

## A ARTE E A QUALIDADE DE VIDA DO IDOSO

### THE ART AND THE QUALITY OF LIFE OF THE ELDERLY

Lilian Socio da Silva e Sá<sup>1</sup>, Ana Cândida Paoletti Magalhães<sup>2</sup>

**RESUMO:** Este artigo tem o objetivo de estudar a relação entre a arte e a qualidade de vida das pessoas idosas, observando como o aprendizado das artes age positivamente com esse grupo especificamente.

Trata-se de uma pesquisa descritiva, que busca demonstrar o fenômeno do envelhecimento, situando a terceira idade na atualidade, o que espera, qual o entendimento que possui em relação ao conceito de Arte e qual interferência positiva recebe do aprendizado artístico.

Usando como base o interacionismo simbólico como eixo de pesquisa e também a observação das aulas de Artes Manuais e Teatro, na Faculdade Aberta da Terceira Idade, na UNG – Campus Centro, para poder interagir com o objeto de estudo, pôde-se constatar que os idosos que vivenciam o contato com a Arte, recebem benefícios tais como o aprendizado de coisas novas e a descoberta e treino de habilidades, às vezes, até então pouco exploradas e buscam no relacionamento formas de lidar com o estresse e aprender coisas novas, tendo assim uma melhoria significativa em sua qualidade de vida.

**PALAVRAS-CHAVE:** Idoso. Arte. Terceira Idade. Aprendizado de Artes. Qualidade de vida.

**ABSTRACT:** *This article aims to study the relationship between art and Quality of life of older people, observing how the learning of arts acts positively to this group specifically. It is a descriptive research that seeks to demonstrate the phenomenon of aging, placing the Elderly today, what do you expect what you have in the understanding of the concept of art and which receives positive interference artistic learning. Building on symbolic interactionism as a hub for research and also the observation of classes of Manual Arts and Theatre, the Open College of the Third Age in UnG – Campus Center, to Interact with the object of study, it was noted that the Elderly who experience contact with art receive benefits such as learning and discovering new things and skills training, sometimes hitherto little explored in the relationship and seek ways of dealing with stress and learn new things, and thus having a significant improvement in their Quality of life.*

**KEYWORDS:** *Elderly. Art. Senior. Arts learning. Quality of life.*

1 Aluna do Curso de Artes Visuais da Universidade Guarulhos – email: liliansocio@gmail.com

2 Professora Mestra e Orientadora do Curso de Artes Visuais da Universidade Guarulhos



## RECORDO AINDA

Recordo ainda... e nada mais me importa...  
Aqueles dias de uma luz tão mansa  
Que me deixavam, sempre, de lembrança,  
Algum brinquedo novo à minha porta...

Mas veio um vento de Desesperança  
Soprando cinzas pela noite morta!  
E eu pendurei na galharia torta  
Todos os meus brinquedos de criança...

Estrada afora após segui... Mas, aí,  
Embora idade e senso eu aparente  
Não vos iludais o velho que aqui vai:

Eu quero os meus brinquedos novamente!  
Sou um pobre menino... acreditai!...  
Que envelheceu, um dia, de repente!...

Mario Quintana

## INTRODUÇÃO

Para melhor entender a relação entre arte e qualidade de vida do idoso faz-se necessário estabelecermos que o idoso é uma pessoa com sessenta anos ou mais e que sua perspectiva de uma vida tem sido cada vez mais longa, em relação aos séculos anteriores e vem aumentando, portanto as pessoas chegarão cada vez mais a uma idade mais avançada. Segundo a pesquisadora da UATI, Profa. Freitas, “há pesquisas que indicam que em 2050, a cada três pessoas, duas serão idosas”.

No passado a evolução humana era considerada de forma linear: a criança aprendia, o jovem vivenciava e o idoso não tinha mais o que fazer, esperava, portanto, o momento de morrer. Hoje esse pensamen-

to mudou, e sabe-se que o idoso tem condições de melhorar sua capacidade de concentração e continua com sua capacidade de aprender até com seus erros.

O desenvolvimento tecnológico-científico, desde meados do século XX até hoje, aumentou vertiginosamente. Quem não se atualizou constantemente, teve dificuldade em acompanhá-lo. Há 50 anos, o avanço dos recursos tecnológicos não era tão rápido quanto atualmente. As pessoas com faixa etária superior aos 50 anos costumam ter dificuldades em se adaptar a essa rapidez. Esse estranhamento, somado ao fato da saída do mercado de trabalho por conta da aposentadoria e conseqüente diminuição de contato com esses avanços, provoca uma situação de estresse. O resultado disso é que acabam tornando-se inativos e vítimas do isolamento, princi-

pais fatores no desenvolvimento de algumas doenças, que os afetam. Pior do que o desgaste físico é o desgaste emocional que é o que realmente limita, impõe a inércia e traz como consequência várias doenças que afetam o físico e o psicológico.

É importante salientar que tudo o que for feito para prevenir doenças, principalmente as doenças da mente, que acabam por causar outras tantas físicas deve ser levado em consideração. As faculdades abertas à terceira idade são iniciativas que visam promover ao idoso uma continuidade de aprendizados, que promovem sua interação social e sua integração com a contemporaneidade.

A arte, sempre marginalizada, era usada mais como um fazer sem outros objetivos, uma terapia ocupacional, um artesanato, mas a mesma pode e deve exceder esses limites e, se vivenciada nos parâmetros da proposta triangular que Ana Mae Barbosa adaptou ao Brasil, inspirada em Discipline Based Art Education, pode assim aumentar os horizontes, funcionando não só como uma terapia, mas como uma reeducação do olhar, do sentir e do fazer.

O principal objetivo deste trabalho foi responder a pergunta: Qual é a contribuição da arte como fator de inclusão social da terceira idade? Além disso, espera-se que os resultados dessa pesquisa sirvam para incentivar projetos envolvendo a arte-educação e o público da terceira idade, visando à melhoria da qualidade de vida desse público.

Como referencial teórico foi utilizada, principalmente, a teoria do Desenvolvimento Psicossocial, de Erick Erickson (1902-1994), que separava o desenvolvimento humano em oito etapas, sendo a oitava e última, a fase da “Integridade X Desesperança” que se localiza a partir dos sessenta anos de idade. Sua teoria difere da opinião de outros autores, que acreditavam que o indivíduo parava seu desenvolvimento na adolescência, e a partir daí, agiria de acordo com a for-

mação que se efetuara até esta idade. Para Erickson (1998) o ser humano aprende durante toda a vida, não no mesmo ritmo, mas de maneira contínua. A fase da integridade é, portanto, a fase de colher os frutos, de aproveitar o que foi realizado, senão pode ser a fase da desesperança, o que será explicado posteriormente. Já Skinner (1985) diz que a qualidade de vida depende da adaptação do indivíduo, com as limitações impostas pelo envelhecimento do corpo, e que é possível viver bem com essas limitações, superando-as com o uso da criatividade.

Outro autor pesquisado foi Vygotsky (2001) que faz considerações sobre o ato de fruir frente às obras de arte e de como este modifica o pensar, o agir e o sentir, aperfeiçoando a relação das pessoas com o meio em que vivem.

A metodologia usada para desenvolver este trabalho apropriou-se de recursos como a pesquisa de campo, com presença nas aulas de artes da UATI, para observação de seus alunos e, sobretudo de como reagem às atividades desenvolvidas.

## FATORES DO DESENVOLVIMENTO

O tempo, grandeza que controla o passar dos anos, pode ser considerado algo relativo. Quando se espera que algo aconteça, costuma demorar, entretanto passa rapidamente quando não se quer.

Pensando na vida humana, podemos recorrer a uma explicação poética e mítica da passagem do tempo, na visão Grega. Na antiguidade havia duas palavras para nominar o tempo: “Cronos” e “Kairós”.

Cronos se referia ao tempo do relógio, que marca os segundos, os minutos, as horas, sempre de maneira automática e rítmica, sempre caminhando com sua cadência que não respeita o tempo Kairós, que é o tempo da emoção humana, das alegrias e ansiedades, segundo o qual é possível considerar interminável um momento de sofrimento e muito rápido um momento



de satisfação, quando queríamos que durasse mais um momento junto a uma pessoa querida e vemos que esse tempo esgotou-se rapidamente, ao olhar para o relógio-Cronos.

O tempo-humano, Kairós, é subordinado ao tempo-relógio, Cronos, que leva a todos a caminhar para frente, sempre em frente...

O desenvolvimento humano é objeto de estudo desde o surgimento da filosofia, e vem sendo aperfeiçoado pela psicologia que sempre demonstrou um interesse, principalmente pelas crianças, já que representavam de certa forma, a origem, o princípio de todos os indivíduos humanos e suas descobertas e aprendizados. A velhice, sempre foi encarada como uma espécie de reta de chegada, ou estágio final. Sabemos que todos os seres humanos morrem um dia, não necessariamente na velhice, mas há uma analogia do desenvolvimento do ser humano, com sua culminância na maturidade e consequentemente sua morte (Neri, 2001).

As palavras “maturidade” e “amadurecimento” são ligadas semiologicamente ao desenvolvimento de árvores frutíferas, que, partindo das sementes, desenvolvem-se até originar outras sementes, cumprindo assim um ciclo reprodutivo. A partir daí, cumprida sua missão reprodutiva, não importando quantos anos dure, há o declínio, até seu fim.

Segundo Neri (2001, p.12), “No sentido biológico, os termos maturação e amadurecer estão ligados a processos intrínsecos de mudança que conduzem o organismo a um ponto de culminância no desenvolvimento”. Esse processo biológico obedece a uma sequência uma ordem, orientados a uma finalidade, que depende de mecanismos genético-biológicos. Essa associação de processo biológico vegetal com o humano deu origem a um paradigma organicista, que caracterizou muitas teorias na psicologia, tais como as de Gesell (1933), Freud (1925-1952) e Piaget (1933-1952), sobre o desenvolvimento, nesse caso, infantil.

A partir dos anos 60, com o surgimento do paradigma sociogenético e à ampla aceitação da teoria psicossocial de Erick Erickson, de que o ser humano se desenvolve por toda a vida, dividindo-a em etapas, e dependendo da interação entre o indivíduo e o meio ao qual ele pertencesse. O resultado seria uma variável de como o próprio indivíduo lidaria com essa interação.

Dentro de sua teoria, Erickson aborda um ser humano que amadurece indefinidamente e estipula faixas etárias, em que costumam ocorrer certos fatos que contribuem para o indivíduo reagir, positivamente ou não, aos estímulos propostos. A faixa que mais interessa a esse estudo é Integridade X Desesperança.

Trata-se da oitava faixa etária, na teoria do desenvolvimento psicossocial, e é caracterizada pelo fato da pessoa que já criou os filhos, já trabalhou, já está conhecendo os netos, olhar para trás e avaliar o que ocorreu, retribuindo valores, pesando na balança o que valeu e o que não valeu à pena e que atitudes ela tomará em relação a isso. Nessa relação da Integridade X Desesperança, a Integridade se concretiza quando a pessoa chega à conclusão de que, no geral, foi bem sucedida, teve mais vitórias do que fracassos, e mais acertos do que erros, tendo conseguido realizar várias coisas e superando aquilo que não deu certo, encarando como aprendizado. Tem uma avaliação positiva no balanço da vida e está pronta para colher os frutos, tendo uma vida de satisfação e realização, já sem o compromisso de cuidar de filhos, mas com o compromisso consigo mesmo. A Desesperança, ao contrário, ocorre quando a pessoa ao reavaliar sua existência, crê que poderia fazer tudo de maneira diferente, sentindo-se arrependido e acreditando que não haverá tempo para voltar atrás e desfazer o que considera errado.

Levando-se tudo isso em consideração, resolveu-se observar um grupo de idosos interagindo em aulas de Artes.



## A VELHICE COM INTEGRIDADE

Para averiguar e observar o que foi descrito acima, sobre a oitava fase de Erickson, foi feita uma observação na UATI (Universidade Aberta a Terceira Idade) da Universidade Guarulhos, de um grupo de terceira idade, subdividido em dois grupos, um de Teatro e um de Artes Manuais. Nem todos os alunos possuem 60 anos ou mais, mas estão na oitava fase, vivenciando um momento em que já se aposentaram e usam esse tempo para investir em novas aprendizagens.

As aulas, de maneira geral, na UATI, dependem de professores voluntários para existirem.

O grupo de Artes Manuais é um grupo onde se desenvolvem aulas de produção de artesanato. É um grupo bem animado, que encara o fazer como maneira de aprender coisas novas, treinar e descobrir habilidades, preencher o tempo livre de maneira produtiva, aprender coisas novas e também de cuidar da autoestima, já que se descobrem capazes de criar algo que consideram belo, com as próprias mãos. É um grupo de vinte e cinco alunas, todas mulheres.

Nas aulas, a professora ensina técnicas como, mosaico, utilizando frascos de plástico não transparente, fuxicos, que é uma técnica em que se usa agulha e linha para franzir pedaços redondos de tecido que podem ser utilizados de várias formas, confecção de peças com materiais recicláveis, pintura a óleo sobre azulejo, entre outras. As técnicas são ensinadas passo a passo, com a confecção de uma peça pela professora e outras pelas alunas. Muitas têm dificuldades, então tudo é feito bem devagar, para que todas consigam fazer. As que conseguem ajudam as outras, mantendo uma interação constante. Mostram-se sempre bem dispostas a ajudarem-se as outras e recebem bem e acolhem prontamente algum visitante ou membro novo do grupo.

A professora estimula-os a não pararem por

aí, depois de dominarem a técnica, que partam para criações próprias. Há alunos que se inscrevem no programa “Talentos da Maturidade”, agora um projeto do grupo Santander, que premia os autores de trabalhos artísticos, podendo participar somente pessoas acima de sessenta anos. Uma aluna conseguiu se classificar, com um trabalho em mosaico.

Nesta turma, o que, a primeira vista, pode ser considerada uma aula de artesanato, mostra-se estimuladora, oferecendo às alunas uma ampliação de olhares e gostos. Muitas alunas usam-na como forma de terapia, de momento único de interiorização e também de exteriorização de seus pensamentos e sentimentos, por meio da confecção do objeto, não com a finalidade de comercializar, mas para criar, pôr mãos à obra e transformar o material em algo criado pelas suas mãos.

O grupo de teatro, composto por dezessete alunos, dentre os quais dois são homens, é igualmente animado e mais falante do que o primeiro. Os objetivos por que fazem teatro são: treinar e descobrir habilidades, vencer a timidez, relacionar-se com pessoas e estar junto com outros, aumentarem o autoconhecimento, focarem a atenção, treinarem a memória e conversarem, enfim, buscam no relacionamento formas de lidar com o estresse e aprender coisas novas.

As aulas começam com um exercício de meditação e concentração, e estendem-se com jogos teatrais, com diversas finalidades: memorização, atenção, vocalização. Durante os exercícios, os alunos têm a oportunidade de se comunicarem, trocarem ideias e experiências e também são convidados a pensar e refletir. O objetivo final das reuniões é a montagem de uma peça. É solicitado a eles que colaborem com ideias e mesmo na organização da história que será encenada. Alguns são mais proativos, opinando, e outros mais reservados. Muito são prestativos e alegres, mais falantes do que o grupo de Artes Manuais.



Tanto no caso do teatro, quanto das artes manuais, os alunos trabalham a materialidade no processo de criação. O primeiro grupo lida com materiais de fato, tintas, pincéis, azulejos e o segundo grupo trabalha, usando como matéria da obra, o próprio corpo, a voz, as expressões corporais e faciais. Além disso, o segundo grupo estudará um pouco de figurino e maquiagem, a fim de ressaltar esse trabalho corporal. Diante desse trabalho material, manual/corporal, têm a oportunidade de entrar em contato com a construção de uma poética pessoal, que faz com que descubram novas possibilidades artísticas.

Verificou-se que todos os alunos, dos dois grupos, têm opiniões do que é arte e o que é ser artista. A maioria acredita em arte como forma de expressão, descrevendo o artista como pessoa sensível e capaz de exteriorizar sentimentos através de uma atuação ou objeto, que não serve necessariamente para agradar aos sentidos. Alguns aliam os conceitos de imitação da natureza, ou de beleza, leveza, harmonia, proporção, com a história e sentimentos humanos, dando uma valorização maior à estética e considerando só o que julgam como belo como sendo algo artístico.

É importante salientar, que os alunos dos dois grupos fizeram, fazem e também gostariam de fazer outros cursos, não só ligados a alguma linguagem artística, mas também a outras áreas de conhecimento. Para eles, o importante é estar ativo e em contato com novos conhecimentos e pessoas, porém se houver algum curso na área das artes dentre os que eles possam escolher, certamente o farão, pois acreditam que a arte é uma amplidão do olhar e também maneira de se autoafirmar como ser criador e criativo e relacionar-se consigo e com o próximo, além de achar divertido.

No tocante a esses dois grupos, podemos relacionar seu comportamento com a Integridade de Erickson, pois são motivados, tentam aproveitar as oportunidades de colher. São pessoas que fizeram a escolha

de aproveitar sua história e experiências, nem sempre positivas, como oportunidade de crescimento, no olhar mais humano com o próximo. Compreendem que há um caminho que já foi percorrido, mas que há estrada pela frente, que oferece possibilidade crescimento e aprendizado e querem aproveitar o tempo restante de maneira produtiva.

O importante, para eles, é aproveitar com alegria e prazer o tempo que têm pela frente, assim como todos os indivíduos devem fazer, independentemente da idade, pois o Tempo não pertence a ninguém e é impossível saber quando ele irá faltar a alguém.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

As pessoas idosas que têm um fazer artístico e frequentam cursos ligados a Arte, são alegres, acolhedoras e ativas, sendo assim, podemos dizer que se enquadram na faixa etária de Erickson que diz respeito à Integridade. Sendo assim, vivem positivamente a velhice, com vontade de aprender e crescer. Aceitam aos desafios propostos por novos aprendizados e fazem diversos cursos, dentre os quais se destaca a convivência nos cursos de artes.

Mas para que essas pessoas venham a fazer cursos dessa natureza elas têm que procurar por isso. A partir do momento em que elas passam a vivenciar as artes o efeito é simbiótico, com a arte e o ser humano agindo para o crescimento mútuo e o *feedback* que recebem, somente os faz melhorar a cada dia. A expansão do olhar, a convivência, aceitação e o auxílio às outras pessoas do grupo são constantes, o que se torna um círculo benéfico, em que a pessoa que entrou em contato com Arte ou fazeres artísticos, será beneficiada. Simbiótico porque elas passam a alimentar a arte que também as alimenta, tendo a oportunidade, tanto de desenvolver coletivamente uma peça de teatro, quanto criando algo, através da exploração de

materiais, de desenvolver um caminho artístico e uma poética pessoal.

Mas para que esse bem ocorra, a pessoa tem que estar aberta a isso. Quando o idoso tem como resultado de vida o Desespero, que é a oposição da Integridade, na teoria de Erickson, pode entregar-se a atitudes negativas, que o levarão a vários problemas, como o isolamento, ansiedade e depressão, por vezes irreversíveis.

É preciso que a pessoa queira enxergar e agir. E a arte é sem dúvida um meio de reconciliação do indivíduo com ele mesmo. A arte possibilita a ampliação do olhar, oferecendo várias linguagens, que são caminhos para trilhar. Ao experimentá-los, as pessoas, crianças, adultos, idosos, entram em contato com novos estímulos. Esses estímulos criam novos saberes. Um novo conhecimento. Essa é a grande contribuição da arte para aos idosos: a continuidade de trilhar o caminho de suas vidas com Integridade e novos Saberes, portanto com mais satisfação pessoal e qualidade de vida.

#### REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BARBOSA, Ana Mae. *Teoria e prática da educação artística*. São Paulo: Cultrix, 1975.

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

FREITAS, Lislei Rosa de; ZILLER, Karina. *Educação na terceira idade*. Fórum permanente de educação, UNG, Guarulhos, 13 de abril de 2009.

NERI, Anita Liberalesso. *Maturidade e velhice; trajetórias individuais e socioculturais*. Campinas: Papirus, 2001. (Coleção Vivacidade)

SKINNER, Burrhus Frederic. *Viva bem a velhice: aprendendo a programar a sua vida*. 2. ed. São Paulo: Summus, 1985.

VIGOTSKI, Lev Semenovich. *Psicologia da arte*. São Paulo: Martins Fontes, 2001.