



INCLUSÃO NA TERCEIRA IDADE: UMA EXPERIÊNCIA NO MUNICÍPIO DE CAIAPÔNIA-GO

Stelamara Souza Pereira¹
Kliver Moreira Barros², Vânia Horner de Almeida³, Claudimary Moreira Silva
Oliveira⁴, Sandra Regina Longhin⁵

¹Instituto Federal de Goiás – Campus Jataí/ stelamara@gmail.com

²Instituto Federal de Goiás – Campus Jataí/ kliver@unirv.edu.br

³Instituto Federal de Goiás – Campus Jataí/ vaniahorner@hotmail.com

⁴Instituto Federal de Goiás – Campus Jataí / clau.moreira@hotmail.com

⁵Instituto Federal de Goiás – Campus Goiânia/ srlonghin@gmail.com

Resumo:

Este trabalho é o relato de experiência do Projeto *Quinta-feira da feliz idade: por uma comunidade igualitária*, realizado na Universidade de Rio Verde – Campus Caiapônia, com a participação de 33 idosos da cidade de Caiapônia-Goiás, nos meses de março e abril de 2014. Trata-se de um projeto realizado mediante a coordenação de alunos do Mestrado Profissional em Educação para Ciências e Matemática do Instituto Federal de Goiás - Câmpus Jataí, que fez atendimento à comunidade idosa do município de Caiapônia-GO, com o objetivo de contribuir para o exercício de inclusão social e da cidadania, por meio de uma atuação socialmente responsável e de ações voluntárias, oferecendo serviços nas áreas de saúde, cidadania, educação, cultura, lazer e esportes, contribuindo com a inserção deste grupo na sociedade de forma efetiva e participativa.

Palavras-chave: terceira idade; inclusão; cidadania.

1. Introdução

A participação em eventos extracurriculares aumenta a qualificação dos profissionais, e eventos dessa magnitude possibilitam que os alunos aliem o conhecimento à necessidade de exercer ações de cidadania, além de motivar os promotores para o desenvolvimento de outros projetos voltados à comunidade em geral e à prática da responsabilidade social. Além de representar uma oportunidade de se discutir as questões relacionadas aos desafios encontrados no dia-a-dia dos idosos no século XXI, também foi possível provocar uma reflexão sobre os direitos conquistados com a criação do Estatuto do Idoso e sobre a necessidade de mobilização para que tais ações sejam efetivadas.

As atividades do projeto aconteceram em quatro quintas-feiras, com início em março e término em abril de 2014, no Campus Caiapônia da Universidade de Rio Verde. Foram oferecidos serviços como aferição de pressão, teste de glicemia, cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC), análise da medida Relação Cintura Quadril (RCQ), análise do

condicionamento físico. Além disso, foram realizadas palestras e/ou oficinas sobre: primeiros socorros, acidentes domésticos, orçamento pessoal (empréstimo consignado), Educação Ambiental, a importância da votação e como votar.

Todos os serviços foram prestados gratuitamente e de forma voluntária por profissionais, professores e alunos da Universidade de Rio Verde (UniRV) – Campus Caiapônia das áreas específicas inerentes às atividades que foram desenvolvidas e dos próprios alunos do Mestrado Profissional em Educação para Ciências e Matemática que aceitaram o convite para serem parceiros no projeto.

O objetivo foi contribuir para o exercício da cidadania, por meio de uma atuação socialmente responsável e de ações voluntárias visando à inclusão dos idosos na sociedade em que estão inseridos, oferecendo serviços nas áreas de saúde, educação, cultura, lazer e esportes.

No início de cada dia de atividade foram coletados os dados relativos à glicemia e à pressão arterial que foram usados para analisar a evolução de cada participante.

No encerramento do projeto foram sorteados brindes, doados pelos comerciantes da cidade, para aqueles que participaram integralmente do evento. Foi distribuído um livreto com todas as informações relevantes sobre cada um dos temas que foram abordados e uma ficha individual com todos os dados referentes ao teste de glicemia, pressão arterial, IMC, RCQ e análise do condicionamento físico.

A última atividade realizada foi, após a palestra de Educação Ambiental, a doação de mudas de plantas do cerrado goiano para cada participante. E para simbolizar a realização do evento, os participantes fizeram o plantio de uma muda de Ipê na praça da cidade com a marca da *Quinta-feira da feliz idade: por uma comunidade igualitária*.

2. A Inclusão na Terceira Idade

As pessoas da terceira idade, em muitas ocasiões, são isoladas da sociedade por não conseguirem efetuar as atividades diárias básicas consideradas normais para outra parcela da população. A sociedade é excludente no que diz respeito aos idosos, mas de acordo com Mendes (2002) e Sasaki (1997) citados por Bites (2006, p 86), a inclusão se baseia em princípios tais como: a aceitação das diferenças individuais como atributo e não como um obstáculo, a valorização da diversidade humana pela sua importância para o enriquecimento

de todas as pessoas, o direito de pertencer e não de ficar de fora, o igual valor das minorias em comparação com a maioria.

Estes princípios devem ser reforçados nos mais variados níveis sociais, com o intuito de promover uma visão dos jovens em relação à inclusão dos idosos. Para Mitler (2003, p. 36) citado por Bites (2006, p. 84), a inclusão representa, de fato, uma mudança na mente e nos valores. Para que esta mudança aconteça é necessário que as pessoas se conscientizem de que os idosos colaboraram na construção da sociedade em que estão inseridos, e seus direitos são assegurados legalmente pelo Estatuto do Idoso.

Segundo o Estatuto do Idoso, art. 20 e 21 (BRASIL, 2005),

[...] O idoso tem direito a educação, cultura, esporte, lazer, diversões, espetáculos, produtos e serviços que respeitem sua peculiar condição de idade. [...] Oportunidades de acesso do idoso à educação, adequando currículos, metodologias e material didático aos programas educacionais a ele destinados.

Para que os idosos pudessem se apropriar de seus direitos, este projeto foi pensado. O objetivo principal foi colocar os idosos em uma posição ativa em algumas áreas sociais em que pudessem agir de forma independente e eficiente. No decorrer do texto serão expostas as atividades trabalhadas com um grupo da terceira idade do município de Caiapônia-GO.

3. Metodologia

O Projeto “*Quinta-feira da feliz idade: por uma comunidade igualitária*”, realizado na Universidade de Rio Verde (UniRV), Campus Caiapônia, foi desenvolvido em quatro etapas nos meses de março e abril de 2014, contando com a participação de 33 idosos de Caiapônia-GO. A coordenação foi realizada por um grupo de alunos do Programa de Mestrado Profissional em Educação para Ciências e Matemática do IF Goiás - Câmpus Jataí em parceria com a UniRV – Campus Caiapônia. As atividades realizadas foram as seguintes: I) aferição de pressão, teste de glicemia, avaliação do CF, IMC e RCQ. Os dados obtidos foram registrados em planilhas individuais, para acompanhamento dos participantes; II) oficina de primeiros socorros e acidentes domésticos com parceria do SAMU – Unidade de Caiapônia, quando realizaram simulações e orientações sobre a prevenção de acidentes domésticos e como tratá-los com materiais de fácil manuseio disponíveis em casa; III) palestra sobre a importância da votação e oficina sobre como votar, com parceria do Cartório Eleitoral da Comarca de Caiapônia, cujo intuito foi esclarecer que, mesmo com o voto não obrigatório

para esta faixa etária, todos devem exercer o direito de votar; IV) palestra sobre planejamento financeiro, empréstimos e consignados com apresentação de dados reais, exemplos de produtos com valores ao comprar a prazo e à vista e algumas dicas práticas para organizar o planejamento familiar. Em seguida, aconteceu uma palestra sobre Educação Ambiental, orientando sobre vários aspectos da mesma. Finalizando, foram distribuídas mudas nativas do cerrado e com o plantio de um Ipê na praça em frente à UniRV simbolizando a realização do projeto.

4. Resultados

Os resultados desse trabalho mostraram a necessidade de envolver o público da terceira idade em ações que o integre à sociedade, por meio de atividades do seu cotidiano, oferecendo opções de participação e de interação, como pôde ser verificado durante o desenvolvimento desse trabalho.

Em relação à aferição de pressão, ao teste de glicemia, à avaliação do condicionamento físico, ao cálculo do IMC e à análise da RCQ, foram elaboradas planilhas individuais para que os participantes pudessem ser avaliados fisicamente pelos profissionais da área de Educação Física da UniRV, que indicaram atividades físicas específicas de acordo com as necessidades de cada um. Ao final, todos tiveram acesso à ficha completa com os dados dos quatro encontros, sendo que todas as informações necessárias, sobre cada um dos itens, foram descritas de forma clara e objetiva, para que cada um tivesse conhecimento do seu atual estado físico.

Alguns participantes nunca haviam feito o teste do índice de glicemia e descobriram que o mesmo estava além do normal durante a realização do evento. Porém, a partir daí podem começar a controlar este índice por meio da alimentação adequada e prática de exercícios físicos pertinentes.

A oficina de primeiros socorros e acidentes domésticos orientado pelo Enfermeiro Chefe do SAMU – Unidade Caiapônia, foi um momento de muitos questionamentos pelos idosos sobre a prevenção de acidentes e como tratá-los com materiais de fácil acesso e manuseio, disponíveis em suas residências e sem prejudicar o paciente.

Na palestra sobre a Eleição e na oficina “Como votar”, o palestrante, chefe do Cartório Eleitoral da Comarca de Caiapônia-GO, buscou levar o grupo de idosos a refletir sobre o quanto é importante que eles continuem colaborando e ajudando a decidir os rumos do país,

por meio do voto. Neste sentido, reforçou-se que além de eles serem importantes para a sociedade, também ainda podem contribuir nas lutas para que sejam melhoradas as condições de vida dos idosos no Brasil. Esta foi uma ação importante do projeto por ter incentivado que todos os idosos presentes participassem da escolha dos representantes do povo no governo. Afinal, representando o povo, eles criam e executam leis que interferem diretamente na vida das pessoas e nos rumos do país. Então, o voto deve acontecer de forma consciente em qualquer idade, pois a importância é a mesma para o voto de quem tem dezesseis anos e de quem tem mais de setenta anos.

Na palestra sobre planejamento financeiro, empréstimos, consignados foram apresentadas aos idosos algumas dicas práticas para começar a organizar o seu planejamento familiar, destacando: 1- requisitar a participação de toda a família; 2- anotar todos os gastos e os respectivos meios de pagamentos; 3- estabelecer prioridades para a suas despesas, limites de gastos e metas de poupança e, 4- planejar suas compras com antecedência.

As atividades do projeto foram encerradas com uma palestra sobre Educação Ambiental, proferida por um professor geógrafo, e com a distribuição de mudas nativas do cerrado. Nessa palestra foram ressaltados alguns aspectos de como preservar o meio ambiente e dentre os abordados destacou-se os seguintes: 1- a necessidade de reduzir a utilização dos produtos descartáveis; 2- a vantagem de plantar árvores nas ruas, pois elas ajudam a manter um clima agradável; 3- a importância de não impermeabilizar todo o solo do quintal e, 4- o aconselhamento para não jogar óleo de cozinha no ralo da pia, podendo utilizá-lo para fazer sabão ou doá-lo para a UniRV- Campus de Caiapônia, para o projeto Sabão Ecológico. Ao final da palestra e também finalizando o projeto, foram doados: sabão líquido e panfleto que mostrava a importância de se reaproveitar o óleo e a receita do sabão líquido. Também foram distribuídas mudas, seguindo com o plantio de uma delas deixando os idosos entusiasmados com o trabalho realizado pelos proponentes do projeto.

5. Considerações Finais

O trabalho com a inclusão permitiu aos promotores e aos participantes vivenciarem experiências novas. Durante o desenvolvimento do projeto “*Quinta-feira da feliz idade: por uma comunidade igualitária*”, verificou-se nos participantes o interesse em todas as atividades propostas.

As atividades desenvolvidas proporcionaram uma grande interação entre o grupo de idosos, os alunos, os mestrandos e os profissionais envolvidos, possibilitando maior aproveitamento de todas as fases do projeto. As ações foram pensadas e aplicadas de forma a levar os participantes à inserção na sociedade de forma efetiva, o que possibilitou atingir o objetivo geral do projeto interferindo positivamente em suas práticas diárias.

Os participantes tiveram a oportunidade de vivenciar práticas rotineiras de forma simples e direta. Todas as atividades levaram os mesmos a ter consciência de seu papel na sociedade, demonstrando que são importantes para o desenvolvimento social e que ainda são capazes de tomar decisões de forma eficiente e independente.

6. Referências

BITES, Maria Francisca de Souza Carvalho. **Inclusão escolar:** conceitualização e análise de algumas propostas a ela inerentes. *Educativa*, Goiânia - GO, v. 9, n. 1, p.83-97, 2006.

BRASIL. Lei n 10.741, de 1º de outubro de 2003 que Dispõe sobre o Estatuto do Idoso e dá outras providências. http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/110.741.htm>Acesso: 10/abr./2014.

SASSAKI, Romeu Kasumi. **Inclusão:** construindo uma sociedade para todos. Rio de Janeiro: WVA, 1997.