

EDUCAÇÃO COMO RECURSO PARA UMA VELHICE BEM-SUCEDIDA SOB A PERSPECTIVA LIFE-SPAN: DIÁLOGO COM IDOSOS DA UNATI/UFPE

Ana Beatriz de Souza Silva ¹
Júlia Barros do Nascimento ²
Alice Soares de Amorim ³
Maria Alice Medina Trajano de Arruda ⁴
Talitha Lucena de Vasconcelos ⁵

RESUMO

Mediante discussões acerca da velhice bem-sucedida presente na perspectiva Life-Span de Paul B. Baltes, este trabalho tem como objetivo analisar a importância atribuída à educação durante a velhice, além de explicitar o processo de construção e realização de uma oficina com idosos da Universidade Aberta à “Terceira Idade” (UNATI/UFPE) sobre a temática. Um dos pressupostos básicos da perspectiva Life-Span é que o desenvolvimento psicológico é um processo que se estende por toda a vida, visto que o ser humano pode desenvolver habilidades que o auxiliem em sua capacidade adaptativa independente da idade. Pensando nisso, a oficina foi desenvolvida por discentes dos cursos de psicologia e serviço social a partir da integração destas ao Programa de Educação Tutorial Gestão Política-Pedagógica (PET-GPP), vinculado à Universidade Federal de Pernambuco. O PET-GPP tem como um de seus objetivos o diálogo com a comunidade ao compreender o conhecimento como algo construído coletivamente com a sociedade. Nesse sentido, dialogamos com um grupo de idosos da UNATI/UFPE gerando uma reflexão crítica acerca de suas vivências, experiências e percepções sobre a educação na velhice como pessoa idosa inserida em seu respectivo contexto socioeconômico e cultural de vida. A ação acolheu, através da extensão universitária, uma demanda social no que tange ao desenvolvimento de atividades voltadas para o público idoso e a importância de seu envolvimento com a educação como recurso para uma velhice bem-sucedida. O uso de dinâmicas de grupo voltadas para o campo da psicologia facilitou a troca de conhecimento e experiências dos idosos uns com os outros e com as facilitadoras acerca da temática em questão.

Palavras-chave: Educação, Velhice, Lifespan, Idosos.

INTRODUÇÃO

¹ Graduanda do Curso de Psicologia da Universidade Federal de Pernambuco - UFPE, beatrizsoulas2107@gmail.com;

² Graduanda do Curso de Psicologia da Universidade Federal de Pernambuco - UFPE, julia.bnascimento@ufpe.br;

³ Graduanda do Curso de Serviço Social da Universidade Federal de Pernambuco - UFPE, alice.samorim@ufpe.br;

⁴ Graduanda do Curso de Serviço Social da Universidade Federal de Pernambuco - UFPE, alice.medina@ufpe.br;

⁵ Doutora pelo Curso de Geografia da Universidade Federal de Pernambuco - UFPE, talitha.vasconcelos@ufpe.br.

Este trabalho se dispõe a discorrer sobre a oficina “Educação como recurso para uma velhice bem-sucedida sob a perspectiva Life-Span”, ação proposta por discentes integrantes do Programa de Educação Tutorial Gestão Política-Pedagógica (PET-GPP), vinculado à Universidade Federal de Pernambuco campus Recife (UFPE/Recife). O Programa de Educação Tutorial (PET) foi criado em 1979 pela Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) e transferido ao final da década de 90 para a Secretaria de Educação Superior do Ministério da Educação, ficando sob a responsabilidade do Departamento de Modernização e Programas da Educação Superior (DEPEM) (BRASIL, 2006).

O PET destina-se a apoiar grupos de alunos dos cursos de graduação das Instituições de Ensino Superior (IES) que demonstrem potencial, interesse e habilidades destacadas para atuar em projetos que visam a tríade universitária - pesquisa, ensino e extensão - em diálogo com a comunidade acadêmica e externa à universidade. De caráter multidisciplinar, o PET objetiva a formação de um cidadão autônomo e com ampla visão do mundo com responsabilidade social (BRASIL, 2006).

Sob a orientação de um/a professor/a tutor/a - que visa supervisionar e oportunizar a cada integrante dos grupos PET a possibilidade de ampliar a gama de experiências em sua formação acadêmica, pessoal e profissional - ações são desenvolvidas para dialogar com a comunidade acadêmica e externa à universidade em uma troca multilateral de conhecimentos, vivências e experiências. De maneira mais específica, como citado anteriormente, a oficina “Educação como recurso para uma velhice bem-sucedida sob a perspectiva Life-Span” está vinculada ao PET-GPP da UFPE campus Recife e foi realizada em diálogo com idosos da Universidade Aberta à Terceira Idade (UNATI/UFPE). A UNATI foi criada em 1996, vinculada ao Programa do Idoso (PROIDOSO) da Pró-Reitoria de Extensão da UFPE e tem como finalidade a promoção de ações para melhoria da qualidade de vida das pessoas idosas, mediante atualização de seus conhecimentos e interação na sociedade contemporânea (SOUZA *et al.* 2007).

A partir do entendimento sobre o local e contexto em que a oficina em questão foi realizada, torna-se possível a reflexão sobre a educação e o desenvolvimento humano, visto que a educação faz parte da vida das pessoas desde o seu nascimento até a morte, passando pela idade adulta e a velhice, num continuum signficante e significativo apesar de sua configuração diferente em cada momento da vida (VITORINO; MIRANDA; WITTER, 2012). Dito isso, com o aumento significativo do número de idosos em todo o mundo, a ciência e a sociedade passaram a enxergar a velhice como um momento dotado de

potencialidades, sobretudo no que diz respeito à saúde e à educação, bem como o processo de envelhecimento, que passou a ser largamente estudado pela psicologia.

O envelhecimento é um processo de desenvolvimento multidimensional que envolve alterações neurobiológicas, a influência de fatores ambientais e socioculturais e experiências de vida pessoais. Dessa forma, considera-se que o envelhecimento é permeado por múltiplos fatores internos e externos (SANTOS; ANDRADE; BUENO, 2009). Além disso, o envelhecimento é um processo que transcende a própria velhice para abranger todo o curso de vida (VELOZ; NASCIMENTO-SCHULZE; CAMARGO, 1999). O aumento populacional de indivíduos acima de 60 anos é uma tendência mundial e tem crescido de forma acelerada nos últimos anos (OMS, 2005). Aqui no Brasil, segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE (2018), a população idosa ultrapassou a marca dos 30,2 milhões em 2017.

O aumento do número de idosos na população e as consequências desse fenômeno impulsionaram a expansão do estudo científico acerca do envelhecimento em diversas áreas (RIBEIRO, 2015). Uma possível incidência de eventos negativos durante a velhice - como doenças, perdas e mudanças - levanta o questionamento de como os idosos podem lidar com as adversidades de maneira bem-sucedida a fim de maximizar os ganhos e, assim, conseguir manter uma boa qualidade de vida (FREIRE; RESENDE; RABELO, 2012). Com isso, observa-se o rompimento com o paradigma de que a velhice é uma fase de completo declínio, mas sim um equilíbrio entre ganhos e perdas a depender do modo como cada pessoa organiza seu curso de vida, pelos fatores biológicos e socioculturais (SCORALICK-LEMPKE; BARBOSA, 2012).

Mediante estudos realizados por Baltes, um dos pressupostos básicos da perspectiva Life-Span proposta por ele é que o desenvolvimento psicológico é um processo que se estende por toda a vida, visto que em todas as etapas o ser humano pode desenvolver habilidades que o auxiliem em sua capacidade adaptativa (SCORALICK-LEMPKE; BARBOSA, 2012). Sobre isso, Neri (1995, p. 31) afirma que “a aquisição, a manutenção, o aperfeiçoamento e a extinção dos comportamentos sociais e cognitivos são processos que podem originar-se em qualquer etapa, uma vez que nem todas as mudanças do desenvolvimento estão ligadas à idade”. Nesse sentido, durante a velhice, o indivíduo é capaz de adquirir mecanismos para manejar ganhos, perdas e mudanças inerentes tanto à fase vivida como situações não normativas a fim de atingir ou manter um envelhecimento bem-sucedido.

Dessa forma, considera-se que o envelhecimento não implica necessariamente em doença e afastamento, pois, o idoso tem potencial para mudar as situações de sua vida e a si mesmo, sendo atuantes em seu meio social. Esse processo tem gerado desafios na promoção

da saúde e bem-estar da população idosa, além de interesse em estudiosos de diversas áreas principalmente no que diz respeito a formas de se chegar a um envelhecimento bem-sucedido e satisfatório (FREIRE, 2000 apud LUZ; AMATUZZI, 2008).

As definições acerca do envelhecimento bem-sucedido são diversas (BALTES; BALTES, 1993; ESTEBSARI et al. 2020; MARTINSON; BERRIDGE, 2015; NERI, 1995), estão circunscritas no tempo sócio-histórico ao qual pertencem e cada uma delas tem sua importância ao apresentar diferentes perspectivas. Dito isso, a ideia de que o desenvolvimento é contínuo e se faz presente durante a velhice foi introduzida por Ryff em 1989 e, para ele, o envelhecimento bem-sucedido inclui seis dimensões de ações positivas: auto-aceitação, relacionamentos positivos com os outros, autodeterminação, controle sobre o ambiente, propósito na vida e no desenvolvimento pessoal (ESTEBSARI et al. 2020). Além de Ryff, vários outros teóricos trouxeram definições acerca do que é um envelhecimento bem-sucedido.

Porém, é importante mencionar que, apesar da grande relevância e importância das diversas definições acerca do envelhecimento bem-sucedido, muitos modelos refletem o contexto de desenvolvimento de vida norte-americano, sem levar em consideração outras formas culturais e socioeconômicas de vida que influenciam diretamente no envelhecimento bem-sucedido do indivíduo. Nesse sentido, Martinson e Berridge (2015) categorizaram e publicaram as críticas relacionadas às definições de envelhecimento bem-sucedido por serem majoritariamente limitadas às perspectivas biológicas, sendo que a diversidade cultural e os fatores subjetivos são tão importantes quanto os fatores biológicos para compreender o processo para se chegar - ou não - ao envelhecimento bem-sucedido (MARTINSON; BERRIDGE, 2015).

Em um estudo feito com pessoas acima de 50 anos em todo o Brasil (PAGOTTO; BACHION; SILVEIRA, 2013), pôde-se verificar uma maior prevalência de autoavaliação do envelhecimento positivo nas regiões Sul e Sudeste, enquanto nas regiões Norte e Nordeste prevaleceu uma autoavaliação mais negativa. Essas diferenças entre regiões podem estar relacionadas a aspectos socioeconômicos e demográficos que refletem as desigualdades existentes no país em termos sociais e de saúde (PAGOTTO; BACHION; SILVEIRA, 2013). Em virtude da insuficiência de educação de qualidade, atendimento das necessidades de saúde, moradia e transporte em muitas regiões do Brasil, a renda tem um papel fundamental com relação à aquisição de bens e serviços necessários para a reprodução social (BORIM et al. 2014) e autoavaliação na velhice. Um outro estudo feito com 1432 idosos residentes em

Campinas, São Paulo, detectou que os participantes avaliam sua própria saúde na velhice como excelente ou muito boa conforme maior escolaridade (BORIM, 2012).

Seguindo essa linha, ainda dentro da perspectiva Life-Span proposta por Baltes, é difícil alcançar um consenso acerca do conceito de envelhecimento bem-sucedido devido à dimensionalidade e relatividade do curso de vida (BALTES; BALTES, 1993). Segundo Baltes & Baltes (1993), o envelhecimento bem-sucedido depende tanto de indicadores subjetivos como objetivos. Paralelamente a esses indicadores, os autores apontam que os recursos e oportunidades sociais oferecidos ao indivíduo no meio em que vivem também são um pré-requisito para um envelhecimento bem-sucedido.

Dessa forma, para além das dimensões biológicas e psicológicas, é importante mencionar que o envelhecimento bem-sucedido também depende de condições adequadas de educação, saneamento básico, saúde pública de qualidade, habitação e condições de trabalho ao longo da vida do indivíduo. Assim, as ações de políticas públicas influenciam diretamente na longevidade das pessoas e no envelhecimento saudável. A oferta de programas que forneçam atividades e estímulos para os idosos parece ser, portanto, importante para que eles possam desfrutar de um envelhecimento equilibrado entre os declínios, decorrentes do próprio processo, e os benefícios, que podem ser proporcionados através dessas estratégias (SCORALICK-LEMPKE; BARBOSA, 2012).

Ao longo da vida, como mencionado anteriormente, as pessoas criam mecanismos de maximização de ganhos e minimização de perdas para um envelhecimento bem-sucedido. Para entender melhor a adoção desses mecanismos, a perspectiva Life-Span de Paul B. Baltes e Margret Baltes propõe o modelo de Seleção, Otimização e Compensação (SOC) que considera a reorganização adaptativa nos meios, metas e resultados diante das mudanças e desafios ocorridos ao longo da vida (FREIRE; RESENDE; RABELO, 2012).

Ainda segundo Baltes, considera-se que uma das formas de se chegar a um envelhecimento bem-sucedido é justamente a utilização dos mecanismos de seleção, otimização e compensação (SOC) como estratégias de regulação das perdas e enfrentamento das mudanças ocorridas ao longo da vida. Dito isso, a seleção diz respeito a diminuição da amplitude de alternativas para desenvolver metas compatíveis com recursos limitados como tempo, capacidade e energia; a otimização se refere a aquisição, aplicação, coordenação e manutenção de recursos internos e externos envolvidos no alcance de níveis mais altos de funcionamento, dirigidos à cognição e à saúde; já a compensação envolve a adoção de alternativas para manter o funcionamento, um exemplo é a utilização de aparelho auditivo, quando necessário, para compensar a perda de audição (NERI, 2006).

Baltes e Baltes (1993) afirmam que embora a Seleção se caracterize pela redução no número de domínios de alta eficácia, ela também pode envolver transformação ou adoção de novos objetivos de vida. Assim, o processo de seleção implica que as expectativas de um indivíduo sejam ajustadas para permitir a experiência subjetiva de satisfação. O segundo elemento, otimização, reflete a ideia de que as pessoas se empenham em comportamentos que enriquecem e aumentam suas reservas gerais e maximizam o curso de vida escolhido e, na vida idosa, priorizam qualidade à quantidade. Por fim, o terceiro elemento, a compensação, assim como a seleção, resulta da redução na faixa de plasticidade ou potencial adaptativo, e torna-se operacional quando capacidades físicas ou comportamentais são reduzidas ou perdidas (BALTES; BALTES, 1993). Essa capacidade atrai paralelos com a pesquisa científica sobre a importância da educação - que é um mecanismo externo - para a vida de pessoas mais velhas.

Nesse sentido, podemos considerar instituições como a UNATI de extrema importância para o bem-estar dos idosos e consequente contribuição para uma velhice bem-sucedida (IRIGARAY; SCHNEIDER, 2008 *apud* SCORALICK-LEMPKE; BARBOSA, 2012). Sendo assim, temos como objetivo geral deste trabalho explicitar o processo de construção e realização da oficina “Educação como recurso para uma velhice bem-sucedida sob a perspectiva Life-Span” em diálogo com idosos da UNATI/UFPE. A oficina teve como objetivos:

1. Dialogar com os idosos para analisar a importância atribuída à educação durante a velhice;
2. Gerar reflexões críticas acerca de suas vivências, experiências e percepções sobre a educação na velhice como pessoa inserida em seu respectivo contexto socioeconômico e cultural de vida.

A oficina ocorreu de forma remota via plataforma Google Meet seguindo o calendário semestral de atividades da UNATI e reuniu 22 idosos. Os participantes se mantiveram engajados durante todo o andamento da oficina, sendo sujeitos ativos no processo de trocas de conhecimento, vivências e experiências compartilhadas uns com os outros.

METODOLOGIA

Inicialmente, para realizar a oficina, planejamos a elaboração de um ambiente que propiciasse a integração dos idosos uns com os outros e com as mediadoras a partir da técnica

de rapport e posteriormente a aplicação de uma dinâmica criativa. Na psicologia, o rapport é considerado um conjunto de habilidades de comunicação para estabelecer uma relação harmônica e empática com as pessoas, através de uma postura de acolhimento e aceitação (LINO *et al.* 2023).

Paralelamente, realizamos uma dinâmica intitulada “Aprendendo sempre: meu superpoder” que teve como objetivo incentivar os idosos participantes a refletirem sobre o conceito de aprendizado contínuo na velhice, bem como compartilharem seus “superpoderes” de forma criativa. Muitos participantes mostraram em suas respectivas câmeras objetos que simbolizam um hobby/habilidade aprendida durante a vida adulta e a velhice, outros contaram verbalmente habilidades que possuem. Com a dinâmica, houve a busca do significado e importância que os idosos participantes dão à educação, seja ela formal ou informal.

Após a dinâmica, foi feita uma associação livre de palavras com a seguinte questão: “Cite duas palavras que lhes vêm à mente quando você pensa sobre educação na velhice” e os participantes puderam inserir no chat ou falar ao microfone as palavras. A associação livre de palavras, técnica muito utilizada na clínica psicanalítica, visa conduzir o diálogo da forma mais livre possível, sem ter o objetivo de promover um consenso a partir do que é dito, pois um de seus efeitos mais importantes é desconstruir e destravar identificações. Mediante a circulação da palavra, alguns significantes se destacam, o que caracteriza, para o indivíduo, a forma como determinada questão é representada (RAPHAEL; COELHO; FERNANDES, 2016).

Após a associação livre de palavras, demos início, então, à parte teórica da oficina trazendo conceitos como: a velhice sob a perspectiva Life-Span de Paul B. Baltes e o envelhecimento bem-sucedido. Afunilando a temática, partimos para a discussão sobre “Educação como recurso para uma velhice bem-sucedida”. Utilizamos como recurso slides projetados.

Durante toda a oficina, demos enfoque à possibilidade dos participantes levantarem questões e apontamentos, visto que um dos princípios do PET é a troca multilateral de conhecimentos, experiências e vivências. Por fim, para encerrar, abrimos o momento de debates, discussões, dúvidas, etc. Paralelamente, compartilhamos o formulário de avaliação através do Google Forms, contendo questões objetivas de múltipla escolha para que os participantes avaliassem a oficina.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Diante da temática proposta e do público-alvo em questão, foi possível planejar e executar a oficina em diálogo com os idosos da Universidade Aberta à Terceira Idade da Universidade Federal de Pernambuco (UNATI/UFPE), uma instituição voltada para idosos que buscam atividades voltadas à aprendizagem. Após a execução, foi possível então obter alguns resultados.

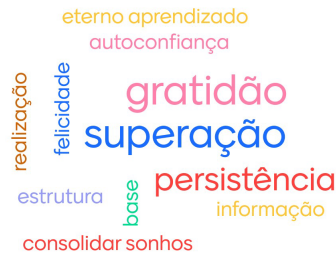
Com a técnica do rapport no início da oficina, os idosos participantes sentiram-se à vontade para participar ativamente em um processo conjunto de construção da oficina. Lino et al. (2023) afirma que quando o facilitador demonstra interesse e enfatiza a importância da fala dos participantes, eles se sentem motivados a cooperar, mostrando compreensão de seu papel ativo na atividade. Isso foi visto, inicialmente, durante a dinâmica “Aprendendo sempre: meu superpoder” em que os idosos se expressaram bastante acerca de seus hobbies e habilidades aprendidas durante a adultez e a velhice, sobretudo aquelas aprendidas em atividades oferecidas pela UNATI/UFPE.

Para além disso, foi possível identificar que grande parte dos idosos presentes na oficina estão inseridos no campo da educação não formal, visto que muitos objetos artesanais foram mostrados na câmera durante a dinâmica, bem como histórias de superação de momentos difíceis através da dedicação ao artesanato, nos indicando a importância da educação considerada não formal para a vida desses idosos.

Algumas idosas, durante a dinâmica, pontuaram que o artesanato passou a ser uma fonte de renda. Para Gohn (2006), a educação não formal designa um processo com várias dimensões e uma delas é a capacitação dos indivíduos para o trabalho, por meio da aprendizagem de habilidades e desenvolvimento de potencialidades. Dessa forma, as idosas participantes utilizam-se do aprendizado de atividades que lhes são prazerosas e que de alguma forma lhes ajudam a enfrentar mudanças inerentes à velhice, bem como configuram uma fonte de renda. Sobre isso, Claro (2022) pontua que geralmente os idosos que se envolvem em processos de aprendizagem o fazem por motivações subjetivas, elegendo aqueles conhecimentos que os possibilitam desenvolver habilidades específicas para o seu proveito.

Durante a associação livre de palavras sobre educação na velhice, os idosos participantes demonstraram uma concepção positiva acerca do tema. As palavras utilizadas foram colocadas em uma nuvem de palavras:

16 Responses



Algumas palavras se repetiram como “gratidão”, “superação” e “persistência”. Essa concepção majoritariamente positiva acerca da educação na velhice entre os idosos participantes foi observada durante toda a oficina - na dinâmica, associação livre de palavras, falas, discussões no chat e momento de comentários e feedbacks ao final -. Isso nos mostra a importância que instituições como a UNATI exercem na vida dos idosos no que diz respeito ao bem-estar individual e social.

Em um estudo feito por Claro (2022) com idosos da UNATI da Universidade Estadual do Paraná (Unespar/Paranaguá), uma das idosas entrevistadas afirma que:

Participar da UNATI é estar bem comigo mesma, é participar de um direito. Melhorei enquanto pessoa, minha vida melhorou. A velhice não se reduz mais à fraqueza, aqui me sinto viva (Iva, 2021).

A UNATI é sinônimo de participação, estar com os colegas, aprender, ouvir coisas dos palestrantes que nem imaginava. É muito bom (Lília).

As falas das entrevistadas no estudo feito por Claro, bem como os discursos dos idosos participantes da oficina sobre educação na velhice, nos mostram que a participação em atividades educacionais oferecidas pela UNATI pode configurar-se como mecanismos de seleção e otimização para uma velhice bem-sucedida, propostos por Paul Baltes. A participação em atividades educacionais compatíveis com suas capacidades físicas e intelectuais para manter um estilo de vida ativo configura-se como um mecanismo de seleção, bem como a otimização e manutenção do funcionamento cognitivo através dessas atividades, configura-se como um mecanismo de otimização.

Como citado anteriormente, o referencial teórico utilizado, aplicado à educação durante a velhice, se mostra como um recurso valioso para atingir uma velhice bem-sucedida, tendo em vista todos os pontos positivos já mencionados. Dito isso, dentro da perspectiva Life-span, além de contextualizá-la, abordamos o modelo SOC (seleção, otimização e

compensação) e o conceito de envelhecimento bem-sucedido para então relacionar com a educação durante a velhice. Utilizamos também casos e relatos de idosas alunas da Educação de Jovens e Adultos (EJA) que apontaram a importância da educação para o aumento da qualidade de vida ativa.

Além disso, trouxemos o relato de uma criadora de conteúdo artesanal, Osana Macramê, que possui um canal no youtube, em que mostra seu trabalho e sua trajetória de aprendizado na arte manual chamada “Macramê” e o quanto essa atividade deu sentido para a sua vida e o seu cotidiano após a aposentadoria. Algumas idosas, durante a oficina, relataram que consomem o conteúdo de Osana Macramê para aprender a arte, nos mostrando mais uma vez a importância atribuída ao aprendizado de habilidades durante a velhice.

A partir disso, levantamos alguns dos dados obtidos durante a revisão de literatura sobre a educação formal e informal como fator importante na promoção do envelhecimento bem-sucedido no que diz respeito ao bem-estar social, menor índice de sintomas depressivos e melhoria na saúde em geral.

Sendo assim, ao final da oficina, houve o feedback dos participantes para o aprimoramento de atividades semelhantes que poderão ocorrer no futuro. Essa avaliação é crucial para o planejamento e execução das próximas ações, pois entendemos que essa troca multilateral de conhecimentos e experiências não deve ser finalizada com a oficina, visto que devemos estabelecer uma busca constante de diálogo para além das salas de aula dos cursos de graduação.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Tendo em vista que o nosso processo de desenvolvimento psicológico ocorre ao longo de toda a vida, a educação se torna um dos mecanismos capazes de proporcionar uma velhice bem-sucedida para idosos que participam de atividades educativas - formais e/ou informais - em seu cotidiano. Ao refletirmos sobre a importância atribuída à educação durante a velhice, percebemos que instituições como a UNATI, voltadas para promoção de conhecimentos e habilidades que auxiliam em uma melhor qualidade de vida, são cruciais para a manutenção da capacidade cognitiva desses idosos.

Nesse sentido, a oficina “Educação como recurso para uma velhice bem-sucedida” desenvolvida por integrantes do PET-GPP, acolheu, através da extensão universitária, uma demanda social no que diz respeito ao desenvolvimento de ações voltadas para o público idoso, comumente subestimado quanto às suas potencialidades. A oficina em questão teve

como princípio a troca multilateral de conhecimentos, experiências e vivências com os idosos participantes, afinal, eles são sujeitos ativos no processo de construção de reflexões críticas acerca da temática. Assim, o uso de técnicas utilizadas no campo da psicologia para estabelecer uma melhor conexão e compreensão entre os participantes e facilitadoras, favoreceu um ambiente acolhedor de muitas trocas e aprendizados por ambas as partes.

Cumpriu-se, dessa forma, um dos princípios básicos proposto pelo Programa de Educação Tutorial (PET) ao proporcionar o diálogo entre a universidade e a comunidade de forma democrática, de modo a contribuir para o diálogo e reflexão sobre a importância da educação como recurso para uma velhice bem-sucedida à luz da perspectiva Life-Span.

Por meio das discussões e reflexões levantadas ao longo da oficina, foi possível perceber nas falas dos participantes uma concepção positiva acerca da educação durante a velhice para os idosos participantes. Isso nos mostra a educação como um recurso importante para uma velhice bem-sucedida, visto que proporciona uma maior autoestima, bem-estar social, manutenção da capacidade cognitiva e enfrentamento das mudanças e perdas inerentes à velhice - como aposentadoria, viuvez, etc -.

Por fim, enfatizamos a relevância do planejamento e execução de novas ações em diálogo com o público idoso, visto que eles têm muito a contribuir com a comunidade acadêmica, tanto pelas experiências e vivências ao longo da vida, como pelos conhecimentos adquiridos ao longo da adultez e a velhice.

AGRADECIMENTOS

As autoras do presente trabalho, como integrantes do Programa de Educação Tutorial (PET), agradecem ao Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) e à Secretaria de Educação Superior do Ministério da Educação (SESu/MEC) pela disponibilização de bolsas para grande parte dos integrantes dos grupos PET. Essas bolsas são cruciais para a permanência desses estudantes nos cursos de graduação promovendo atividades de ensino, pesquisa e extensão em diálogo com a comunidade, que permitem uma formação acadêmica de excelência.

Agradecemos também à Coordenação da UNATI/UFPE pela atenção e disponibilidade em nos receber para realizarmos a oficina e principalmente aos idosos participantes que nos proporcionaram um momento rico de aprendizados e troca de experiências.

REFERÊNCIAS

- BALTES, P. B. **The aging mind: potential and limits.** *Gerontologist*, v. 33, n. 5, p. 580-594, 1993.
- BORIM, F. S. A. *et al.* Dimensões da autoavaliação de saúde em idosos. *Rev Saúde Pública*, São Paulo, v. 48, n. 5, p. 714-722, mai. 2014.
- BORIM, F. S. A.; BARROS, M. B. de A.; NERI, A. L. **Autoavaliação da saúde em idosos: pesquisa de base populacional no município de Campinas, São Paulo, Brasil.** *Cad Saúde Pública* [on-line], v. 28, n. 4, p. 769-780, abr. 2012.
- BRASIL. Ministério da Educação. **Programa de Educação Tutorial - PET: Manual de Orientações Básicas.** Brasília, 2006. Disponível em <<http://portal.mec.gov.br/pet/manual-de-orientacoes>> Acesso em: 13 ago. 2023.
- CLARO, G. R. **Universidade Aberta à Terceira Idade (UNATI): Resignificar a vida por meio da educação permanente.** 2022. 128 p. Tese (Doutorado em Educação) - Universidade Tuiuti do Paraná, Curitiba, 2022.
- ESTEBSARI, F. *et al.* **The concept of successful aging: a review article.** *Current Aging Science* [online]. v. 13, n. 1, p. 4-10, 2020.
- FREIRE, S. A.; RESENDE, M. C.; RABELO, D. F. **Enfrentando mudanças no envelhecimento: o modelo de seleção, otimização e compensação.** *Perspectivas em Psicologia*. Uberlândia, v. 16, n. 1, p. 190-211, 2012.
- GOHN, M. G. Educação não formal na pedagogia social. **Congr. Intern. Pedagogia Social**, 1., São Paulo (SP) [on-line], mar. 2006.
- IBGE. Número de idosos cresce 18% em 5 anos e ultrapassa 30 milhões em 2017. Rio de Janeiro: IBGE, 2018.
- LINO, D. *et al.* O rapport como técnica para obtenção de informações em entrevistas investigativas. **Rev. Bras. de Segur. Pública**, v. 17, n. 2, p. 184-201, ago/set 2023.
- LUZ, M.; AMATUZZI, M. M. Vivências de felicidade de pessoas idosas. **Estudos de Psicologia** (Campinas) [online]. v. 25, n. 2, p. 303-307, 2008.
- MARTINSON, M.; BERRIDGE, C. **Successful aging and its discontents: a systematic review of the social gerontology literature.** *Gerontologist* [online]. v. 55, n. 1, p. 58-69, 2015.
- NERI, A. L. O legado de Paul B. Baltes à Psicologia do Desenvolvimento e do Envelhecimento. **Temas em Psicologia**, v. 14, n. 1, p. 17-34, 2006.
- Neri, A. L. **Psicologia do envelhecimento: uma área emergente.** In *Psicologia do*

envelhecimento: temas selecionados na perspectiva de curso de vida. Biblioteca Virtual em Saúde, Campinas - SP, p. 13-40, 1995.

OMS - Organização Mundial da Saúde. **Envelhecimento ativo**: uma política de saúde. Tradução: Suzana Gontijo. 1. ed. Brasília: DF, 2005. 62 p. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_ativo.pdf. Acesso em: 15 set. 2023.

PAGOTTO, V.; BACHION, M. M.; SILVEIRA, E. A. **Autoavaliação da saúde por idosos brasileiros**: revisão sistemática da literatura. **Rev. Panam. Salud Públ.** [on-line], v. 33, n. 4, p. 302-310, 2013.

RAPHAEL, J. K. D.; COELHO, M. T. A. D.; FERNANDES, S. A. F. Considerações sobre a técnica da conversação no contexto da pesquisa em psicanálise. In: COELHO, M. T. A. D.; FERNANDES, S. A. F.; AIRES, S. (org.). **Experiências com psicanálise na universidade: ensino, pesquisa e extensão**. Salvador: EDUFBA, 2016, p. 41-51. Disponível em: <https://repositorio.ufba.br/bitstream/ri/20950/4/ExperienciasComPsicanalise.pdf>. Acesso em: 03 out. 2023.

RIBEIRO, P. C. C. A Psicologia frente aos desafios do envelhecimento populacional. Gerais, Rev. Interinst. Psicol. Juiz de Fora, v. 8, n. spe, p. 269-283, 2015

SANTOS, F. H.; ANDRADE, V. M.; BUENO, O. F. A. **Envelhecimento**: um processo multifatorial. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 14, n. 1, p. 3-10, 2009.

SOUZA, P. S. et. al. Avaliação do desempenho cognitivo em idosos. **Rev. Bras. de Geriatr. e Gerontol.**, v. 10, n. 1, p. 29-38, jan. 2007.

SCORALICK-LEMPKE, N. N.; BARBOSA, A. J. G. Educação e envelhecimento: contribuições da perspectiva Life-Span. **Estudos de Psicologia** (Campinas), v. 29, p. 647-655, out. 2012.

VELOZ, M. C. T.; NASCIMENTO-SCHULZE, C. M.; CAMARGO, B. V. Representações Sociais do envelhecimento. **Psicologia: Reflexão e Crítica** [on-line]. v. 12, n. 2, p. 479-501, 1999.

VITORINO, S dos S.; MIRANDA, M. L. J.; WITTER, C. **Educação e envelhecimento bem-sucedido**: reflexões sobre saúde e autocuidado. **Revista Kairós-Gerontologia**, São Paulo, v. 15, n. 2, p. 29-42, jun. 2012. <https://doi.org/10.23925/2176-901X.2012v15i2p29-42>. Acesso em: 15 set. 2023.