orientais com os recursos para obtenção de uma boa qualidade de vida nos aspectos biopsicossociais e culturais (MALUF, 1998).

É possível que o despertar para uma nova consciência, em relação à vida dos idosos, transforme, desmistifique muitos dos conceitos que ora lhes são atribuídos, reservando-lhes o direito de viverem e de se manifestarem como seres humanos, ontologicamente originais e únicos.

Em rito de novo milênio, podemos olhar para trás e perguntar se as questões do passado permanecerão neste novo século.

Poderosas revoluções tecnológicas em diferentes campos do conhecimento já foram anunciadas e deverão repercutir de maneira dramática ao longo dos próximos anos. Quão à frente é a nossa visão a ponto de tomarmos decisões hoje, antecipando tendência e padrões?

Talvez, ao olhar para o século passado, alguns concluirão que foi “pouco desenvolvido”. Afinal, terminamos o século com questões dramáticas, pouco equacionadas, como os direitos humanos, qualidade de vida, educação, poluição, guerras, crescimento populacional, impacto da globalização, entre inúmeros outros pontos. Como serão as manchetes dos jornais (se existirem), nos próximos 5, 10, 20, 50 anos?

Mas o ser humano é imprevisível. No século 21 a juventude deve começar lá pelos 40 anos, e a velhice acontecerá a partir dos 80. Mentes sem fronteiras, corpo em devida forma, pleno exercício profissional. Mas nem tudo são flores para esta faixa etária. Segundo a OMS, as principais doenças que acometem os idosos têm na própria idade avançada, o fator de risco. Por isso são considerados tão importantes o envelhecimento saudável e a manutenção da máxima capacidade funcional, o que significa a valorização da autonomia e a preservação da independência física e mental do idoso.

Percebe-se, claramente, que é o sentido que os homens conferem à sua existência, e o seu sistema global de valores que define o sentido e o valor da velhice.

O presente trabalho visou nos oportunizar que a teoria estudada pode ser aplicada em situações práticas e teve como objetivos:

- proporcionar uma reflexão mais profunda sobre a questão do envelhecimento do seu valor e do seu sentido;
- propiciar, através da integração em grupo, um redescobrimento de como podem manter e/ ou retornar a ter atividades.

A metodologia aplicada no trabalho possibilitou o envolvimento e questionamento dos idosos quanto à importância dessa atividade (no caso a dança de salão).

A realização deste trabalho permitiu observarmos a importância físico-psicossocial da dança como integração.

O envelhecimento da população é uma aspiração natural de qualquer sociedade; por isso, se torna importante almejar uma melhoria da qualidade de vida daqueles que já envelheceram ou que estão no processo de

envelhecimento. Manutenção da autonomia e independência é uma tarefa complexa que resulta dessa conquista social.

Consideramos a importância e a valorização do envelhecimento da sociedade na promoção desses grupos de convivência. Percebeu-se que:

- o envelhecimento da família e da comunidade, na discussão das questões sobre a Terceira Idade, é de suma importância para que o idoso não fique à margem da sociedade e possa interagir com os seus;

- os idosos vinculados ao Clube Dona Dalila expressam a perspectiva de futuro em relação à continuidade dos bailes, vivendo cada vez mais com saúde, com qualidade de vida, participando da sociedade e lutando pela sua cidadania, com deveres e direitos como qualquer cidadão.

Num dia agradável, pegar o carro ou mesmo à pé, dependendo da distância, e entrar no Clube Dona Dalila. Conversar com os idosos sobre suas vidas, as atividades de lazer e intelectual.... É difícil não se contagiar com estas pessoas. O clima acolhedor invade o coração e a fisionomia de todos.

O presidente do clube é um dos animados participantes dos bailes, que ocorrem todas as terças e quintas-feiras, no período da tarde, em um salão construído num bairro da cidade. É lá que, movidos ao som da banda, todos confraternizam-se ao som de músicas sertanejas, forró e românticas, que envolvem homens e mulheres pelo resto da tarde. A euforia destes encontros só consegue ser superada pelo próximo baile, acompanhados de cervejas, salgadinhos, refrigerantes, tornando estes bailes essenciais para a vida dos idosos.

*“Em **cada passo** percebemos diversos caminhos, em **cada giro** viajamos o Mundo, em **cada olhar** transmitimos desejos, em **cada toque** multiplicamos sensações, em **cada queda** transcendemos a emoção, em **cada dança** sonhamos, com os pés no chão”.*

Ricardo Donizete de Freitas

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ALMEIDA, V. L. V. **Imagens da velhice**: olhar antropológico. São Paulo: [s.n.], 1998. p. 63.
- ANDERSON, B. **Alongue-se**. São Paulo: Summus, 1983. p. 89-90.
- ARANHA, M. L. A. **Filosofando**: introdução à filosofia. São Paulo: Moderna, 1986. p. 67-69.
- BARBANTI, V. J. **Dicionário da educação física e do esporte**. São Paulo: Manole, 1994. p. 18.
- BARBANTI, V. J. **Teoria e prática de treinamento desportivo**. São Paulo: Edgard Blucher, 1990. p. 30-32
- BARRETO, M. L. **Admirável mundo velho**: velhice, fantasia e realidade social, São Paulo: Ática. 1992. 237p.
- BEAUVOIR, S. **A velhice**: a realidade incômoda. São Paulo: Difusão Européia do Livro, 1970. p. 32.
- BERGER, B.; McINMAN, G. **Exercise and the quality of life**. Nova York: Macmilan, 1993. p. 101.
- BERGER, I. **Viver o seu corpo**: por uma pedagogia do movimento. 3. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1986. p. 82-85.
- BOAS, M. I. V. **Dançando na terceira idade**. 1996. Monografia (Especialização em Aspectos Sócio-culturais da Educação Física) – Universidade Estadual Paulista, Rio Claro.
- BOLFT, L. **Saber cuidar**: ética do humano, compaixão pela terra. São Paulo: Vozes, 1999. p. 58-59.
- BOLSANELLO, A. **Análise do comportamento humano em psicologia**. São Paulo: Educacional Brasileira, 1991. p. 23-25.
- BOSI, E. **Memória e sociedade**. São Paulo: Quieroz, 1979. p. 98.
- BOSSU, H. **A expressão corporal**. São Paulo: Angelotti, 1979. p. 34-36.
- BOUTLER, R. N.; LEWIS, I. **Sexo e amor na terceira idade**. São Paulo: Summus, 1976. p. 28-30.

BRIKMAN, L. **A linguagem do movimento corporal**. Tradução de Beatriz A. Cannabrava. São Paulo: Summus, 1989. p. 17-18.

BRUHNS, H. O culto do corpo: prazer, o fenômeno no lazer e o lúdico. **REVISTA BRASILEIRA DE CIÊNCIAS DO ESPORTE**, v. 6, n. 3, 1992.

CAGIGAL, J. M. **Cultura intelectual y cultura física**. Buenos Aires: Kapelusz, 1979. p. 41.

CARDOSO, J. R. Atividades para a terceira idade. **REVISTA A TERCEIRA IDADE**, v. 4, n. 5, 1992.

CARVALHO, J.M. **Dicionário 2001 do homem moderno**. São Paulo: Egéria, 2000. p. 87, 89.

CASCUDO, L. C. **Dicionário do folclore brasileiro**. Rio de Janeiro: MEC, 1954. p. 4, 6.

CLARO, E. **Método - dança - educação física**. São Paulo: Robe, 1995. p. 16-17.

CONFORT, A. **A boa idade**. São Paulo: Círculo do Livro, 1977. p. 20-22.

CORTELLA, M. S. **Repensando o envelhecer**: entre o mito e a razão. São Paulo: PUC, 1998. p. 28-29.

COSTA, M. **Sexualidade na adolescência**: dilemas e crescimento. Porto Alegre: L & PM, 1986. p. 12.

COSTE, J. C. **A psicomotricidade**. 2. ed. São Paulo: Zahar, 1981. p. 13, 16.

CRUZ, S. A. **A interferência da música e a dança de salão no estado de ânimo de indivíduos da terceira idade**. Rio Claro: UNESP, 1998. p. 21-24.

CUNHA, M. **Dance aprendendo, aprenda dançando**. Porto Alegre: Sagra D-C Luzzato, 1992. p. 14-15.

D'ANDRÉIA, F. F. **Desenvolvimento da personalidade**. 3. ed. São Paulo: DIFEL, 1974. p. 81.

DEPS, V. L. Atividade e bem-estar psicológico na maturidade. In: NERI, A. L. (Org.). **Qualidade de vida e idade madura**. Campinas: Papyrus, 1993. p. 18, 29.

DEUTSCH, S. **Música e dança de salão**: interferência da dança nos estados de ânimo. 1997. Tese (Doutorado) - Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo, São Paulo.

- DIAS, J. F. S. **Atividade na terceira idade**. Santa Maria: UFSM, 1989. p. 24.
- EISDORFER, C. Other ways of growing old. In: AMOS, P. T. S. (Ed.). **Antropological perspectives**. Califórnia: Press Stanford, 1981. p. 7.
- ELLMERICH, L. **História da dança**. 3. ed. São Paulo: Record, 1964. p. 54.
- ERIKSON, E. H. **Childboad and society**. 2. ed. New York: Norton, 1963. p. 83.
- FARO, A. J. **Pequena história da dança**. Rio de Janeiro: Zahar, 1986. p. 39, 89.
- FELDENKRAIS, M. La autoimage. In: _____. **Autoconciencia por el movimiento**. Barcelona: Paidos, 1985. p. 113.
- FILAZ, C. M. **A atitude dos idosos frente ao envelhecimento e a busca da atividade física**. Rio Claro: UNESP, 1998. p. 25.
- FINI, M. S. L. **Uma aventura através da dança**. Rio Claro: UNESP, 1987. p. 85.
- FONTANELLA, F. C. **O corpo no limiar da subjetividade**. Piracicaba: UNIMEP, 1995. p. 59.
- FORNACIARI, G. **Como aprender a dançar**: novo método de danças modernas. São Paulo: [s.n.], 1957. p. 12, 55 e 89.
- FOUCALT, M. **Vigiar e punir**. Trad. de Lígia M. Pondi Vassalo. Petrópolis: Vozes, 1988.
- FRAIMAN, A. P. **Coisas da idade**. São Paulo: Gente, 1995. p. 13, 19.
- FRAIMAN, A. P. O fim da vida na percepção do jovem e do velho. **REVISTA DA TERCEIRA IDADE**, São Paulo, v. 5, n. 9, 1994.
- FREIRE, J. B. **Educação de corpo inteiro**: teoria e prática de educação física. São Paulo: Scipione, 1989. p. 47.
- FREITAS, R.; BARBOSA, C. **Danças de salão**: a vida em movimento. Franca: Fundação Mario de Andrade, 1998. p. 118, 121.
- FUX, M. **Dança experiência de vida**. São Paulo: Summus, 1983. p. 21, 67, 83.
- GAIARSA, J. A. **Como enfrentar a velhice**. Campinas: Ícone, 1983. p. 97.
- _____. **O que é corpo**. 2. ed. São Paulo: Brasiliense, 1987. p. 68.

GANDARA, M. **Ritmo: importância e aplicação.** Campinas: Palmeiras, 1986. p. 39, 87.

GARAUDY, R. **Dançar a vida.** 3. ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1980. p. 87, 91.

GIFFONI, M. A. C. **Considerações históricas sobre a dança no Brasil.** São Paulo: Secretaria da Educação e Cultura, 1971. p. 13, 19 (Separata do Arquivo Municipal).

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social.** São Paulo: Atlas, 1984. p. 69.

GONÇALVES, A. K. **O idoso aposentado e a percepção de seu movimento.** 1996. Dissertação (Mestrado em Motricidade Humana) – Universidade Estadual Paulista, Rio Claro.

GONZAGA, L. **Técnicas de dança de salão.** Rio de Janeiro: Sprint, 1996. p. 31, 67.

GUARDINI, R. **As idades da vida: o seu significado ético e pedagógico.** São Paulo: Quadrante, 1990. p. 55.

GUEDES, D. P. Exercício físico: moda ou necessidade? **REVISTA BRASILEIRA DE ATIVIDADE E SAÚDE**, v. 7, n. 3, 1995.

GUIDI, M. L.; MOREIRA, L. **Rejuvenescer a velhice.** Brasília: UnB, 1984. p. 41.

HOFMANN, V. **Dictionaire des sciences du sport.** Germany: Erich Beyer, 1987. p. 94.

HOGHE, R. **Cadernos de teatro.** Rio de Janeiro: Gráfica Editora do Livro, 1988. p. 22.

IDLA, E. **Movimiento y ritmo.** Buenos Aires: Paidós, 1972. p. 111, 113.

IKELS, C. et al. Perceptions of the adult life course: a cross-cultural analysis. **Ageing and Society**, Nottingham, v. 12, p. 49, march 1992.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Análise demográfica: expansão da terceira idade.** Brasília, 2000.

JACOMINI, W. **O envelhecimento da população e a condição dos idosos: processos sociais analisados em Rio Claro.** 1990. Tese (Doutorado) – Universidade Estadual Paulista, Rio Claro.

JUSTO, J. S. Errâncias e errantes: um estudo sobre os andarilhos de estrada. In: JUSTO, J. S.; SAGAWA, R. Y. **Rumos do saber psicológico**. São Paulo: Arte & Ciência, 1998. p. 27.

KALACHE, A. Envelhecimento no contexto internacional: a perspectiva mundial de saúde. **ANAIS DO ENVELHECIMENTO POPULACIONAL**, Brasília, v. 6, n. 4, p. 38, 1996.

LABAN, R. **Dança educativa moderna**. São Paulo: Ícone, 1987. p. 121.

_____. **Domínio do movimento**. São Paulo: Summus, 1978. p. 63, 89, 110.

LEAL, M. **A preparação física na dança**. Rio de Janeiro: Sprint, 1998. p. 39.

LEVI-STRAUSS, C. **As estruturas elementares do parentesco**. Petrópolis: Vozes, 1976. p. 112.

LIDZ, T. **A pessoa e o seu desenvolvimento durante o ciclo vital**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1983. p. 47, 90.

LUDKE, M.; ANDRÉ, M. E. D. A. **Pesquisa em educação**: abordagens qualitativas. São Paulo: EPU, 1986. p. 46.

MALUF, A. M. **Os programas de lazer para a terceira idade na cidade de Presidente Prudente – SP**: um diagnóstico. Presidente Prudente: FCT/UNESP, 1998. p. 66.

MARQUES FILHO, E. **A importância da atividade física no processo de envelhecimento da terceira idade**. São Paulo: SESC, 1998. p. 39.

MARTINS, E. J. S. **De volta à escola**: investindo em uma proposta da universidade aberta à terceira idade. 1997. Tese (Doutorado) – Faculdade de Filosofia e Ciências, Universidade Estadual Paulista, Marília.

MARTINS, J.; BICUDO, M. A. V. **A pesquisa quantitativa em psicologia**: fundamentos e recursos básicos. São Paulo: EDUC, 1989. p. 71.

MEDINA, J. P. S. **A educação física cuida do corpo e "mente"**. São Paulo: Papirus, 1987. p. 81.

MEINEL, K. **Motricidade I**: teoria da motricidade esportiva sob o aspecto pedagógico. Rio de Janeiro: [s.n.], 1987. p. 107.

MELLO, O. V. **O idoso cidadão**. Passo Fundo: Berthier, 1994. p. 31, 63, 95.

MENDES, M. G. **A dança**. 2. ed. São Paulo: Ática, 1987. p. 85, 91 e 101.

MERCADANTE, E. **A velhice**: culturas diversas, temperalidades distintas. São Paulo: Sprint, 1998. p. 63.

MERLEAU PONTY, M. **Fenomenologia da percepção**. Rio de Janeiro: Freitas Bastos, 1971. p. 94.

MINAYO, M. C. et al. **Pesquisa social**: teoria, método e criatividade. Petrópolis: Vozes, 1994. p. 36-37.

MOTTA, E. Juventude para os velhos. **REVISTA A TERCEIRA IDADE**, São Paulo, v. 4, n. 6, p. 28, 1992.

NANNI, D. A dança como veículo de expressão e comunicação: uma visão holística. **REVISTA BRASILEIRA DE CIÊNCIAS E MOVIMENTO**, v. 3, n. 5, 1989.

NERI, A. L. **Envelhecer num país de jovens**: significados de velho e velhice segundo brasileiros não idosos. Campinas: UNICAMP, 1991. p. 18, 93, 131.

_____. **Psicologia do envelhecimento**. Campinas: Papirus, 1995. p. 82.

OKUMA, S. S. **O idoso e a atividade física**. Campinas: Papirus, 1998. p. 20, 63, 93, 135.

PAIVA, V. M. B. A mulher de meia idade: perdas, solidão e corpo. **REVISTA A TERCEIRA IDADE**, São Paulo, v. 4, n. 5, 1992.

PAVLOV, K. H. **Textos escolhidos**. São Paulo: Abril Cultural, 1984. p. 69 (Coleção Os Pensadores).

PIKUNAS, J. **Desenvolvimento humano**. São Paulo: McGraw Hill, 1973. p. 81.

PINHO, E. **Exercícios físicos para a terceira idade**. São Paulo: Manole, 1987. p. 127.

PINI, M. C. **Fisiologia esportiva**. Rio de Janeiro: Guanabara, 1989. p. 16.

PINTO, R. M. A educação musical na educação rítmica do movimento humano. In: CONGRESSO BRASILEIRO DE CIÊNCIAS DO ESPORTE, 7., 1991, Uberlândia. **Anais...** Uberlândia: [s.n.], 1991.

PIRET, S.; BÉZIER. **A coordenação motora**. São Paulo: Summus, 1992, p. 13.

POWERS, E. A.; BULTENA, G. L. Sex differences in intimate friendships of oldage. **JOURNAL OF MARRIAGE AND THE FAMILY**, p. 64, 1996.

RAUCHABACK, R. **O envelhecimento e a atividade física: a atividade física para a terceira idade.** [S.l]: Lavise, 1990. p. 39, 48.

RESENDE, V. L. P. Dance, lute, mexa-se. **BOLETIM DE INTERCÂMBIO**, v. 4, n. 19, 1984.

REVISTA O CORREIO DA UNESCO, v. 27, n. 3, março de 1999.

RICHARDSON, R. J. et al. **Pesquisa social: métodos e técnicas.** São Paulo: Atlas, 1985. p. 92.

RODRIGUES, J. K. **O tabu do corpo.** 3. ed. Rio de Janeiro: Achiamé, 1983. p. 116.

SALGADO, M. A. **Um trabalho com grupo de aposentados.** São Paulo: SESC, 1973. p. 73.

SANTIN, S. **Educação física: uma abordagem filosófica da corporiedade.** Ijuí: Unijuí, 1987. p. 77, 98, 115.

SAUR, E. **Ginástica rítmica escolar.** Rio de Janeiro: Tecnoprint, 1980. p. 61.

SAYED, E. Envelhecimento e prevenção. **REVISTA PSI – JORNAL DA PSICOLOGIA**, v. 1, n. 3, p. 18, 2000.

SEAGOE, M. V. **O processo de aprendizagem e a prática escolar.** São Paulo: Nacional, 1972. p. 15.

SIEBERT, R. E. S. Corpo e movimento humano: hábito ou memória. **REVISTA BRASILEIRA DE CIÊNCIAS DO ESPORTE**, v. 15, n. 2, jan. 1994.

_____. **Dominação e autoritarismo na prática pedagógica da educação física e as possibilidades de sua superação.** 1992. Dissertação (Mestrado em Educação) – Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis.

SILVA, C. C. **A terceira idade.** São Paulo: Ática, 1992. p. 13.

SILVA, S. A. R. F. **Corpo tutelado da velhice.** 1983. Dissertação (Mestrado) – Pontifícia Universidade Católica, São Paulo.

STEINER, M. H. C. F. O jovem constrói sua imagem do idoso. In: _____. **Problemas do idoso: um desafio social.** São Paulo; USP, 1984. p. 96.

STOKOE, P. **Expressão corporal na pré-escola.** São Paulo: Summus, 1987. p. 83, 92.

TREMÉA, C. L.; VIEIRA, M.; TASCA, S. Vida à terceira idade. Caxias do Sul: UCS. **SENSU – PÓS-GRADUAÇÃO EM REVISTA**, v. 1, n. 1, 1998.

VAN DALLEN, D. B., MEYER, W. J. **Manual de técnica de la investigación educacional**. Buenos Aires: Paidós, 1971.

VOLP, C. M. **Vivenciando a dança de salão**. 1994. Tese (Doutorado em Psicologia da Educação) – Universidade de São Paulo, São Paulo.

WEINECK, J. **Biologia do esporte**. São Paulo: Manole, 1991. p. 131.

WELLS, R. **O corpo se expressa e dança**. Rio de Janeiro: Francisco Alves, 1986. p. 69, 102.

WHITING, H. T. A. **Concepts in skill learning**. London: Lepus Books, 1975. p. 74.

ANEXOS