



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE
CENTRO DE CIÊNCIAS SOCIAIS APLICADAS
DEPARTAMENTO DE SERVIÇO SOCIAL

ANTONIO CARLOS SANTOS DE MIRANDA

ENVELHECIMENTO E DANÇA: percepção dos/as idosos/as do grupo nova vida em
Aracaju/SE

SÃO CRISTÓVÃO – SE

2017

ANTONIO CARLOS SANTOS DE MIRANDA

ENVELHECIMENTO E DANÇA: percepção dos/as idosos/as do grupo nova vida em
Aracaju/SE

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Departamento de Serviço Social da Universidade Federal de Sergipe, como requisito à obtenção do grau de Bacharel em Serviço Social, sob orientação da Prof.^a Dr.^a Rosangela Marques dos Santos.

SÃO CRISTÓVÃO – SE

2017

FICHA CATALOGRÁFICA

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE
CENTRO DE CIÊNCIAS SOCIAIS APLICADAS
DEPARTAMENTO DE SERVIÇO SOCIAL

ANTONIO CARLOS SANTOS DE MIRANDA

ENVELHECIMENTO E DANÇA: percepção dos/as idosos/as do grupo nova vida em
Aracaju/SE

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Departamento de Serviço Social da Universidade Federal de Sergipe como requisito à obtenção do grau de Bacharel em Serviço Social, sob orientação da Prof.^a Dr.^a Rosangela Marques dos Santos.

DATA DE APROVAÇÃO:

Prof.^a Dr.^a Rosangela Marques dos Santos
Orientadora – Universidade Federal de Sergipe

Prof.^a Dr.^a Vera Núbia Santos
Examinadora – Universidade Federal de Sergipe

Shauna Thainan Freire Nunes
Examinadora – Coordenadora do CRAS Risoleta Neves

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus por me conceder o dom da vida e por ter me proporcionado sabedoria, força e discernimento nos momentos mais difíceis desta trajetória acadêmica (Minha honra!).

Agradeço à minha mãe Maria Jovelina, pois seu apoio foi primordial para a realização deste trabalho. Mulher guerreira, batalhadora e compreensiva, mulher na qual me espelho constantemente em suas atitudes e ensinamentos, sem o teu amor e carinho não teria forças para chegar até aqui (Te amo!).

Agradeço à maior riqueza que Deus me presenteou, Nayane Vitória, minha filha, fruto de minha co-criação divina, veio a este mundo com um lindo objetivo, trazer mais felicidade para minha vida. Peço desculpas pelos momentos de ausência, mas um dia você entenderá (Meu tudo!).

Agradeço aos meus familiares que me acompanharam durante esse percurso através de orações para que o meu sonho se concretizasse. Registro meu carinho pelas minhas irmãs Leide, Bernadete e Ingrid, pelos meus cunhados Júnior e Márcio e pelos meus sobrinhos Alice, Wilian, Luís Felipe e Antony (Meu cabedal!).

Agradeço aos meus tios e tias que torceram por mim, em particular, tia Netinha, tia Maria, tia Hilda, tia Zefa, tia Maria José, tia Lice, tia Célia, tia Miúda, tia Luzete e tio Miguel, dentre outros (rsrsrs), pois são muitos (Minha fortaleza!).

Agradeço aos meus primos e primas por me darem apoio necessário, em especial, a Aninha, prima querida, a qual muitas vezes pude desabafar e viver momentos de alegrias juntos, te amo minha prima/irmã! ACarlinha (minha fonotop), a Rose, a Vânia (master cheff), a Neide, a Nusa, a Mislene, a Sandra, a Laininha, a Wélida, a Mônica, a Carina, dentre outros, porque passam de cinquenta nomes (rsrsrs), mas lembro de cada um (Minha luz!)

Agradeço aos meus amigos e companheiros de jornada que nunca duvidaram que um dia eu fosse conseguir, dedico a Paulinha, pessoa iluminada, o meu afeto estampado nessas meras palavras. Agradeço também a Lena, sempre autêntica e conselheira, a Joana, amiga que Jesus traçou em minha vida, Dona Nair, anjo de Luz, Elida, Renato, Cati, Linda, Eliane, Rose, Rute, Luciene, Wilma, Wandson, Elânio, Lonards, Rafael, dentre outros que foram fundamentais neste processo (Meus xodós!).

Agradeço à clínica de Dr. Roberto Ximenes, ambiente no qual trabalho, deixo meu gesto de ternura pelo apoio de todos, desde Dr. Ximenes, Dra. Mônica, Carol, Lurdinha, Edy, Bruninha, Ademir, Camila, Tânia, Fábio e os demais que se fizeram presente (Meus amados!).

Agradeço ao CRAS Risoleta Neves, local onde tive meu primeiro contato com a prática profissional. Foram dois anos de aprendizado e lá construí vínculos de amizade que levarei até o resto de minha vida. Muito obrigado a Edlaine, Amanda, Luciana, Luana, Mariana, Camila, Maria, Yasmim, Edvaldinha, Edineide, Arali, Tânia, Jorgeval, Priscila, Cilene, Rosevan, Cláudia, Alê, Alice, Jurandir, Dona Vera, Val, Araci e meus xodozinhos Catarine, Tiago, Iracelma, Elze e Shauna, minhas crianças dos Serviços de Convivência e principalmente os idosos do Grupo Nova vida, a inspiração para o meu trabalho e os amigos/as estagiários/as da Prefeitura de Aracaju Lala, Laís, Dayane, Milene e Maurício (Adoro vocês!).

Agradeço aos professores UFS, sem o vasto conhecimento de vocês o Serviço Social não teria qualquer significado para mim. Agradeço principalmente à minha orientadora Rosangela Marques, pessoa linda, brincalhona e ao mesmo tempo séria, por isso, minha eterna gratidão por suas orientações do TCC (Meus queridos!).

Agradeço aos/as meus/minhas “miguxos/as” do “SeSo” como batizamos o Serviço Social. Obrigado por nossa amizade sincera desde o primeiro período, vocês são especiais para mim: Bebel, Beta, Fran, Silvinha, Edinara, Aline, Beliene, Bruna(s), Cris(s), Deyse, Fernanda(s), Fernando, Alexandre, Gray, Vanessa, Isadora(s), Isayane, Martha, Kátia, Jane, Lilian, Jéssica, Narla, Déa, Fabrício, Rani, Rute, Ruzia, Suelen, Rosa, Luzi, Aninha, Carol, Dani, Débora, Suane, Matilde, Noelha, Everton, Jonas, Patrícia, Francinha, e aos meus dois amigos/irmãos que amo de coração Carlinha e Luís (Eternos amigos!).

Ao meu pai José de Miranda Filho (*in memoriam*) e à minha avó Maria José dos Santos (*in memoriam*) que partiram sem compartilhar deste momento tão esperado, mas que no céu olham por mim. Em breve nos encontraremos, amo vocês!

Quando a velhice chegar, aceita-a, ama-a. Ela é abundante em prazeres se souberes amá-la. Os anos que vão gradualmente declinando estão entre os mais doces da vida de um homem. Mesmo quando tenhas alcançado o limite extremo dos anos, estes ainda reservam prazeres.

Sêneca, filósofo romano.

RESUMO

O presente estudo teve como objetivo refletir sobre a percepção dos/as idosos/as do grupo Nova Vida a respeito da atividade de dança realizada no Centro de Referência da Assistência Social (CRAS) Risoleta Neves, no município de Aracaju/SE. O processo de envelhecimento é uma fase natural do ser humano que apresenta modificações na saúde e na vida social do idoso. Neste sentido, Silva et al (2011, p. 165) afirmam que o “[...] processo de envelhecimento leva a um declínio biopsicossocial do indivíduo, caracterizado por uma diminuição das reservas funcionais do organismo.”. Justifica-se o estudo sobre a dança e a sua relação com o envelhecimento no sentido de identificar a percepção dos/as idosos/as com relação aos possíveis benefícios oriundos dessa atividade. Pesquisa bibliográfica e de campo. A coleta de dados utilizou-se de roteiro semi-estruturados para a realização de entrevista com 11 idosos/as nos meses de maio e junho de 2017. A pesquisa é do tipo exploratório-descritivo de caráter quali-quantitativo e adotou a perspectiva crítico dialética para a análise dos dados coletados. Os sujeitos da pesquisa mencionaram nas entrevistas que após a realização semanal da atividade de dança perceberam algumas alterações benéficas no organismo, a saber: no sistema cardiovascular, na circulação sanguínea, melhorias na expressão corporal, na capacidade respiratória, entre outras, tornando-os/as mais dispostos/as. Além desses benefícios, a dança é uma atividade que tem aceitação por parte desses idosos/as por desencadear mudanças nas questões emocionais, a exemplo do aumento da autoestima, diminuição da ansiedade e estresse, e estímulo ao aumento do convívio social. Verificou-se que a prática semanal da dança possibilitou aos idosos/as do grupo Nova Vida o conhecimento de novas pessoas, fortalecimento de vínculos de amizade, interação e socialização, fatores esses que contribuem para um envelhecimento ativo em seus aspectos físico, emocional e social.

Palavras-chave: Assistência Social. Dança. Envelhecimento. Grupo Nova Vida. Idoso.

ABSTRACT

The present study had as objective to reflect on the perception of the elderly of the Nova Vida group regarding the dance activity performed at the Risoleta Neves Reference Center for Social Assistance (CRAS) in the city of Aracaju / SE. The aging process is a natural phase of the human being that presents changes in the health and social life of the elderly. In this sense, Silva et al (2011, p. 165) affirm that the "[...] aging process leads to a biopsychosocial decline of the individual characterized by a decrease in the functional reserves of the organism." The study on dance and its relationship with aging is justified in order to identify the perception of the elderly in relation to the possible benefits derived from this activity. Bibliographic and field research. Data collection was done using a semi-structured script to conduct interviews with 11 elderly people in the months of may and june of 2017. The research is exploratory-descriptive type of qualitative and quantitative character and adopted the critical dialectical perspective for the analysis of the data collected. the subjects mentioned in the interviews mentioned that after the weekly performance of the dance activity they noticed some beneficial changes in the body, namely: cardiovascular system, blood circulation, improvements in body expression, respiratory capacity, among others -the most willing; in addition to these benefits, dance is an activity that has been accepted by these elderly people for triggering changes in emotional issues, such as increased self-esteem, decreased anxiety and stress, and stimulated social interaction. It was verified that the weekly practice of dance allowed the elderly people of the Nova Vida group the knowledge of new people, strengthening bonds of friendship, interaction and socialization, which contribute to an active aging in their physical, emotional and social aspects.

Keywords: Social assistance. Dance. Elderly. New Life Group. Aging.

LISTA DE SIGLAS

- BPC** – Benefício de Prestação Continuada
- CNAS** – Conselho Nacional de Assistência Social
- CRAS** – Centro de Referência da Assistência Social
- CREAS** – Centro de Referência Especializado da Assistência Social
- IBGE** – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística
- IESS** – Instituto de Estudos de Saúde Suplementar
- IPEA** – Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada
- LOAS** – Lei Orgânica da Assistência Social
- MDS** – Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome
- NOB/SUAS** – Norma Operacional Básica do Sistema Único da Assistência Social
- OMS** – Organização Mundial da Saúde
- PAIF** – Serviço de Proteção e Atendimento Integral a Família
- PMM** – Programa Mais Médicos
- PNAD** – Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílio
- PNAS** – Política Nacional da Assistência Social
- SCFV** – Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos
- SEMASC** – Secretaria Municipal de Assistência Social
- SEPLAG** – Secretaria de Estado do Planejamento, Orçamento e Gestão
- SUAS** – Sistema Único da Assistência Social
- SUS** – Sistema Único da Saúde
- TCLE** – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido
- TNSS** – Tipificação Nacional de Serviços Socioassistenciais
- UNFPA** – Fundo de População das Nações Unidas

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 – Distribuição de percentual da população 2004/2060.....	23
--	----

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1 – Distribuição por sexo.....	41
Gráfico 2 – Faixa etária dos idosos.....	43
Gráfico 3 – Renda do idoso.....	46
Gráfico 4 – Estado civil dos idosos.....	48
Gráfico 5 – Período de participação no grupo.....	52

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO.....	13
CAPÍTULO 1 – O ENVELHECIMENTO HUMANO: ALGUNS ASPECTOS HISTÓRICO.....	18
1.O processo de envelhecimento no Brasil e em Sergipe.....	22
CAPÍTULO 2 – O ENVELHECIMENTO E A DANÇA: MUDANÇAS E HÁBITOS.....	28
2.1 A dança como um dos elementos essenciais para a vida dos idosos.....	28
2.2 Espaços socializadores para idosos e a prática da dança.....	34
CAPÍTULO 3 – “EU CHEGO DE UM JEITO E SAIO DE OUTRO JEITO”: PERCEPÇÃO DOS IDOSOS/AS DO GRUPO NOVA VIDA.....	38
3.1 Breve caracterização do Centro de Referência da Assistência Social (CRAS) e do Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculo.....	39
3.2 A inserção do idoso no grupo Nova Vida e as suas características.....	40
3.2.1 Perfil dos idosos do CRAS Risoleta Neves.....	41
3.2.2 Idade.....	43
3.2.3 Religião.....	44
3.2.4 Renda.....	45
3.2.5 Estado Civil.....	47
3.2.6 Composição Familiar.....	49
3.2.7 Percepções dos idosos sobre o grupo Nova Vida e o Serviço de Convivência.....	50
3.2.8 As condições físicas dos idosos relacionadas à prática da dança.....	53
3.2.9 Os aspectos sociais dos idosos e a dança.....	56
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	61
APÊNDICES.....	70
ANEXOS.....	75

INTRODUÇÃO

A partir da atividade de dança realizada no Centro de Referência da Assistência Social (CRAS) Risoleta Neves, no município de Aracaju/SE, situado na Rua Nossa Senhora da Glória, nº 845, bairro Cidade Nova, foi possível analisar a percepção dos idosos do grupo Nova Vida a respeito das possíveis mudanças físicas e sociais.

O referido grupo reúne-se semanalmente as sextas-feiras, no turno da manhã, e é administrado pela prefeitura de Aracaju, recebendo apoio também da Secretaria Municipal de Assistência Social e Cidadania (SEMASC)¹

O envelhecimento populacional é uma temática que ocupa espaços privilegiados nas discussões entre especialistas da área no âmbito mundial, uma vez que tem gerado números cada vez mais expressivos de idosos, o que tem despertado investigações e pesquisas sobre o aumento significativo da longevidade. Entretanto, tratar sobre o envelhecimento requer compreender as peculiaridades deste processo, dentre os fatores que causam esse aumento de idosos, por exemplo, a baixa taxa de fecundidade e mortalidade.

A longevidade da população, por ser um fenômeno mundial, tem determinado algumas repercussões no que concerne aos campos sociais e econômicos. Este processo tem se apresentado de forma distinta entre diversos países do mundo, tanto em países desenvolvidos, como em países em desenvolvimento, ou seja, apesar do aumento gradativo é necessário perceber algumas de suas particularidades.

Dessa forma, um ponto em comum do processo de envelhecimento, o qual se configura enquanto uma fase natural do ser humano, decorre das modificações na saúde e na vida social do idoso. Neste sentido, Silva et al (2011, p. 165) afirmam que o “[...] processo de envelhecimento leva a um declínio biopsicossocial do indivíduo, caracterizado por uma diminuição das reservas funcionais do organismo”.

Para Salvador (2004 *apud* SOUZA; METZNER, 2013), essas mudanças são de difícil aceitação para os idosos, porquanto torna o corpo menos flexível, o que

¹Secretaria Municipal responsável em administrar a Política de Assistência Social nos Centros de Referências de Assistência Social (CRAS) na cidade de Aracaju/SE.

causa perda e redução da mobilidade e elasticidade, fraqueza nos ossos, além de outras patologias.

Desse modo, as citadas alterações ocasionam uma variedade de limitações físicas e psicológicas aos idosos, o que pode dificultar o desempenho de outros papéis na sociedade, desde a perda da autonomia ao comprometimento da independência, causando seu isolamento.

Para amenizar os efeitos dessas modificações, alguns autores defendem que a prática da dança, como atividade física, oferece alguns benefícios.

A esse respeito, Souza e Metzner (2013, p. 9, grifos nossos) afirmam que:

Uma alternativa válida para se adaptar ao envelhecimento é a recreação, a participação coletiva que estimula a solidariedade. As atividades de convivência em grupo como recreação, **a dança** e outras atividades de **socialização** são necessárias para **a manutenção do equilíbrio social do idoso**, afastando do **isolamento**.

Portanto, de acordo com os autores supracitados, a dança oferece melhorias nas possíveis limitações, o que permite realizar movimentos e interações que influenciam na diminuição de risco à saúde, equilíbrio e interação sociais.

Nessa direção, apesar das dificuldades institucionais, o Estado brasileiro tem investido em serviços especializados voltados para a população idosa através da Política da Assistência Social. Os Centros de Referência da Assistência Social (CRAS) são os equipamentos que viabilizam o acesso aos Serviços de Convivência e Fortalecimento de Vínculos, os quais, dentre as atividades desenvolvidas, identifica-se a prática da dança como atividade socioeducativa para os idosos, visando à melhoria da qualidade de vida mediante a participação, a socialização e a inclusão social.

Diante do cenário apresentado, emerge o seguinte problema: qual a percepção dos idosos que participam de atividades socioeducativas no CRAS Risoleta Neves, município de Aracaju/SE, sobre os possíveis benefícios gerados em decorrência da prática de dança?

Os objetivos específicos da pesquisa são: traçar o perfil dos idosos que participam da atividade física (a dança) no grupo de Idosos Nova Vida; debater sobre os motivos que levam os idosos a praticarem atividade física (a dança); e verificar de qual forma a dança colabora com a socialização dos idosos.

Com o aumento da população idosa surgiram várias práticas de promoção do bem-estar e de inclusão social voltadas para esse público, conhecido também como “terceira idade” ou “idade boa”, tais como, pacotes turísticos, programas de atividades físicas, recreações, dentre outras, promovidas por instituições públicas e privadas, conforme preceituam Leal e Haas (2009).

Dentro dessa conjuntura, este estudo mostra-se pertinente, haja vista que buscará analisar as possíveis contribuições da dança, como atividade física, para o bem-estar e para a socialização dos idosos, especificamente, dos pertencentes ao grupo Nova Vida em Aracaju/SE.

A motivação pelo estudo do tema surgiu a partir da prática de estágio não obrigatório no CRAS Risoleta Neves por um período de quatro semestres, componente extracurricular do curso de Serviço Social da Universidade Federal de Sergipe.

É válido ressaltar o interesse em investigar essas possíveis mudanças, pois permite colocar em prática a dimensão investigativa no exercício profissional, ou seja, além da prática interventiva é necessário resgatar a dimensão investigativa, o que colabora tanto na formação em Serviço Social como na prática profissional.

Trata-se de uma pesquisa bibliográfica, documental e de campo, cujo cenário foi o Centro de Referência da Assistência Social (CRAS) Risoleta Neves, localizado no município de Aracaju/SE.

De acordo com Marconi e Lakatos (2003), a pesquisa bibliográfica põe o pesquisador em contato com as publicações sobre a temática estudada, as quais abrangem monografias, teses, revistas, boletins, dentre outros.

Com relação à pesquisa empírica, Gil (2002) afirma que esta possibilita estudar um grupo ou uma comunidade em sua estrutura social ao interagir entre seus componentes e utilizar técnicas, a exemplo da observação.

A pesquisa é do tipo exploratória-descritivo e de natureza quali-quantitativa. O estudo em tela pressupõe uma compreensão dialética, complementando e viabilizando uma interpretação mais abrangente sobre a realidade estudada, conforme afirmam Marconi e Lakatos (2003).

Utilizou-se como instrumento de coleta de dados a entrevista, mediante um roteiro semiestruturado e a observação participativa, o que guiou as perguntas preliminares para os possíveis levantamentos e análises qualitativas e quantitativas, conforme se verifica o modelo no Apêndice (A).

Para Gil (2002, p.117), “[...] nos levantamentos que se valem da entrevista como técnica de dados, esta assume forma mais ou menos estruturadas.”. O período de coleta de dado ocorreu nos meses de janeiro a maio de 2017.

O universo da pesquisa é composto por 25 idosos do sexo masculino e feminino, sendo que destes foram entrevistados 11 sujeitos. Com relação ao critério de inclusão da amostra, destaca-se o seguinte: idade mínima de 60 anos, pois segundo a Lei Nº 8.842 de 4 de janeiro de 1994 que dispõe sobre a Política Nacional do Idoso, em seu art. 2º, idoso é a pessoa maior de sessenta anos de idade.

No que diz respeito aos aspectos éticos da pesquisa, foram observados o sigilo dos nomes próprios dos sujeitos participantes e a utilização do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), modelo contido no Apêndice (B), no qual há esclarecimentos sobre os objetivos da pesquisa, riscos e benefícios da participação, como prevê a Resolução nº 510/2016, que exige respeito e garantia do pleno exercício dos direitos dos participantes.

Os dados obtidos foram selecionados e categorizados de acordo com a regularização das respostas e a análise e interpretação dos dados, bem como as informações apresentadas, ocorreram através da perspectiva do materialismo histórico-dialético, cuja abordagem permite o movimento da aparência e da essência dos fenômenos.

Sobre o tema, Netto (2011, p. 22, grifos do autor) destaca:

O objetivo do pesquisador, indo além da aparência fenomênica, imediata e empírica – por onde necessariamente se inicia o conhecimento, sendo essa aparência um nível da realidade e, portanto, algo importante e não descartável -, é apreender a essência (ou seja: a estrutura e a dinâmica) do objeto. Numa palavra: *o método de pesquisa que propicia o conhecimento teórico, partindo da aparência, visa alcançar a essência do objeto*. Alcançando a essência do objeto, isto é: capturando a sua estrutura e dinâmica, por meio de procedimentos analíticos e operando a sua síntese, o pesquisador a *reproduz no plano do pensamento*; mediante a pesquisa, viabilizada pelo método, o pesquisador *reproduz, no plano ideal, a essência do objeto que investigou*.

Dessa forma, o estudo proposto irá contemplar a leitura crítica da realidade, com os subsídios necessários para apreender o objeto investigado, e após esse processo, os dados coletados e informados foram organizados criteriosamente e sistematizados, conforme as categorias de análise.

Em relação à estrutura do trabalho, está organizado da seguinte forma: o primeiro capítulo apresenta uma breve abordagem sobre os aspectos gerais do envelhecimento populacional a nível mundial, bem como, no Brasil e em Sergipe. O segundo capítulo ressalta a perspectiva do envelhecimento e a prática da dança. O terceiro capítulo destaca os resultados obtidos mediante a realização da pesquisa de campo, a qual apresenta o perfil dos integrantes do grupo Nova Vida e as discussões sobre a percepção dos idosos quanto aos possíveis benefícios da atividade física, em específico, a dança, nos aspectos físicos e sociais.

Por fim, as considerações finais constitui item dedicado ao debate sobre o processo de envelhecimento humano, elementos sobre a metodologia da pesquisa, resultados, discussões e possíveis sugestões.

CAPÍTULO I

O ENVELHECIMENTO HUMANO: ALGUNS ASPECTOS HISTÓRICOS

O envelhecimento populacional é uma tendência que ocorre no século XXI tanto em países desenvolvidos como em desenvolvimento e estudos mostram que, no âmbito mundial, anualmente um total de 58 milhões de idosos chegam à terceira idade completando 60 anos ou mais. A estimativa para esse crescimento será de 1 para 5 vezes daqui a 2050, motivo de atenção para essa população que emerge, como assegura o relatório publicado pelo Fundo de População das Nações Unidas (UNFPA) no ano de 2012.

Andrade e Jesus (2013) destacam que a expectativa de vida cresceu na Europa, passando de 65 para 75 anos, e na América do Norte os índices passaram de 68 para 78 anos, mas nos países em desenvolvimento a taxa de natalidade reduziu. Somente na África as taxas de nascimento permaneceram aumentando, mas a expectativa de vida passou de 38 para 55 anos e na Ásia as estatísticas perpassaram de 42 para 69 anos.

Na América do Sul a expectativa de vida ultrapassa os 70 anos, nos países, a exemplo do Chile, os índices chegam aos 81 anos, no Uruguai aos 76 anos, na Argentina e Equador aos 75 anos. As taxas destes países apresentaram comparações com os países da América Central, a exemplo da Ilha Caimão, Porto Rico, Panamá, Costa Rica e Cuba, cujas estimativas variam entre 70 a 80 anos.

Neste sentido, os dados apresentados são fatores decorrentes da diminuição do índice de fecundidade e de mortalidade nas décadas atuais, os quais são responsáveis pelo aumento gradativo da longevidade, ou seja, se deve ao controle das taxas de nascimento e investimento em programas voltados à saúde.

Sobre essa temática, Leal e Haas (2006, p. 65) destacam que:

[...] a longevidade da existência humana, os quais prolongam bastante a idade média de vida da população. Na maior parte dos países do mundo, sejam desenvolvidos, sejam em desenvolvimento, a tendência é a existência de cada vez mais pessoas idosas, o que se deve ao controle da natalidade e a ampliação de programas de saúde pública, reduzindo consideravelmente as taxas de mortalidade tanto na infância quanto na velhice.

Diante deste contexto, o envelhecimento da população é um dos fatores para a transição demográfica mundial.

De acordo com o Instituto de Estudos de Saúde Suplementar (IESS), publicado em 2013, essa transição provoca mudanças econômicas, pois mesmo que haja investimentos nas políticas de saúde, há números crescentes de idosos que arcam com despesas assistenciais de planos de saúde. No entanto, é necessário pensar nesta população que envelhece e se configura como objeto de preocupação nas sociedades capitalistas, uma vez que apresentam desafios nos aspectos econômicos, sociais, culturais e familiares.

Nesta perspectiva, Silva (2010, p. 19) afirma:

O crescimento acelerado de pessoas acima de 60 anos de idade instigou inicialmente a preocupação das autoridades de países como França e Inglaterra devido às expressivas repercussões no campo sócio-econômico ocasionado a adoção de novas medidas para atender essa demanda.

Com efeito, surge a necessidade de como lidar com esses desafios intergeracionais, com abordagens e compromissos que assegurem a interação do idoso para um envelhecimento com dignidade e segurança, desfrutando da vida com saúde, direitos e liberdade.

No ano de 2002, a II Assembléia Mundial do Envelhecimento, realizada em Madri, aprovou um relatório intitulado “Envelhecimento no Século XXI: Celebração e Desafio, analisando os idosos”, com vistas a discutir com a sociedade sobre a condição do idoso em vários países e teve como base oferecer vários programas de benefícios aos idosos mediante o Plano de Ação Internacional, segundo o UNFPA (2012).

O referido plano tem como finalidade nortear as discussões relacionadas às políticas públicas voltadas ao envelhecimento humano, integrando-se ao processo de desenvolvimento social.

No entanto, segundo Silva (2010), o envelhecimento precisa ser discutido dentro da lógica capitalista, porquanto as garantias dos direitos dos idosos transcorrem da discussão da sua condição de “improdutivo”. Ao ser desvalorizado pelas exigências do mercado de trabalho, o índice de empregabilidade não supre com o quantitativo de idosos, que em algumas situações leva a uma dimensão de exclusão social.

De acordo com o autor supracitado, essas transformações que ocorrem no mundo têm demonstrado que os avanços tecnológicos e científicos reduzem a mão-de-obra e, conseqüentemente, a terceira idade sofre com essas mudanças que não foram acompanhadas por todos os segmentos da sociedade. Assim, o quantitativo de idosos dispensados mostra o caráter excludente dessa parcela da sociedade no mundo, o que acarreta um aumento significativo de marginalização deste segmento.

Nessa perspectiva, Veras (2009, p. 550) destaca que:

Os fatos e as evidências apontam urgência de mudanças no cuidado à população idosa. Os modelos vigentes se mostram ineficientes e de alto custo. Assim, tornam-se necessários novos métodos de planejamento e gerência, pois a prestação dos cuidados reclama estruturas criativas e inovadoras, com propostas de ações diferenciadas, de modo que o sistema ganhe eficiência e o idoso possa usufruir integralmente os anos proporcionados pelo avanço da ciência.

Para Santos et al (2014), mesmo com o avanço da ciência, uma parte dessa população não tem acesso ao mercado de trabalho, assim, são necessárias ações voltadas aos idosos. Além disso, há uma parcela que convive com medo de violência, falta de assistência médica e de hospitais, escassas atividades de lazer, além de angústias e depressões decorrentes dos baixos valores de aposentadorias e pensões e, como consequência, essa desvalorização leva o idoso a se isolar da sociedade.

Além dessas questões que envolvem o trabalho, outros elementos são de suma importância para a atenção ao idoso. A OMS (2015) recomenda que políticas de saúde tenham um papel importante na área de envelhecimento e levem em consideração os determinantes de saúde ao longo de todo o curso de vida, tanto nos aspectos sociais, econômicos, comportamentais, pessoais e culturais, além do ambiente físico e acesso aos serviços, com particular ênfase nas questões de gênero e desigualdades sociais.

Segundo Andrade e Jesus (2013), com a maior expectativa de vida dos idosos há a necessidade de investimentos, por parte dos governantes, nas diversas áreas de políticas públicas para permitir que o idoso tenha condição de envelhecer com autonomia, além de melhorar o acesso à saúde e a uma renda que seja compatível a sua manutenção.

Verifica-se que são necessários os avanços nas políticas públicas, haja vista que o crescimento da população idosa é um fato que decorre gradualmente, devendo o poder público intervir para assegurar maiores cuidados e uma maior assistência, com a adoção de novas estratégias e planos, com ênfase no processo do envelhecimento, tanto nos países desenvolvidos como nos em desenvolvimento.

Neste sentido, a OMS (2015) reforça através do Relatório Mundial sobre Envelhecimento e Saúde, como respostas a esses desafios, recomendações de mudanças profundas na maneira de agir e formular políticas de saúde e prestar serviços às populações que estão envelhecendo. O presente relatório baseia-se em indicações com base na análise das mais recentes evidências a respeito do processo de envelhecimento.

Nesta perspectiva, Passos e Santos (2016, p.8) afirmam que:

[...] sejam pensadas e adotadas pela sociedade, gestores públicos e pela iniciativa privada a criação de ações sustentáveis que busquem assegurar o envelhecimento ativo e saudável da população. O envelhecimento humano não pode ser apenas considerado pela ótica cronológica, ou seja, da idade, é necessário também ser uma percepção de vários outros aspectos, pois, todos desejam viver muito tempo, mas não querem ficar velhos, onde a discriminação etária é uma violação aos direitos humanos.

Dessa forma, Gomes (2013) menciona que os estudos através da Gerontologia e a Geriatria têm papel fundamental na vida dos idosos, pois se apresentam como duas áreas da ciência que têm contribuído para compreender as modificações ocorridas na vida humana, proporcionando aos idosos melhorias na qualidade vida. Enquanto uma área estuda o envelhecimento humano médico-social nos aspectos sociais, econômicos, psicológicos, culturais, dentre outras, a segunda é a ciência que cuida das questões patológicas do idoso.

Nesta perspectiva, Cunha (2014) defende que a gerontologia busca por novos conhecimentos com o objetivo de melhorar a qualidade de vida dos idosos, tendo a interdisciplinaridade como fator importante, pois permite um trabalho coletivo, trazendo benefícios para essa faixa etária, uma vez que, neste tipo de espaço, o Serviço Social prevalece e assume um papel essencial com ações que visam à melhoria dos serviços prestados aos idosos.

De forma geral, com o processo de envelhecimento é imperioso discutir e compreender, além da gerontologia, outras áreas de formação com arcabouço

teórico, a exemplo do Serviço Social, que visa contribuir com intervenções nesse público alvo, mediante os profissionais ou as experiências de estágio de alunos na formação de assistente social, as quais possibilitam contato direto com os idosos. Vale ressaltar que neste caso, os CRAS e os Serviços de Convivência estabelecem relações e colaboram com investigações e estudos que discutem a importância da qualidade de vida na terceira idade.

1.1 O processo do envelhecimento no Brasil e em Sergipe

Silva et al (2011) cita que o crescimento da população idosa ocorre aceleradamente no Brasil, visto que em 1960 a população idosa era de 3 milhões e em 2008 passou para 20 milhões.

Assim, em 48 anos o número de idosos cresceu significativamente e de acordo com Witter et al (2013), em 2025 estima-se que 15% da população será composta por idosos.

Neste sentido, Garcia et al (2009) alerta sobre a necessidade de se intensificar o estudo científico sobre o envelhecimento porque o crescimento da população idosa é um fato que vem ocorrendo no Brasil e no mundo.

Conforme Silva (2010), no Brasil, bem como em outros países, o envelhecimento populacional é devido ao contingente de pessoas acima de 60 anos, o que atinge cerca de 21 milhões de pessoas. Um segmento da população com mais de 75 anos, representando 11% da população brasileira e em Sergipe, apesar de ser um Estado territorialmente menor comparado aos demais, houve um crescimento de 1% no mesmo prazo de tempo.

No critério preestabelecido pela OMS (2015), é considerado idoso o habitante de país em desenvolvimento com 60 anos ou mais e o habitante de país desenvolvido com idade igual ou superior a 65 anos. Desta forma, os dados revelam que muitos brasileiros têm em média uma expectativa de vida de 72 anos.

Esse cenário é fruto da baixa taxa de fecundidade e também dos avanços no campo da saúde e da tecnologia que proporcionaram para essa população alguns acessos de serviços públicos ou privados, obtendo, assim, respostas para a melhoria da qualidade de vida dos idosos, o que ocasionou, na mesma medida, o aumento das despesas médicas particulares.

Segundo a publicação do IESS (2013, p.14):

Assim, com o rápido processo de envelhecimento da população brasileira, haverá um contingente maior de idosos no futuro, causando um aumento agregado nas despesas com serviços de saúde, mesmo que os gastos per capita permaneçam constantes.

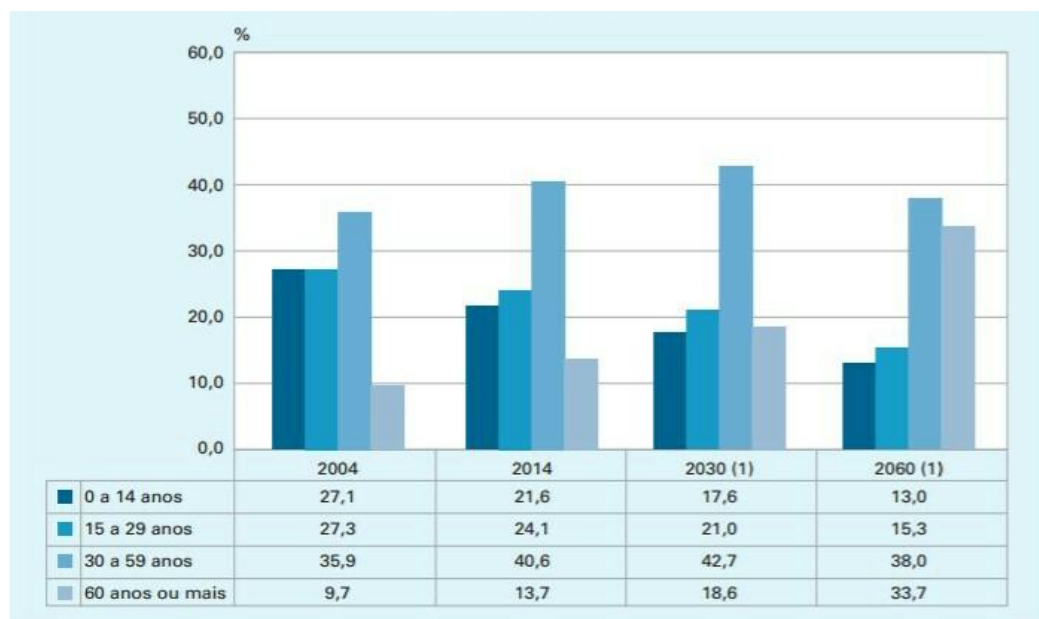
Silva et al (2011) afirma que o Brasil não pode ser considerado um país de jovens, já que as projeções demográficas sinalizam um aumento gradativo da população idosa, tornando-se em 2020 o sexto país do mundo em números de idosos, com um contingente acima de 30 milhões de pessoas com idade superior a 60 anos.

As projeções em 2002 da população brasileira feminina, de acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatísticas – IBGE, era cerca de um total de 8,9 milhões e em média 69 anos de idade e mais de 14 milhões de idosos vivem nas grandes cidades.

Camarano (2002, p. 6) destaca que “[...] a predominância da população feminina entre os idosos tem repercussões importantes nas demandas por políticas públicas [...]”.

A tabela a seguir retrata as projeções dos sexos e a faixa etária até o ano de 2060 no Brasil:

Figura 1 - Distribuição de percentual da população – 2004/2060



Fonte: IBGE (2015), Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios 2004/2014 e Projeção da População do Brasil por sexo e idade para o período 2000 – 2060.

O quantitativo da população idosa altera a pirâmide etária, pois conforme se verifica na figura 1, há uma diminuição da faixa etária dos mais jovens em detrimento dos mais velhos. Os aspectos quantitativos mencionados constituem um aporte de informações analisados pela Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios (PNAD) com estimativa até 2060.

Dados do IBGE (2015) revelados em 2014 mostram que a composição da população por sexo no Brasil foi de (51,6%) de mulheres e (48,4%) de homens e em todas as regiões metropolitanas havia maior concentração de mulheres do que homens, sendo que entre as unidades da Federação, o Rio de Janeiro apresentou maior proporção de mulheres (53,1%).

Este fenômeno ainda demonstra que, com o passar dos anos, as mulheres ocupam espaços na sociedade, e quanto maior o índice da população idosa, maior a proporção feminina comparada aos homens. Isso se deve ao fato de as mulheres idosas realizarem novas funções e mudanças de comportamento, caracterizando um novo conceito de envelhecimento denominado de “feminização da velhice”.

Almeida et al (2015, p.124) ressaltam que:

A feminização da velhice, ou seja, a predominância das mulheres na população idosa traz consigo diversos fatores positivos e/ou, negativos tanto para a própria mulher quanto para a família, uma vez que pode estar associada a um maior risco social e, ao mesmo tempo, a uma reestruturação do espaço relacional por ser a mulher idosa importante elo para a rede de apoio familiar.

Os referidos autores destacam e consideram a mulher, nesse processo de feminização da velhice, o destaque nas mudanças e na predominância na longevidade. Além disso, as transformações podem ser positivas ou negativas, uma vez que a vida das idosas nessa realidade merece uma atenção especial e reforça o dever e a importância da sociedade, do Estado e também da família em busca de ações concretas que visem minimizar as desigualdades sociais e culturais existentes, o que reduz a exposição das idosas às situações de risco social.

Nos países em desenvolvimento, Veras et al (2001) destacam que o número de mulheres que vivem sozinhas é proporcionalmente menor comparada aos países já desenvolvidos, entretanto, no Brasil passa a ter mais mulheres convivendo com seus esposos, como também vivendo sozinhas por conta da viuvez e vivendo com seus filhos.

Vale destacar que, com esse processo de envelhecimento, os idosos se tornaram provedores e mantenedores de seus lares, segundo Santana e Lima (2012), e a representatividade das famílias que possuem idosos como provedores também pode ser observada nos dados do IPEA, IBGE e PNAD, cuja 53% da renda das famílias que tinham idosos provinham do rendimento destes. Porém, quando o idoso se torna o chefe da família, em detrimento de outros adultos, a sua renda representava 68% da renda familiar.

Os relatos descritos acima revelam mais um desafio a ser enfrentado, pois a renda dos mais idosos é identificada como responsável pela manutenção familiar, especificamente dos mais jovens. Assim, a contraposição desta imagem com a do idoso exclusivamente dependente possibilita a formação de um novo modelo de família ou arranjos familiares, com múltiplas gerações convivendo no mesmo lar e o idoso como provedor que, segundo o IBGE (2015), sobrevivem com um salário mínimo vigente.

O referido instituto ainda destaca que crescem rapidamente as proporções dos idosos comparadas às natalidades. Das regiões brasileiras, o Sudeste tem maior proporção de idosos, principalmente em São Paulo, seguido pela capital do Rio de Janeiro. No sul, a capital Porto Alegre. E no norte, Boa Vista e Palmas foram as capitais que apresentaram uma proporção comparada à região sul.

Um fator que tem proporcionado essa elevação do envelhecimento no Brasil, segundo dados da Agência Nacional de Saúde Suplementar, é o aumento com despesa assistencial de planos de saúde, que teve uma elevação entre 2001 a 2011, segundo dados do IESS (2013).

A esse respeito, Witter et al (2013) discutem que com o aumento da população idosa foram identificadas doenças próprias da idade, cujas complicações e sequelas comprometem a independência e a própria autonomia do idoso em suas capacidades funcionais, o que demanda por serviços de saúde. No caso brasileiro, Baldoni e Pereira (2011) destacam os impactos no Sistema Único de Saúde (SUS) com as doenças crônicas.

Meneses (2014) ressalta que no Estado de Sergipe não poderia ser diferente, a transição da estrutura etária com o aumento da população idosa decorre da queda da taxa de fecundidade, tendo em vista a redução do número de filhos relacionado à inserção da mulher no mercado de trabalho, o que gerou mudanças na sociedade sergipana.

Além disso, as principais causas apontadas para a redução do crescimento populacional em Sergipe são: menor imigração no estado, aumento da escolarização da mulher, maior participação no mercado de trabalho, maior acesso aos métodos contraceptivos, aumento do custo da criação de filhos e mudanças nos valores culturais em relação ao número de filhos.

Andrade e Jesus (2013) relacionam esse processo com a redução da taxa de natalidade para explicar que a população idosa em Aracaju, nos últimos 30 anos, ocorreu de forma rápida e intensa. Dessa forma, o envelhecimento da população desta capital assume características semelhantes a da população brasileira, uma vez que 61,8% da população idosa aracajuana pertence ao sexo feminino, estando inserida no processo de feminização da velhice.

Destaque-se que dentre os municípios sergipanos, Aracaju, se comparada a outras cidades do mesmo Estado, apresenta o maior índice de idosos.

Sobre este dado, Meneses (2014, n. p.) assevera que:

[...] há uma forte concentração espacial da população no território da grande Aracaju, que concentra 52,2 % da população urbana do Estado, promovendo um forte desequilíbrio demo territorial. Em seis municípios, com mais de 50 mil habitantes do Estado (Aracaju, Nossa senhora do Socorro, Lagarto, Itabaiana, São Cristóvão e Estância) concentram-se mais da metade da população no total 50,3%.

Para Vieira et al (2013), são dados como estes que devem despertar a atenção dos pesquisadores para investimento em pesquisas e estudos que revelem informações sobre como vivem as pessoas, para serem somados subsídios consistentes voltados à políticas públicas e sociais para essa população.

Passos e Santos (2016) citam o Observatório de Sergipe, órgão vinculado à Secretaria de Estado do Planejamento Orçamento e Gestão (SEPLAG), para demonstrar que a maior parte da população idosa de Sergipe não é economicamente ativa, ou seja, não está apta para o trabalho, o que explica o motivo de o Estado apresentar um grande número de idosos aposentados e pensionistas o que atinge um percentual de 70,59%.

De acordo com Cunha (2014), este segmento necessita de uma atenção diante das implantações de políticas sociais e proteção ao idoso, surgindo, assim, um novo olhar para velhice através de práticas da promoção de um envelhecimento

ativo, com mais autonomia e criatividade, capaz de promover um envelhecimento intelectual, físico e psíquico para que os idosos possam exercer novos papéis e comportamento na sociedade.

Nessa direção, Passos e Santos (2016) reforçam que as relações entre as alterações demográficas existentes devem partir de princípios legais, os quais resguardem os direitos individuais no tocante a um envelhecimento digno e saudável, ou seja, através de debates sobre políticas públicas para a terceira idade ou por meio de estudos científicos que forneçam elementos que contribuam com longevidade para a qualidade de vida, além de fomentar a condição humana no processo do envelhecimento.

Em 1991, em Sergipe fora criado o Conselho Estadual dos Direitos e Proteção ao Idoso regido pela a Lei Nº 3.116, o qual atua na implantação dos Conselhos Municipais, através da divulgação da Política Nacional e Estadual do Idoso e do Estatuto do Idoso. Em Aracaju, o Conselho Municipal da Terceira Idade tem por finalidade formular políticas de proteção, promoção e defesa das pessoas idosas no controle e fiscalização junto à Secretaria Municipal de Assistência Social.

Portanto, muitos são os estudos que identificam exponencialmente o envelhecimento, mas é necessário gerir políticas públicas voltadas para essa população que emerge a nível mundial, principalmente no Brasil e no Estado de Sergipe. Além disso, são necessárias também medidas nos aspectos físicos e sociais para preparar esse novo perfil populacional na sociedade e que apresentem direitos à saúde, ao lazer, à infraestrutura urbana, dentre outros, pois, além de uma taxa de envelhecimento, é fundamental que esse público viva suas trajetórias através de práticas saudáveis e inclusões sociais.

CAPÍTULO II

O ENVELHECIMENTO E A DANÇA: MUDANÇAS DE HÁBITOS

O presente capítulo discute o processo do envelhecimento populacional na perspectiva prática da dança como atividade física, o qual trabalha diversos aspectos na vida dos idosos, dentre eles, o físico, o mental e, principalmente, o social.

Inicialmente será apresentada uma contextualização sobre as fragilidades orgânicas decorrentes da idade que afetam a vida do idoso e em seguida será explanada a importância da atividade física (a dança) tanto como uma estratégia para minimizar alguns fatores que afetam o físico, o biológico e o emocional e como uma forma de socialização para a “terceira idade” ou “melhor idade”², atividade inserida nos Centros de Referência da Assistência Social.

2.1 A dança como um dos elementos essenciais para a vida dos idosos

Em pleno século XXI a temática sobre a dança tem se mostrado como peça de estudo, principalmente por pesquisadores, os quais se voltam a revelar as contribuições que este tipo de exercício proporciona à terceira idade.

Com o processo do envelhecimento, há uma diminuição das reservas funcionais do organismo, tais como: aparelhos e sistemas musculares, ósseos, nervosos, circulatórios, pulmonares, dentre outros. Além disso, repercute socialmente e psicologicamente na vida desses idosos, o que pode caracterizar o isolamento social, conforme salientam Garcia et al (2009).

De acordo com Silva et al (2011), há um declínio que pode acarretar na redução da flexibilidade e da força musculares dos idosos, o que favorece as quedas frequentes e diminuição na mobilização.

Algumas evidências para o retardamento e minimização dos efeitos do envelhecimento são expostas por estudiosos que tratam sobre o assunto, através do

² O termo Terceira Idade foi criado pelo gerontologista francês Huet, é a fase da vida que começa aos 60 anos nos países em desenvolvimento e aos 65 anos nos países desenvolvidos. No entanto, a terceira idade ou melhor idade não se resume em um único conceito, uma vez que a idade cronológica pode não ser idêntica à idade biológica e social do indivíduo.

incentivo à prática de atividades físicas que proporcionam efeitos benéficos para terceira idade, segundo destaca Gomes (2013).

Em um estudo desenvolvido na cidade de Caratinga/MG, Pinto et al (2008) revelam que as pessoas da terceira idade normalmente chegam até a dança com várias barreiras impostas por elas mesmas ou pela sociedade, com a marca do preconceito em virtude da idade ou por compreenderem que há limitações devido aos problemas de origens físicas e psicológicas.

Ramos et al (2014) mencionam a dança como uma proposta de atividade física por ser uma forma mais atraente, o que consegue atingir o público idoso devido à facilidade de adaptação e permite que, independentemente da idade, qualquer pessoa possa participar, mesmo que tenha algum grau de limitação.

Desta forma, Rosa (2012) salienta que dentre as atividades para os idosos, a dança pode acarretar bem-estar e gerar um equilíbrio entre as dimensões da capacidade funcional, ou seja, a prática regular dessa atividade proporciona alguns benefícios. Percebe-se que a maioria dos idosos que busca esse tipo de atividade não visa performances, mas torná-la prazerosa, com movimento fácil e ao mesmo tempo desafiadora.

Neste sentido, Witter et al (2013, p. 193) definem que:

A dança é uma forma expressiva de movimentos guiados pela música. Dançar desperta emoções positivas, prazer e socialização. São esses fatores que motivam o indivíduo a dançar e os mantêm empenhados na atividade. Somente nos últimos 100 anos, apareceram os estudos sistemáticos sobre a imagem corporal e a dança, destacando sua atuação no processo biopsicossocial, dentro do âmbito da promoção à saúde, de um envelhecimento ativo e saudável.

Santos et al (2014) revelam que a dança conquistou espaço na sociedade, sendo que é a arte mais antiga da humanidade. Desde os primórdios, como forma de manifestações naturais e rituais, são diversos os ritmos corporais e culturais, cujos movimentos promovem melhorias nas capacidades motoras e até na comunicação.

Segundo Hermann e Lana (2016), adicionar as práticas de atividades físicas rotineiramente oferece oportunidades de comprometimento que resultam em gastos energéticos e estimula as pessoas a se tornarem mais ativas. Ademais, pode-se afirmar que a dança é um fenômeno polissêmico, o qual auxilia nas várias

configurações sociais, tais como, ritualização, terapia, espetáculo, estilo de vida e exercício, o que leva a considerá-la também como uma manifestação artística.

Souza e Metzner (2013) abordam que a melhor forma do idoso aproveitar essa fase de suas vidas com autonomia seria saber lidar com as mudanças de seus corpos através de exercícios que estimulem a recreação, as capacidades físicas e os aspectos socializadores.

Decerto, a dança propicia que a pessoa se sinta bem consigo mesmo, ao sentir prazer e produzir alegria, ao mesmo tempo em que faz bem aos aspectos físicos, sociais, psicológicos e também à saúde, como citam Leal e Haas (2006).

Segundo Pinto et al (2008), entre os benefícios da atividade física através da dança, destaca-se a diversão, o contato afetivo entre os parceiros, uma vez que propicia interação social, e tem demonstrado os benefícios na função endotelial, pressão arterial, aptidão cardiorrespiratória, que refletem na melhoria da qualidade de vida. Acredita-se que as pessoas que praticam a dança frequentemente são mais motivadas.

Em um estudo desenvolvido no Núcleo de Cardiologia e Medicina do Exercício da Universidade do Estado de Santa Catarina, as autoras Hermann e Lana (2016, p.8) reforçam que:

[...] a prática de atividade física é um potente ansiolítico e antidepressivo, devido aos benefícios proporcionados que por sua vez, merece devida atenção na redução dos fatores de risco e melhoria da capacidade cardiorrespiratória. A atividade física proporciona também o aumento da produção e diminuição da degradação de óxido nítrico, de maneira equivalente ao proporcionado pelos fármacos.

Nesta perspectiva, Cunha (2014) afirma em uma pesquisa desenvolvida em Aracaju/SE que novos hábitos surgidos no processo do envelhecimento e a prática de atividades desempenham recursos importantes até para a redução de doenças progressivas que estão associadas ao aumento da idade, proporcionando melhores condições de vida.

Outro ponto a se destacar é que o benefício da dança passa a potencializar a interação e reduzir as frustrações e a ansiedade. Diante disso, Sousa e Metzner (2013, p. 11), reforçam que “[...] os benefícios da dança vão muito mais além, visto que proporciona o fortalecimento do lado emocional, o que faz com que os praticantes dessa atividade melhorem as relações pessoais”.

A dança, como modo de viver, torna a vida mais tranquila e saudável, desenvolvendo domínios socioafetivos, e também age na manutenção da qualidade de vida; ou seja, são diversos os resultados benéficos para a vida física e social dos idosos, como pontuam Garcia et al (2009, s/p):

Dentre os principais benefícios trazidos pela dança estão: benefícios cardiovasculares; melhoria da expressão corporal; desinibição; autoconhecimento; melhoria na autoestima; estimulação da circulação sanguínea; melhoria na comunicação; melhoria da capacidade respiratória; proporciona noção espacial, consciência corporal, alegria; melhoria das relações interpessoais; desenvolve o raciocínio abstrato; auxilia na compreensão de culturas; reduz a ansiedade e o estresse, liberando tensões; reduz o sedentarismo; engloba conceitos e procedimentos como área de conhecimento e pesquisa; auxilia na saúde mental; aumenta o ciclo de relacionamento; melhoria nos campos social, emocional e cognitivo; estimula a espontaneidade e criatividade.

De acordo com Amed (2014), a dança é um instrumento pedagógico utilizado há algum tempo, sendo uma ótima ferramenta de ensino ao propiciar a habilidade de expressar os sentimentos e representá-los.

No entanto, alguns significados se perderam e a dança, atualmente, na sua maior parte, é baseada em movimentos organizados numa coreografia que une a beleza ao ritmo. Aceitar a dança se torna um transporte de cultura, prazer e, sobretudo, de extrema importância para o desenvolvimento da criatividade e a cidadania.

Segundo Gomes (2013), por ser uma prática socializadora, a dança contribui para a interação, porquanto os idosos sentem-se mais dispostos e reduzem os quadros de depressões e os isolamentos, além de influenciar na participação mais efetiva em grupos de idosos, passando a conhecer outras pessoas da mesma faixa etária, o que possibilita a formação de novos vínculos de amizade.

Neste lume, Cunha (2014) reforça que a dança provoca a desmistificação de qualquer tipo de preconceito e sua forma socializadora intensifica o contato de outros idosos com a comunidade, o que faz com que eles busquem alternativas nos grupos de convivência para a superação dos bloqueios emocionais.

Nesta perspectiva, o Jornal A8 TV³ (2014) divulgou um grupo de dança regional chamado Penerô Xerém, com mais de 25 anos de atividade, o qual é referência no Estado de Sergipe, formado por 37 mulheres e 3 homens, com idades entre 48 e 86 anos. Seus componentes se entregaram a dança não apenas para reviver as origens, mas como uma forma de viver com mais entusiasmo, companheirismo e, principalmente, com saúde.

Na Revista Brasileira Saúde da Família, editada pelo Ministério da Saúde, no ano de 2006 teve destaque o grupo de Dança de Reisado⁴ de Pedrinhas/SE. A enfermeira da unidade de saúde, ao perceber a condição dos idosos (hipertensão, colesterol, depressão, entre outras), resolveu utilizar a dança de reisado como uma estratégia para promover a oportunidade dos idosos vivenciarem um envelhecimento ativo. Para tanto, articulou as redes da Secretaria Municipal de Saúde, com a Ação Social, o que, além de propiciar o resgate das tradições folclóricas, gerou uma mudança benéfica nos aspectos social, emocional e físico dos idosos envolvidos com a experiência.

Percebe-se que a dança tem uma influência no resgate da cultura, além de criar espaços para promover a aprendizagem e formar novos vínculos, fazendo com que o valor das emoções surja diante dos movimentos rítmicos e expressivos, sejam individuais ou grupais, como um suporte social, a exemplo do Penerô Xerém e do Grupo de Reisado de Pedrinhas/SE.

Numa pesquisa desenvolvida na cidade do Rio de Janeiro, Wilchmann et al (2013, p. 825) reafirmam que a melhoria da qualidade de vida dos idosos mencionando que:

³Redação Portal A8 TV, na cidade de Aracaju no ano de 2014 apresentou um noticiário acerca do grupo Penerô Xerém, os idosos mantêm a identidade cultural do grupo com dança folclórica, acrescenta ainda nos trabalhos danças circulares com atividades de alongamento e preparação física, mas o intuito é expor a cultura dos nordeste. Disponível em: <<https://a8se.com/sergipe/noticia/2014/06/35799-grupo-penero-xerem-completa-25-anos-e-busca-sede-propria.html>>. Acesso em: 20 ago. 2017.

⁴ Vale destacar, segundo o Ministério da Saúde (BRASIL, 2006) que o Reisado chegou ao Brasil junto com os colonizadores portugueses, a tradição em suas pequenas aldeias, assim celebravam o nascimento do Menino Jesus. Em Portugal é conhecido como Reisada ou Reseiro. A tradição do Reisado é composta por um grupo de músicos, cantores, dançarinos que percorrem as ruas das cidades, zonas rurais, de porta em porta, ao anunciar a chegada do Messias, ao pedir prendas e fazer louvações aos donos das casas por onde são acolhidos quando passam. Além disso, no Estado de Sergipe, as apresentações ocorrem em qualquer época do ano e não apenas nas festas de Natal e Reis. Disponível em: <www.prosaude.org/publicacoes/diversos/revista_saude_familia11.pdf>. Acesso em: 23 set. 2017.

[...] o nível de satisfação dos idosos na convivência com outras pessoas pode aumentar de intensidade no decorrer da vida, melhorando a qualidade de vida. Nos grupos, surge a oportunidade de estabelecer novas amizades, ampliar os conhecimentos e afastar a solidão.

Destarte, a atividade desenvolvida através da prática da dança regularmente influencia significativamente na melhoria da saúde física e psicológica e promove maior integração social. As instituições que desenvolvem essas atividades, a exemplo dos Centros de Referência da Assistência Social (CRAS), seguem normativas que dirigem aos idosos sua participação, o Serviço Social, por sua vez, garante o acesso a esse público, como também, ao profissional da assistência social que, com suas competências, contribui para viabilização os direitos sociais.

Stringueta et al (2010, p. 5) reafirmam o compromisso do profissional de Serviço Social. Veja-se:

A sociedade burguesa nos impõe uma liberdade que está repleta de contradições, pois sua própria dinâmica bloqueia e impede o desenvolvimento das demandas próprias da liberdade. A tarefa do Assistente Social é lutar pela participação social, emancipação, autonomia, desenvolvimento dos sujeitos sociais e principalmente pela ampliação dos direitos sociais e da cidadania investindo assim nas potencialidades dos usuários, caminhando sempre na busca da liberdade como bem supremo, um projeto, uma liberdade a ser conquistada.

As autoras supracitadas destacam como as ações éticas e políticas buscam garantir os direitos dos usuários do Serviço Social através dos profissionais que dedicam o seu trabalho na defesa dos direitos e na expectativa de intervenções que propagam ou proporcionam acesso à participação social aos idosos.

Iamamoto (2009) assinala que os profissionais da assistência social desenvolvem a capacidade de compreender uma dada realidade e construir propostas de trabalho mais criativas, além de viabilizar os direitos diante das demandas que emergem cotidianamente, a exemplo da população idosa. Assim, o profissional utiliza de técnicas que contribuem para o processo de inclusão social desta população.

De forma geral, entender essa população em sua totalidade é de fundamental importância para o surgimento e execução de políticas voltadas a esse segmento, pois mesmo que o envelhecimento siga as transformações naturais da vida do ser

humano, não se deve pensar apenas nas soluções medicamentosas, mas no intuito de realizar intervenções sociais asseguradas através da Política Nacional da Assistência Social.

Desse modo, a PNAS dispõe de serviços, programas, projetos e benefícios, cujo foco é a atenção às famílias e aos seus membros. Decerto, o SUAS é organizado tendo como referência os territórios em que vivem as famílias em situação de vulnerabilidade social e o Serviço Social, representado através dos CRAS e as demais unidades públicas, devem ser implantados nos territórios de vulnerabilidade social, com o objetivo de facilitar o acesso destas populações aos serviços socioassistenciais, aproximando os serviços à realidade de seus usuários e, entre esses serviços, o incentivo à prática da dança.

A Política Nacional do Idoso estabelece na Lei nº 8.842/1994 a finalidade de proteger e assegurar o direito do idoso, devendo promover a sua autonomia, a sua integração e participação na sociedade, cujas políticas públicas governamentais são responsáveis por implantar formas de atendimento ao idoso. Nos Centros de Convivência este espaço destina-se às práticas de atividades físicas, culturais e sociais.

Portanto, estimular a prática da dança aos idosos contribui significativamente para os novos padrões e hábitos de vida mais saudáveis.

2.2 Espaços socializadores para idosos e a prática da dança

Considera-se relevante a discussão acerca do “envelhecimento e a dança”, uma vez que nos levam a compreender as entidades públicas como mecanismos institucionais que elaboram e executam atividades socioeducativas para o atendimento direcionado ao idoso nos centros de convivência, os quais possibilitam a inclusão social a essa faixa etária, mediante espaços como os Centros de Referência de Assistência Social (CRAS), cujo objetivo é a prevenção de vulnerabilidades sociais e riscos sociais, garantia estabelecida na Política da Assistência Social.

Segundo a Tipificação de Serviços Socioassistenciais⁵ (BRASIL, 2009, p.11), os serviços prestados aos idosos nesses espaços têm o foco nas:

⁵ A tipificação Nacional de Serviços Socioassistenciais texto da Resolução nº 109, de 11 de novembro de 2009, publicado no Diário Oficial da União em 25 de novembro de 2009.

[...] atividades que contribuam no processo de envelhecimento saudável, no desenvolvimento da autonomia e de sociabilidades, no fortalecimento dos vínculos familiares e do convívio comunitário e na prevenção de situações de risco social. A intervenção social deve estar pautada nas características, interesses e demandas dessa faixa etária e considerar que a vivência em grupo, as experiências artísticas, culturais, esportivas e de lazer e a valorização das experiências vividas constituem formas privilegiadas de expressão, interação e proteção social. Devem incluir vivências que valorizam suas experiências e que estimulem e potencialize a condição de escolher e decidir.

Neste sentido, passa a ser compreendida como um integrado de ações e serviços que devem ser prestados aos idosos como garantias, assegurando-lhes direitos sociais pautados para o bem-estar.

Cabe ressaltar que o Estatuto do Idoso (BRASIL, s/d, 2003) dispõe no Capítulo V, artigo 20, que “o idoso tem direito a educação, cultura, esporte, lazer, diversões, espetáculos, produtos e serviços que respeitem sua peculiar condição de idade”. Esta conquista é o que estabelece na Lei Nº 10.741 de 1º de outubro de 2003, a qual foi sancionada e assinada pelo Presidente da República junto à Subchefia para Assuntos Jurídicos da Casa Civil.

O aludido estatuto defende ainda as necessidades de permitir aos idosos o pleno atendimento às suas demandas, principalmente pelo poder público, assegurando-lhes direitos elencados no artigo 3º, o qual giza *in verbis*:

É obrigatório da família, da comunidade, da sociedade e do **poder público** assegurar ao idoso, com absoluta prioridade, a efetivação do direito à vida, à alimentação, à educação, à cultura, ao esporte, **ao lazer**, ao trabalho, **a cidadania**, à liberdade, à dignidade, ao respeito e à **convivência familiar e comunitária**.

Destarte, percebe-se que os direitos visam preservar a vida do idoso e as suas relações sociais com a família e com a sociedade.

Neste sentido, Passos e Santos (2016) relacionam esses direitos com a concretização da cidadania e da inclusão social, na perspectiva de intervir na autoestima e na sociabilidade do idoso, criando-se programas e serviços socioeducativos em centros de convivências.

Neste sentido, Hermann e Lana (2016, p.7) afirmam que:

Uma alternativa é a criação de grupos de convivência, onde os idosos buscam inicialmente uma melhoria física e mental por meio de atividades físicas, mas que posteriormente podem ocasionar prazer e satisfação. Essa manifestação emocional pode estar associada também as novas propostas oriundas do grupo [...]

Wichmann et al. (2013) corroboram ao afirmar que estes espaços são meios de formar interações através de inclusões sociais, ou seja, são uma maneira de resgatar a autonomia do idoso para que vivam com dignidade.

De acordo com Cunha, 2014; Andrade; Jesus, 2013, após a inserção nos grupos de convivência a pessoa idosa se reconhece como equipamentos capazes de proporcionar valorizações aos mesmos, principalmente na forma de sentir-se como um indivíduo com potencial para praticar outros tipos de atividades.

Além disso, os autores supramencionados mencionam que os equipamentos são acolhedores para população idosa, o qual a participação frequente dos integrantes reforça os objetivos propostos do serviço de convivência e fortalecimento de vínculos, onde são desenvolvidas as atividades que contribuem para o envelhecimento ativo.

As autoras Katzer e Gobbo (2015) defendem que estes espaços permitem a família conhecer seu idoso, suas necessidades e possibilidades, assim como o idoso também aprende a se reconhecer e descobrir que, apesar dos anos terem lhe tirado a flexibilidade e virilidade da juventude, o mesmo ainda pode desfrutar de momentos prazerosos, principalmente, através da dança.

Num estudo desenvolvido em São Paulo/SP com um grupo de idosos, as autoras Andrea et al (2014)mencionam que as atividades com grupos de terceira idade foram consideradas formas de intervenções para manter e/ou alcançar uma vida saudável e integrada socialmente, proporcionando aos participantes uma melhor qualidade de vida.

Diante desse cenário, evidencia-se a necessidade de manutenção de grupos de atividades para idoso, como uma forma de estimular os componentes ao desempenho, ampliar o repertório de atividades, melhorar a qualidade de vida e, conseqüentemente, promover a saúde e a sua prevenção, como também a socialização dos integrantes.

Portanto, a dança, além de uma prática saudável, é um excelente meio de alívio das tensões do dia a dia, haja vista dar ênfase aos aspectos físicos, sociais, afetivos, cognitivos, além de estimular a criatividade, a autonomia, auxiliar nas

mudanças de comportamento, melhorar o raciocínio e ampliar a comunicação dos idosos.

No capítulo seguinte serão abordados os dados coletados através do roteiro de entrevista semiestruturado sobre o processo do envelhecimento dos idosos do grupo Nova Vida, além de relacioná-los com a importância da prática da dança e as mudanças ocorridas na vida pessoal dos mesmos.

CAPÍTULO III

“EU CHEGO DE UM JEITO E SAIO DE OUTRO JEITO”: PERCEPÇÃO DOS IDOSOS/AS DO GRUPO NOVA VIDA⁶

Os sujeitos da pesquisa são os idosos do grupo Nova Vida do Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculo do CRAS Risoleta Neves, situado no município de Aracaju/SE, e o universo da pesquisa é composto por 25 idosos; com relação à amostra obteve-se a participação de 11 idosos (nove mulheres e dois homens).

Com relação aos aspectos éticos da pesquisa, destaque-se que foram observados o sigilo dos nomes próprios dos sujeitos participantes e a utilização do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), no qual foram prestados esclarecimentos sobre os objetivos da pesquisa, riscos e benefícios da sua participação. Para preservar a identidade dos idosos foram preservadas suas identidades para atender aos princípios que regem a Resolução nº 510/2016, que versa sobre a ética na pesquisa em ciências humanas e sociais.

Inicialmente será feita uma breve caracterização do cenário da pesquisa, cujas informações demonstram a importância deste equipamento, como um espaço público, o qual propicia intervenções sociais e promove a Proteção Social Básica⁷ aos seus usuários. Em seguida, serão apresentadas as discussões sobre os resultados obtidos com a coleta de dados e com a finalidade didática, será realizada essa discussão através de eixos relacionados às variáveis do estudo, tais como, o perfil dos idosos por distribuições de sexo, idade, religião, renda, estado civil,

⁶ O título tem como base uma das falas dos participantes da pesquisa, que representa a temática abordada sobre o envelhecimento e os benefícios da prática da dança.

⁷ A Tipificação Nacional de Serviços Socioassistenciais (TNSS) da Resolução nº 109, de 11 de Novembro de 2009 organiza os três níveis de complexidade do SUAS, os quais ofertam Serviços em Espaços Institucionais conforme as seguintes modalidades:

- I. Proteção Social Básica (São ofertados serviços nos Centros de Referência de Assistência Social/CRAS)
- II. Proteção Social Especial de Média Complexidade (São ofertados serviços nos Centro de Referência Especializado de Assistência Social/CREAS)
- III. Proteção Social Especial de Alta Complexidade (São ofertados serviços em Abrigos Institucionais, Casas-Lares, Casas de Passagem e Residências Inclusivas).

composição familiar e a percepção dos idosos sobre as mudanças ocorridas por meio da prática de dança nos aspectos físicos e sociais.

3.1 Breve caracterização do Centro de Referência da Assistência Social (CRAS) e do Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculo

Para tratar sobre a temática pertinente aos idosos do grupo Nova Vida é necessário conhecer os serviços e o espaço em que o Centro de Referência da Assistência Social (CRAS) oferece como porta de acesso à Política da Assistência Social, sendo regido pelo Conselho Nacional da Assistência Social (CNAS), pela Política Nacional da Assistência Social (PNAS) e o Sistema Único da Assistência Social (SUAS), e que aprova a Norma Operacional Básica do Sistema Único de Assistência Social (NOB/SUAS), esse conjunto de deliberações organizam e consolidam os serviços socioassistenciais e os equipamentos físicos.

Os Centros de Referência da Assistência Social (CRAS)⁸, unidade de Proteção Social Básica, é administrada pelos gestores locais dos Municípios e oferece também o Serviço de Proteção e Atendimento Integral à Família (PAIF), atuando diretamente com as famílias, e busca prevenir as rupturas dos vínculos em caráter preventivo, protetivo e proativo, utilizando-se de ações nas áreas culturais, capazes de proporcionar novas vivências às famílias.

Esses princípios dos serviços ofertados, em especial os Serviços de Convivência e Fortalecimento de Vínculos (SCFV), são articulados com o PAIF, que visa garantir o desenvolvimento de um trabalho social com os usuários e seus familiares ao permitir possibilidades de enfrentamento das situações de vulnerabilidades vivenciadas pelo grupo familiar, contribuindo para a proteção integral, que materializa a forma de matricialidade sócio familiar em torno do SUAS.

Nessa perspectiva, o Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculo (SCFV) visa garantir aquisições progressivas, afim de, complementar um trabalho social com essas famílias principalmente as que estão em situações de riscos sociais. De tal modo, que estimula e orienta os usuários na reconstrução de sua história, vivências, na perspectiva de fortalecer os vínculos familiares ao incentivar a socialização e aproximação da convivência com a comunidade.

⁸ O Centro de Referência da Assistência Social (CRAS) tem como base as Orientações Técnicas cedidas pelo Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome (MDS), cartilha de 2009.

Portanto, é neste serviço que foi criado o grupo de idosos denominado “Nova Vida”, a partir da inauguração do CRAS Risoleta Neves⁹ em maio de 2011 em Aracaju-SE, situado na Rua Nossa Senhora da Glória, nº845, bairro Cidade Nova. O grupo é frequentado por 25 idosos e são acompanhados por uma equipe técnica responsável pelo desenvolvimento das atividades, a saber: um educador físico, duas assistentes sociais (técnicas de referência), uma coordenadora, dois educadores sociais, um psicólogo e dois estagiários em Serviço Social.

As atividades com os idosos ocorrem semanalmente nas sextas-feiras no turno da manhã, mediante a recepção, o acolhimento, palestras socioeducativas, artesanatos, passeios, recreações, e entre os exercícios físicos a prática da dança. O objetivo para tais atividades sócio educativas é a integração social dos idosos o qual proporciona o convívio, o bem-estar, melhorias na qualidade de vida, na autoestima, interação e a participação como forma de socialização.

Em relação às temáticas transversais trabalhadas pelos profissionais com o grupo, são discutidas em meios às rodas de conversas a respeito dos direitos, acessos e permanência dos idosos na sociedade, e as garantias asseguradas por Lei através do Estatuto do Idoso. Além disso, as intervenções sociais devem pautar os interesses e as demandas dessa faixa etária, de forma a considerar a vivência em grupo mediante as experimentações artísticas, culturais, esportivas e de lazer a exemplo de atividades lúdicas e exercícios físicos através da dança, como prevê a Tipificação Nacional de Serviços Socioassistenciais (2009).

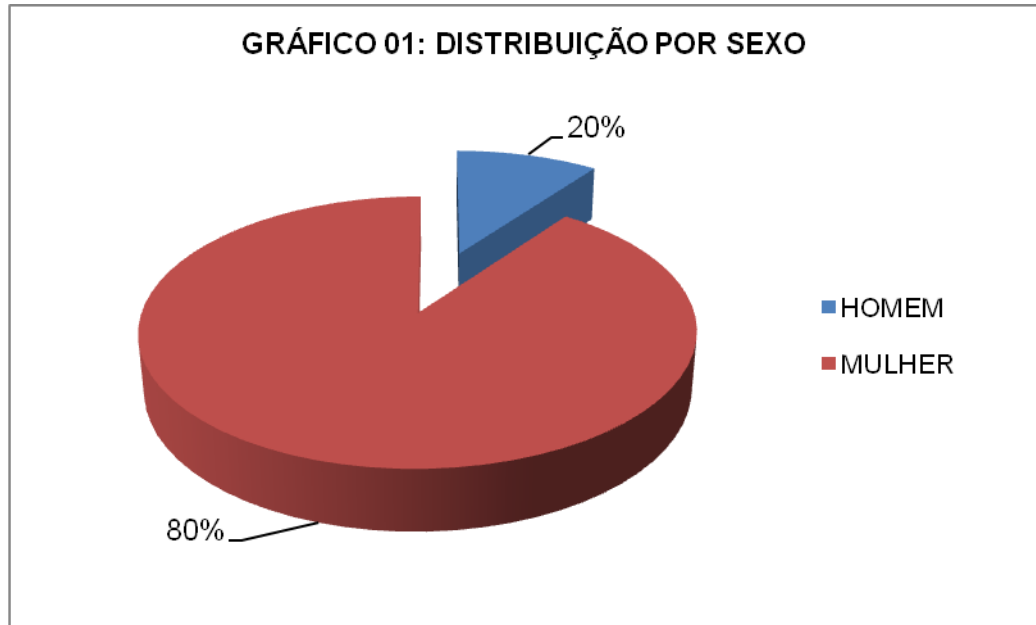
Portanto, os CRAS são espaços da Política da Assistência Social, o qual visa atender as demandas sociais, através dos Serviços Socioassistenciais ao orientar e viabilizar o acesso à comunidade e os idosos na instituição por meio da Proteção Social Básica.

3.2 A Inserção do idoso no grupo Nova Vida e as suas características

Este subitem permite identificar o perfil dos/as idosos/as que participam do Grupo Nova Vida ao caracterizar o seu lugar, sua fala ao refletir a percepção construída pelos mesmos, e a influência das atividades físicas a exemplo da dança para melhorias na qualidade de vida e seus aspectos sociais.

⁹ O breve histórico sobre o CRAS Risoleta Neves tem base em informações cedidas pela Instituição, através de um Relatório de Estágio Supervisionado em Serviço Social das discentes Cíntia Catarine, Iris Catarine e Lívia Roberta da Universidade Federal de Sergipe no ano de 2015.

3.2.1 Perfil dos idosos do CRAS Risoleta Neves



Fonte: Pesquisa de campo (2017) - Elaboração própria

O gráfico 1, apresenta amostra da pesquisa por distribuição dos sexos, verifica-se que a presença das mulheres no Grupo Nova Vida são 80% dos integrantes em detrimento à participação dos homens que equivalem a 20%, percebe-se que a figura feminina se insere mais em grupos de convivência.

Os dados revelam as disparidades dos gêneros no convívio em grupo, com relação a outras pesquisas relacionadas à inserção do/a idoso/a em grupos convivência. A esse respeito Jesus (2013, p. 39) ressalta em sua pesquisa a prevalência feminina nas atividades desenvolvidas com o grupo de idosos, assim se assemelha com o Grupo Nova Vida:

Esse dado comprova que a tendência identificada no grupo é hegemonicamente feminina em detrimento do sexo masculino. Este fato condiz à relação da questão cultural destes membros, onde os homens têm a concepção de que seu lugar é no trabalho pesado, diferentemente das atividades desenvolvidas em grupos de convivência. Desta forma a participação predominante das mulheres refere-se à questão dos papéis determinantes na maioria das vezes pela sociedade.

Neste sentido, as mulheres são assíduas em grupos de convivência comparadas ao público masculino. De acordo com Argimon et al (2011) essas

idosas começam a participar mais, ampliam as atividades cotidianas dentro e fora do lar principalmente em espaços sociais, diferentemente dos homens. Desta forma, os equipamentos que dispõem de espaços de socialização e lazer para a terceira idade, através de esportes, atividades físicas, culturais e artísticas são importantes para compreender quais os motivos levam as mulheres idosas a participarem mais em grupos de convivência.

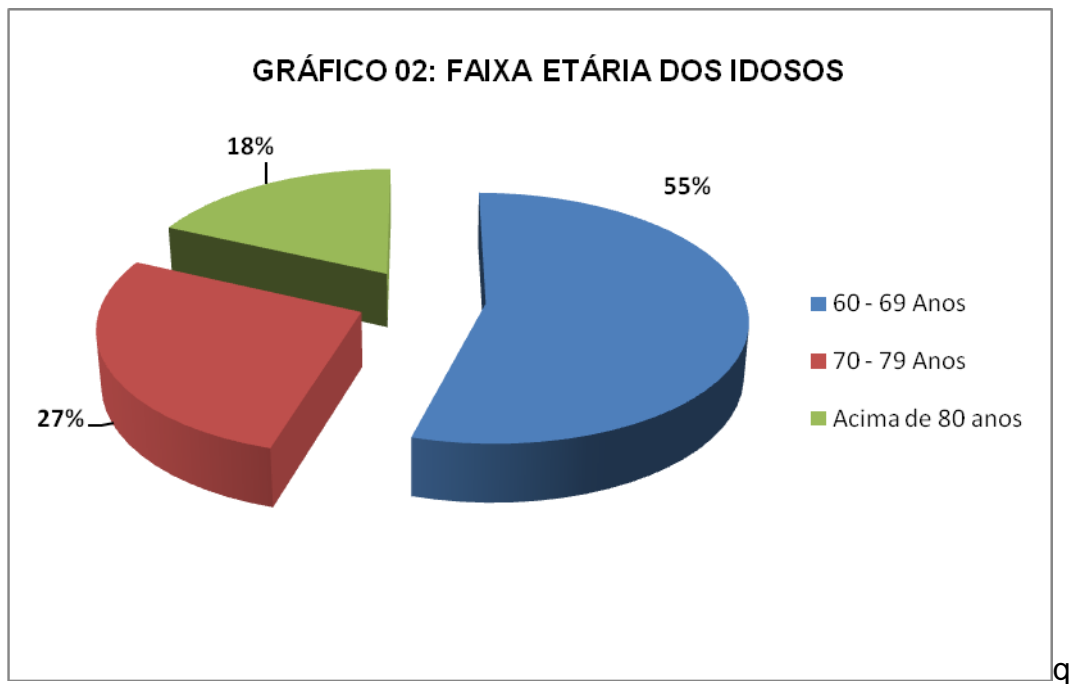
Outros estudos (CUNHA, 2014; GOMES, 2013; SILVA, 2010) demonstram que nos Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculo apresentam um percentual significativo de idosas, pois com o processo de feminização da velhice que está relacionada à longevidade das mulheres, ou seja, as mesmas são mais ativas e participativas, conseqüentemente vivem mais. De modo geral, as mulheres procuram oficinas nos CRAS, com objetivo de desenvolverem outras formas de interação.

Desta forma, Andredea et al (2014, p. 126), destacam sobre o fenômeno chamado de “Feminização da Velhice” e a participação em oficinas:

O número elevado de mulheres participantes na oficina, além de correlacionar-se com o processo de feminização da velhice, demonstrou uma maior participação das mulheres em atividades fora do ambiente domiciliar, o que já era de se esperar, visto que as mulheres, mais do que os homens, participam de atividades extradomésticas [...]

No entanto, sobre essas questões voltadas às mulheres idosas, estudos revelam a necessidade da participação masculina nesses espaços, Vargas e Portela (2013, p. 230) mencionam que “a participação de homens em grupos é pouco expressiva; daí a relevância da contribuição que os resultados podem somar na construção do conhecimento da ciência do envelhecimento [...]”, pois permite discutir e explorar novas pesquisas a respeito da terceira idade e, sobretudo, mencionar a importância da participação do homem idoso nos Serviços de Convivência.

3.2.2 Idade



Fonte: Pesquisa de campo (2017) - Elaboração própria

Com relação ao Gráfico 2, o predomínio é de 55% do total dos idosos que possuem idade entre 60 e 69 anos, 27% entre 70 e 79 anos e 18% desses idosos encontram-se nas faixas etária acima de 80 anos. Estes dados revelam uma variação, isso significa uma heterogeneidade possibilitando a inserção do idoso a partir de 60 anos ou mais em atividades que estimulam a convivência familiar e comunitária como defende o Estatuto do Idoso (BRASIL, 2003).

Neste sentido, numa pesquisa desenvolvida na cidade de Malhador/SE, Cunha (2014) menciona que a faixa etária do grupo de convivência é caracterizada por idosos com idade superior a 60 anos, em sua maioria equivalente 65 anos idade, e intervalo entre 66 a 70 anos. Os dados revelam que em Aracaju/SE como no interior, os idosos com idade acima de 60 anos se predispõem a participar nas atividades propostas em grupo.

Vale ressaltar que há uma parcela da população idosa com idade superior a 60 anos que não se inserem nos serviços oferecidos pelo CRAS, devido às limitações físicas e psicológicas as quais impossibilitam a participação no grupo. O processo de envelhecimento apresenta alguns fatores patológicos, tais como:

dificuldades na visão, audição, locomoção e entre outros que inviabiliza o acesso na instituição.

Nesta perspectiva, Silva et al (2011, p. 165) reafirmam esses fatores:

[...] ocorre declínio das aptidões físicas, o que está relacionado com a redução da flexibilidade e da força muscular do indivíduo, o que favorece quedas, diminui a mobilidade e leva à fraqueza e fragilidade muscular, prejudicando a autonomia funcional do idoso.

Entretanto, há alternativas que colaboram para reduzir essas fragilidades decorrentes da idade, através da participação regular nas atividades físicas desenvolvidas nos serviços oferecidos nos CRAS. Um exemplo são os idosos do grupo Nova Vida que buscaram minimizar com essas limitações de forma prazerosa e ativa.

Cabe ressaltar que o idoso/a ao participar desses grupos de convivência tem a oportunidade de ampliar o seu bem-estar, reduzir a ociosidade, estabelecer e fortalecer vínculos o que contribui com o envelhecimento ativo.

3.2.3 Religião

O universo dos sujeitos apresentou-se como praticantes da Igreja Católica, isso demonstra a predominância de idosos/as católicos nesse serviço de convivência, em relação aos demais tipos de religiões. A prática de uma religião costuma colaborar com as questões subjetivas desses sujeitos, através de harmonização interior, de reflexões acerca da importância da vida e o respeito ao próximo.

No tocante a essa temática, há estudos revelam sobre o papel da religião na vida dos idosos. Segundo Silva (2010, p. 50):

É notória a importância e a influência da religiosidade na vida dos idosos que de certa maneira está carregada de significados e explicações para os fenômenos referentes à família, as relações sociais, os problemas de saúde além de servir como uma espécie de “fuga” da realidade da qual fazem parte.

Ressalta-se o valor da religião no cotidiano dos/as idosos/as, pois está interligado o da família, das relações sociais e da participação com a comunidade, algo bem próximo da realidade dos serviços ofertados no CRAS como objetivo de fortalecer os laços afetivos e os vínculos familiares e comunitários.

As religiões sejam católica, evangélica, espírita, umbanda, budista e entre outras denominações têm o objetivo responder questões relacionadas à existência humana, assim, o papel da religião é considerado fonte de significado existência ao gerar bem-estar para os/as idosos/as, pois as crenças pessoais dão significados nas suas vidas.

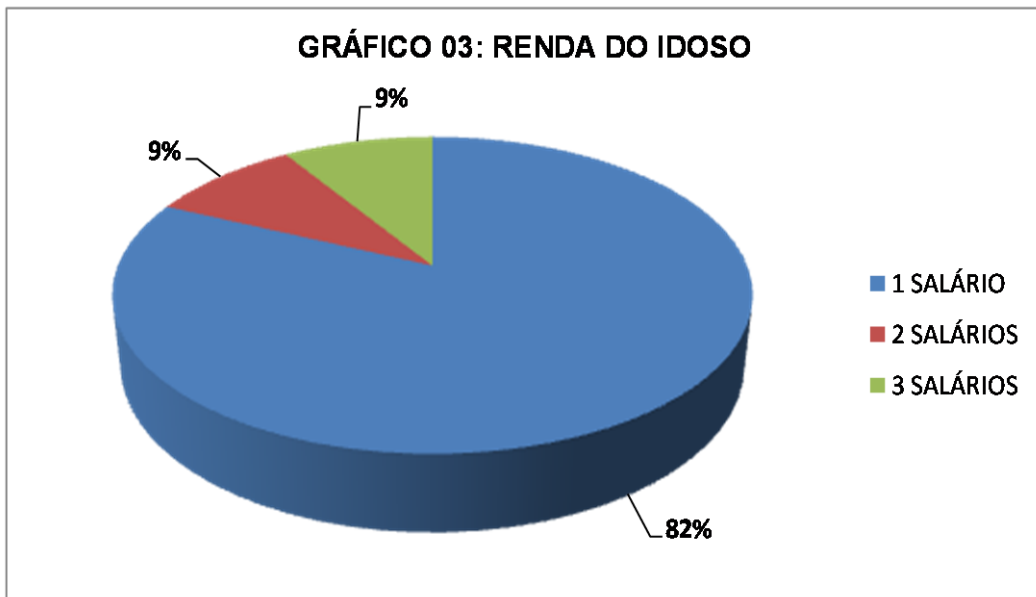
Segundo Oliveira e Alves (2014) ressaltam em um estudo desenvolvido na cidade de Caetité/BA, o significado existencial na vida do idoso que busca cultivar através da espiritualidade ou da religiosidade a pretensão de mudar seus hábitos e contribuir para a disciplina, cujas mudanças favorecem a compaixão, a saúde e o bem-estar em geral.

Nessa direção, uma dissertação de mestrado sobre o idoso e a religião no município de São Paulo, a autora Souza (2011, p.42), menciona que:

As práticas e as crenças religiosas podem influenciar a saúde mental, ter impacto no bem-estar emocional e, conseqüentemente, propiciar recursos e comportamentos de enfrentamento, o que pode ajudar as pessoas na adaptação e na superação de eventos estressores, resultando em bem-estar, satisfação com a vida, esperança, aumento do apoio social e diminuição da sensação de solidão.

Assim, pôde-se identificar nos estudos a importância da religião na vida desses idosos principalmente do grupo Nova Vida, pois associado às práticas de atividades no CRAS, auxiliam para amenizar o sofrimento emocional, físico e psíquico.

3.2.4 Renda



Fonte: Pesquisa de campo (2017) - Elaboração própria

O gráfico 3, representa a renda mensal dos/as idosos/as, a maioria corresponde a 82% que possuem um salário mínimo, 9% dos idosos possuem uma renda de dois salários mínimos, e os outros 9% dos idosos entrevistados recebem três salários mínimos.

Essas rendas são oriundas de aposentadorias e de benefícios assistenciais, a exemplo do Benefício da Prestação Continuada (BPC)¹⁰, o qual se constitui a provisão de renda através da Lei Orgânica da Assistência Social (LOAS), não contributiva e de responsabilidade do Estado provê-la. Seus critérios são com base na idade igual ou superior a 65 anos, como também, é destinado à pessoa com deficiência, porém, esse benefício não é vitalício.

Desta forma, outros estudos segundo Santos et al (2014) destacam a renda através do BPC, que o valor monetário deste benefício não é suficiente para as despesas domiciliares, pois com o envelhecimento essas demandas financeiras, não suprem com os gastos principalmente de consultas e remédios, e as despesas familiares.

¹⁰O Benefício da Prestação Continuada da Assistência Social (BPC) é um direito garantido através da Constituição Federal de 1988, pela Seguridade Social e regulamentado pela Lei Orgânica da Assistência Social (LOAS), Lei nº 8.742/93 e pelas Leis nº 12.435/2011 e nº 12.470/2011, que alteram dispositivos da LOAS; e pelos Decretos nº 6.214/2007, nº 6.564/2008 e nº 7.617/2011, o qual assegura 1 (um) salário mínimo mensal ao idoso, com idade de 65 anos ou mais, e à pessoa com deficiência, de qualquer idade com impedimentos de longo prazo, de natureza física, mental, intelectual ou sensorial, portanto, que comprove não possuir meios de garantir o próprio sustento, nem tê-lo provido por sua família. Em ambos os casos, é necessário que a renda mensal bruta familiar per capita seja inferior a $\frac{1}{4}$ (um quarto) do salário mínimo vigente.

Os idosos entrevistados afirmaram participar de outras práticas laborativas para complementar a renda através de trabalhos informais, pois os rendimentos os quais recebem são insuficientes. A necessidade de trabalhar com artesanatos é o que auxilia com as despesas, uma vez que os sujeitos da pesquisa são provedores da família.

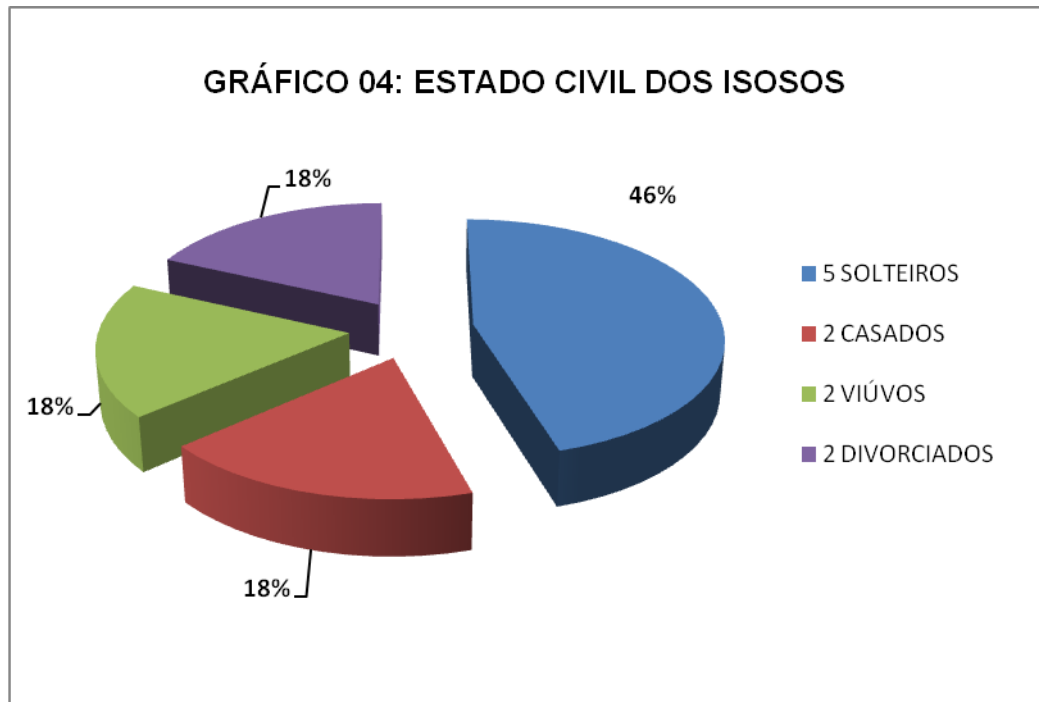
Nessa perspectiva, Santana e Lima (2012, p. 182) assevera que:

A renda dos mais velhos vem sendo identificada como responsável pela manutenção familiar, especialmente dos mais jovens. A contraposição desta imagem com a do idoso exclusivamente dependente sugere a possibilidade da formação de um novo modelo de família, com múltiplas gerações convivendo no mesmo espaço residencial e sob outra chefia, não do adulto em idade considerada produtiva, mas a do idoso provedor.

Segundo Silva (2010) a crise econômica e o desemprego estrutural têm provocado mudanças na dinâmica familiar o que ocasiona situação de vulnerabilidade social. Além disso, é perceptível nos lares brasileiros verificar a existência de mais um núcleo familiar na convivência do mesmo teto com filhos, noras, netos em situação de desemprego o que leva a dependência econômica da pensão ou aposentadoria do idoso.

Portanto, os dados da pesquisa revelam que os idosos apesar da idade avançada continuam na condição de provedor do lar, ou seja, com o aumento do desemprego e os mais jovens fora do mercado de trabalho o idoso passa a se responsabilizar com as despesas. Porém, interfere na forma de como as famílias estão se organizando, o que produz novos arranjos familiares, o que economicamente são atribuídos gastos financeiros ao idoso.

3.2.5 Estado civil



Fonte: Pesquisa de campo (2017) - Elaboração própria

Com relação ao estado civil dos sujeitos pesquisados, o Gráfico 4 retrata 46% da amostra são os que não possuem nenhum vínculo conjugal (solteiros), 18% os que representam os/as casados/as, 18% que constata os/as idosos/as viúvos/as e 18% que são divorciados/as.

De acordo com o Gráfico 4, os nove idosos, solteiros, viúvos e divorciados relataram não possuir nenhum relacionamento, buscam a participação em grupos de convivência na reconstrução de novas relações em detrimento de situações de isolamento, da solidão bem como da depressão. Já os dois idosos que possuem núcleo familiar e são casados participam por interesses próprios, mas com os mesmos objetivos dos demais de criar novas amizades.

Estes dados aproximam-se com outras pesquisas já realizadas, neste sentido, Gomes (2013) menciona que a viuvez entre os sujeitos entrevistados, se torna sinônimo de liberdade para algumas idosas, ou seja, busca frequentar ciclos sociais nos grupos de convivências em busca de companhia, como também, conviver socialmente com outros idosos, algo que não vivenciaram na juventude ou quando casadas.

Nesta direção, outra pesquisa desenvolvida com um Grupo de idosos em Aracaju/se se assemelha com o grupo Nova Vida. As autoras Andrade e Jesus (2013, p.39) afirmam sobre a viuvez que:

[...] mulheres viúvas relataram que estão frequentando o grupo porque encontram no mesmo o preenchimento do vazio em que vivem, pois em sua maioria moram sozinhas, algumas com netos e não só as que possuem companheiros como todos do grupo relataram frequentar porque encontram diversão, amigos, onde todos participam ativamente.

Portanto, a população idosa que frequenta o grupo de convivência é de solteiros/as, viúvos/as e separados/as enquanto os casados/as são em proporções menores.

3.2.6 Composição familiar

Quando se analisa a composição familiar dos idosos entrevistados, destacam-se cinco que residem com esposo, filhos, noras, uma que mora somente com o esposo, além desses, um idoso reside com dois irmãos, e quatro idosos moram sozinhos. Os dados sócio-familiares mencionados representam os membros que compõem o quadro familiar dos idosos do grupo Nova Vida.

Com relação aos entrevistados, uma parte dos/as idosos/as informou que residem com os familiares e buscam por atividades no CRAS para vivenciarem trocas de experiências com o grupo. Porém, as falas de parte dos idosos revelaram que moram sozinhos, e até mesmo os que perderam os/as companheiros/as nos momentos do falecimento, se inseriram no grupo para minimizar as ausências.

Nesta direção, Wichmann et al (2013, p. 825) destacam sobre a ausência de entes queridos:

Na participação em grupos de convivência, os idosos referiram que compartilham suas angústias, tristezas, amores, alegrias, afetos, saberes, reduzem sentimentos como medo, insegurança, depressão, sobretudo após a perda de entes queridos e membros da família, doam e recebem afeto, conversam com os amigos e trocam experiências de vida.

Percebe-se, outra questão identificada com os idosos, pois os que possuem filhos e companheiros, os mesmos vivem uma parcela do tempo ausentes nos lares, motivo o qual, os idosos/as sentem-se sozinhos/as e por isso buscam se inserir nos CRAS. De acordo com Andrade e Jesus (2013) o número de pessoas do domicílio diminui a partir do momento em que os filhos se tornam independentes, esta

situação reduz a quantidade de pessoas na residência para a companhia do idoso, ou seja, uma alternativa é conhecer novas pessoas em grupos de convivência.

Nesta perspectiva Katzer e Gobbo (2015, p. 13) destacam o papel da família com o idoso:

[...] a importância da família em acolher e cuidar do seu idoso, uma vez que envelhecer é um fato inevitável da natureza, para que tal processo seja concebido pelo indivíduo como algo prazeroso e feliz. Ainda, visando a promoção da saúde e longevidade, os grupos de convivência para idosos denotam sua relevância na prevenção de doenças, como depressão, e uma velhice ativa.

Portanto, a família é importante na vida do idoso, porém, a ausência propicia solidão e até mesmo o isolamento. Vale ressaltar que o núcleo familiar é fundamental para construção de valores, de afetos e vínculos. Esses papéis são prioridades no cuidado e na proteção dos membros que a compõem.

3.3.7 Percepções dos idosos sobre o grupo Nova Vida e o serviço de convivência

Nesse item apresentamos as falas dos/as idosos/as entrevistados/as acerca da sua percepção sobre os motivos que levaram a sua participação no Serviço de Convivência e de que forma conheceu o grupo Nova Vida. Identificamos no universo dos sujeitos uma aproximação nas respostas, pois os/as idosos/as informaram os seus objetivos em participar, e com isso foram conduzidos até o CRAS por indicações.

É sabido que a interação em grupo possibilita mudanças na vida do idoso, por isso encontraram alternativas no Serviço de Convivência. Essa perspectiva culminou na participação como uma forma de incentivo para atividades fora do domicílio e no enfrentamento do desânimo. Pois, as políticas públicas que visam atender esses segmentos da sociedade, através de ambientes apropriados, é o que auxilia no envelhecimento ativo.

É o que defende Leal e Hass (2006, p.65):

Existem múltiplas instituições públicas e privadas que promovem essas atividades com o objetivo de manter o idoso ativo mental e fisicamente, retardando, muitas vezes, o ritmo de perda de algumas de suas funções vitais.

A reflexão das referidas autoras sobre a importância de espaços que promovam o bem-estar e a interação do idoso, está associada a um dos motivos que levaram a chegar até a instituição, como também, por incentivos de conhecidos. Segundo Andrade e Jesus (2013, p.52) mencionam que “o idoso passa a participar do grupo por incentivo ou convite de amigos, familiares e em alguns casos especiais por orientações médica [...]”, desta forma, percebe-se na categoria de rede familiar e institucional. Os idosos expressaram mediante das seguintes falas:

“Fui convidada pelo meu cunhado.” (Filó - 64 anos)

“Fui convidada pela minha amiga.” (Sinhá - 85 anos)

“Soube através de uma ex-coordenadora do CRAS.” (Chicó - 60 anos)

“Uns amigos me informaram sobre o grupo.” (Lírio - 69 anos)

Em um estudo realizado no município de Itapiranga/SC discutiu-se as razões que levam o idoso a frequentar grupos de convivência, a participação do idoso é de suma relevância, pois se mantém ativo. Por se tratar de uma fase da vida em que ocorrem diversas mudanças com perdas biológicas, psicológicas e morais, dessa forma, a participação em atividades comunitárias objetiva à preservação do sentimento de “utilidade” do idoso, uma vez que neste espaço ele pode expressar seus sentimentos e sentir-se importante perante as pessoas da mesma faixa etária (KATZER; GOBBO, 2015).

Quando questionados sobre a percepção dos idosos do que significaria grupo de convivência, o universo dos sujeitos informou em suas respostas, que seria a formação de novos laços de amizades. Verifica-se na categoria de relações comunitárias, vejamos os depoimentos dos idosos nas seguintes falas:

“É conviver bem com os amigos.” (Florlinda - 67 anos)

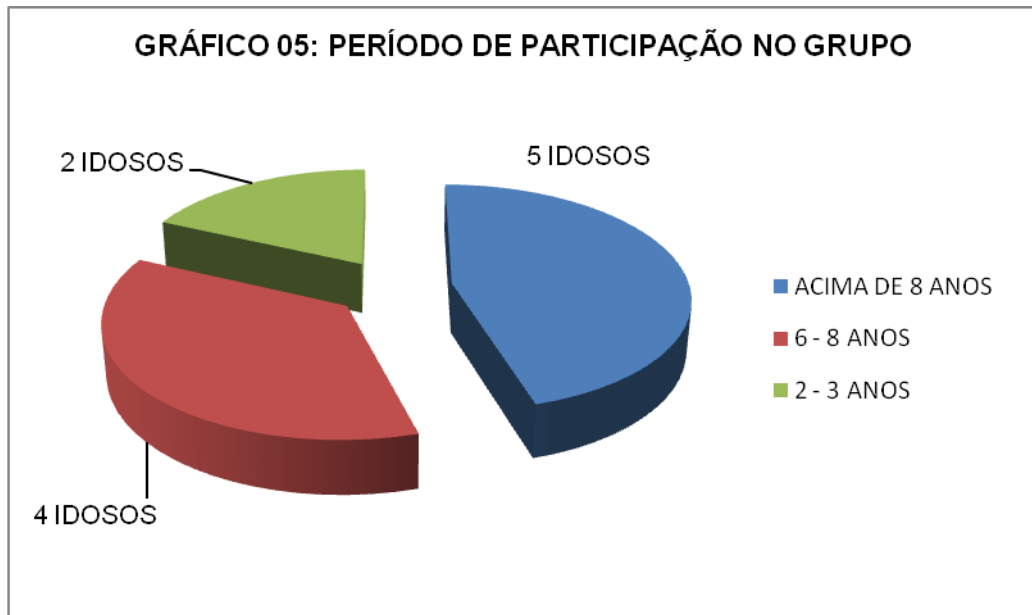
“Conviver e conhecer novas pessoas.” (Nina - 79 anos)

“É conviver com a comunidade e conviver com pessoas onde mora.” (Chiquinha - 81 anos)

“É a gente se sentir bem e receber e dar atenção.” (Jasmim - 72 anos)

“Eu chego de um jeito e saio de outro jeito” (Filó - 64 anos)

Os entrevistados da pesquisa demonstraram um grau de satisfação ao participar do Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculo, principalmente do Grupo Nova Vida. Assim, a relação deles neste grupo, podemos destacar a seguir o período em que iniciaram no CRAS.



Fonte: Pesquisa de campo (2017) - Elaboração própria

De acordo com os dados o gráfico 5, demonstra o período de inserção no grupo, dois participantes têm de dois a três anos, outros quatro participantes têm de quatro a oito anos, e cinco participantes da pesquisa têm mais de oito anos, esses idosos faziam parte de um grupo de forró anteriormente ao CRAS e que permaneceram nos exercícios quando surgiu o serviço de convivência.

Com base em uma pesquisa desenvolvida em Aracaju, com o Grupo da Melhor Idade Fraternidade Josefina, as autoras Andrade e Jesus (2013) revelam uma proximidade com os resultados da inserção em grupo de convivência, os entrevistados frequentam o grupo há mais de oito anos.

Durante o período das entrevistas, os idosos mencionaram participar das atividades oferecidas, com isso, foram questionados quais as que se identificam no grupo Nova Vida. Mediante as respostas dos envolvidos, o universo dos sujeitos se habituou à prática da dança, além de outras como as palestras, as oficinas e trabalhos manuais.

Desta forma, percebe-se nas respostas o interesse pelos exercícios físicos, portanto, a prática regular na terceira idade viabiliza uma independência principalmente na vida cotidiana, assim, os exercícios possibilitam benefícios.

Neste sentido, Pinto et al (2008) mencionam essa relação com os exercícios, pois a dança nesse contexto de certo modo contribui para um melhor envelhecimento e as ações benéficas proporcionam mais disposições. Assim, se caracteriza como uma das atividades mais completas, pois permite trabalhar outras questões que envolvem o físico, o mental e o social.

A longevidade está relacionada à prática de exercícios, com isso o que mudou na vida desses idosos ao participarem do grupo, percebe-se mediante a categoria mudanças de hábitos e sentimentos, as respostas deles foram as seguintes:

“Mudou muito até para andar sozinho.” (Zé - 78 anos)

“Mudei muito, sobrevivi quando participei.” (Chiquinha - 81 anos)

“Me sinto uma pessoa mais alegre e mais comunicativa.” (Rosa - 66 anos)

“Mudou muito, tenho pessoas para conversar.” (Lírio - 69 anos)

“Mudou muito até os sentimentos de tristeza.” (Nina - 79 anos)

É perceptível como a influência e a participação em grupos de convivência estimulam os seus usuários no incentivo à prática de exercícios, o que auxilia também no alívio de angustias e incertezas, compreende-se nas afirmações a sensação de bem-estar dos idosos.

3.3.8 As condições físicas dos idosos relacionados à prática da dança

Ao tratar sobre as condições físicas do idoso requer uma atenção especial, pois esses indivíduos já passaram dos 60 anos. Para tanto, é durante essa fase da vida que doenças decorrentes do envelhecimento surgem e altera significativamente os seus ritmos, e com isso entra em descompasso com os estilos de vida.

Os índices de idosos são crescentes, nesta perspectiva Veras (2009) defende que o pensamento na elaboração de uma nova política de cuidado para o idoso baseada na qualidade de vida, assume suma importância como também na

capacidade funcional, o que mantém principalmente as habilidades físicas e mentais que são necessárias para uma vida independente e autônoma, contudo através de exercícios que estimulem mudanças radicais ao idoso.

Neste sentido, Souza e Metzger (2013) reforçam que estudos que colaborem para mostrar essas mudanças, pois a expectativa de vida dos brasileiros cresce gradualmente e com isso a procura por uma vida mais ativa e saudável. Desta forma, o idoso constantemente busca por qualidade de vida através de atividades físicas.

Os efeitos funcionais destas atividades realizadas a partir da dança ampliam o conceito de saúde. Segundo Organização Mundial da Saúde (OMS) (2015), juntamente das diretrizes básicas da Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa promovem campanhas sobre o envelhecimento saudável. Contudo, a manutenção e a melhoria, da capacidade funcional dos idosos, através da prevenção das doenças, e também com a recuperação da saúde dos que adoecem e com a reabilitação daqueles que venham a ter a sua capacidade funcional restringida.

A OMS (2015) reitera que se devem fornecer cuidados centrados para essa população idosa ao garantir acesso, assim requer que os sistemas estejam organizados em torno das suas necessidades e, sobretudo, as preferências dessa população exigirá que os serviços sejam favoráveis e compatíveis à idade e intimamente envolvidos com as famílias e as comunidades. Portanto, será necessária uma integração entre os níveis e serviços ofertados e os cuidados de longa duração.

Mas o conceito de saúde é considerável quando praticados exercícios físicos constantemente, pensando nesse contexto, foi perguntado aos idosos o que compreendem sobre a dança, os entrevistados da pesquisa identificaram diversas afirmações, a saber: divertimento, melhorias nas dores do corpo, a dança se resume ainda em alegria, movimenta o corpo deixando-os mais leves.

De acordo com Ramos et al (2014) reafirmam que a dança pode ainda oferecer diversas possibilidades que são reais para a vivência e, além disso, amplia as emoções e percepções proporcionadas por esses exercícios.

Em relação aos cuidados com a saúde, os sujeitos da pesquisa mencionaram na entrevista que após a realização das atividades com a dança semanalmente perceberam algumas alterações benéficas no organismo, a saber: no sistema

cardiovascular, na circulação sanguínea, melhorias ao se expressar corporalmente, melhorias nas vias respiratórias, e em todo organismo.

Conforme os fatos, Garcia (2009) retrata essa situação ao defender que os principais benefícios da dança estão nos sistemas cardiovasculares, melhoria da expressão corporal, da estimulação da circulação sanguínea, melhorias das capacidades respiratórias, e entre outros.

Quando questionado a amostragem as possíveis melhorias nas questões emocionais, o universo dos sujeitos mencionou, através da entrevista que após a prática da dança na terceira idade, perceberam gradativamente melhorias na autoestima, na interação, na ansiedade e na diminuição do estresse.

Silva et al (2011, p. 173) esclarece as seguintes informações:

[...] mudanças saudáveis no estilo de vida, repercutindo na melhora da qualidade de vida. Também ocorrem melhoras na sensação de bem estar, bom-humor e auto-estima, diminui ansiedade e estresse e aumentam as relações sociais. Todos esses fatores podem ser responsáveis pelas respostas positivas dos idosos a pratica da dança [...].

Quando realizada regularmente e com intensidade moderada, produz resistências no corpo tanto fisicamente como mentalmente. Segundo Gomes (2013) a maioria dos entrevistados relataram que se sentem mais autônomos e seguros para tomarem decisões com um “sentimento de liberdade”. Ainda dentro dos aludidos questionamentos, foram indagados sobre o sedentarismo, os sujeitos da pesquisa afirmaram que se tornaram mais dispostos e menos sedentários, verifica-se na categoria disposição e aproximação dos sujeitos, os idosos mencionaram nas seguintes falas:

“Fiquei disposta, sou outra pessoa.” (Chicó - 60 anos)

“A gente fica mais espertos.” (Filomena - 62 anos)

“A gente fica mais disposta para sair.” (Lírio – 69 anos)

“A gente pega um carinho para dançar e fica mais disposta.” (Nina – 79 anos)

Gomes (2013) defende ainda que as pessoas da terceira idade tem dado uma importância para a realização de atividades físicas, com isso, alguns fatores levam

para a ocupação do tempo livre, como também a recuperação das habilidades corporais. Portanto, a prática de atividade física regularmente oportuniza principalmente o convívio social.

3.3.9 Os aspectos sociais dos idosos e a dança

Em relação aos questionamentos sobre a prática da dança como atividade física que além de exercitar a mente e o corpo, o objetivo proposto é de identificar nos aspectos sociais se esta prática proporciona interações com a família e com o grupo o qual participam.

Segundo os/as idosos/as do Grupo Nova Vida, após a inserção no CRAS e a realização da dança, dez afirmaram que conseguem interagir facilmente com os familiares e o grupo, porém, somente uma idosa que respondeu não ter facilidade em dialogar com os familiares. Os benefícios identificados a partir das falas dos idosos quanto à convivência familiar e grupal remete a importância da integração, cuja participação e a interação, possibilitam fazer parte do processo da socialização.

De acordo com Andrade e Jesus (2013) defendem a necessidade da participação e aprovação da família com os idosos, o qual mostra a importância dada aos mesmos. Desta forma, ao dialogar com os idosos contribui para o incentivo e a participação no grupo como uma forma de incluí-los socialmente, como também, se tornam um apoio fundamental na valorização enquanto indivíduos.

Neste sentido Silva (2010, p. 37) menciona em sua pesquisa que:

A participação configura-se como uma das principais formas de inclusão social contribuindo sobremaneira para a superação de estigmas e ao aprender a conviver com as limitações e sentimentos comumente apresentados nesta fase. Os programas e projetos que envolvem a participação tornam-se fundamentais para estimular o sentimento de estar inserido, fazendo parte na tomada de decisões, sentindo-se útil, interagindo com outras pessoas e realizando-se enquanto indivíduos protagonistas.

A maioria dos idosos afirmou positivamente e mencionou que os familiares aprovam e até incentivam a participação no grupo, e estimulam a realização da dança, já a idosa que informou a situação particularizada em comparação aos demais, salientou que não consegue interagir com os filhos, pois os mesmos não

sentem interesse em conhecer e discutir as dinâmicas que a mãe desenvolve no CRAS.

Nesta perspectiva, em meio ao abandono afetivo dos filhos, segundo o Estatuto do Idoso (BRASIL, 2003), da Lei Nº 10.741, no artigo 98, há um dever determinado de respeito e de afeto entre os laços familiares. Apesar disso, os/as idosos/as sofrem por abandono material e afetivo sem a mínima satisfação de suas necessidades básicas, o que leva a falta de zelo, da atenção e a proteção ao idoso.

Com base na referida Lei, o abandono afetivo por seus filhos, pode acarretar em indenização por danos morais, devido à violação de quaisquer direitos relativos à vida, à liberdade, à igualdade, à segurança, à intimidade, à vida privada, à honra e à imagem das pessoas, como também o desprezo por parte de seus familiares.

Desta forma, os idosos estão amplamente amparados no ordenamento jurídico, os quais compõem na Constituição Federal de 1988, no Código Civil, no Estatuto do Idoso, na Política Nacional do Idoso e na Lei Orgânica da Assistência Social (LOAS). Nessa direção, a Tipificação Nacional de Serviços Socioassistenciais (2009) defende que a Assistência Social como uma Política Pública desenvolve papéis importantes de enfrentamento e prevenção dos quadros de vulnerabilidades sociais vivenciadas pela família.

Essa realidade evidenciada na vida de idosos, parte do princípio da busca por apoio social entre os membros da mesma geração, assim desenvolvem fatores que contribuem para o diálogo e a redução de danos emocionais e o regate da autoestima. Gomes (2013) reforça que o grupo se fundamenta nessas capacidades que os membros proporcionam em uma ajuda mútua, a partir do processo de reciprocidade, na possibilidade de dividir os problemas íntimos. Portanto, a idosa que mencionou ter dificuldade de interagir com os familiares, frequenta o CRAS para minimizar essa situação com outras pessoas, algo não visto em sua residência.

Ramos et al (2014, p. 81) explicam essa situação:

[...] o idoso procura [...] suprir algumas necessidades como conhecer e se relacionar com outras pessoas, fugir da solidão de casa, superar dificuldades, melhorar a autoestima e, assim, acabar com muitos bloqueios psicológicos.

Outro fator a mencionar são os estigmas, preconceitos e até mesmo a discriminação, os estereótipos por parte de familiares ou a sociedade em relação ao processo do envelhecimento, é acreditar que o idoso não é capaz de desenvolver

algum tipo de atividade física principalmente através da dança, ou seja, que o lugar do idoso é dentro de casa, somente para “bordar” ou “cozinhar”, sabe-se que há idosos que fazem ginásticas, participam de corridas, surfam e entre outros. Segundo Gomes (2013) há necessidade de desmistificar esses preconceitos sobre a terceira idade ao ampliar as possibilidades da participação social que se traduz em tempo de lazer e diversão.

Cabe ressaltar que há idosos que vivem isolados em suas residências e não desenvolvem nenhuma prática de exercícios. Portanto, o objetivo dos serviços de convivência é prevenir essas situações de vulnerabilidades associadas aos idosos e conseqüentemente os seus familiares, além disso, desfaz o sentimento de inutilidade, fortalece e amplia a sociabilidade.

Na pesquisa desenvolvida no Rio de Janeiro, as autoras Wichmann et al (2013) destacam que os grupos de convivência têm sido uma alternativa estimulada no território brasileiro. De certo modo, os idosos buscam nesses grupos, melhorias físicas e mentais, por meio de exercícios físicos. Percebe-se, que as necessidades aumentam, e as atividades de lazer também ganham espaços ocupacionais e lúdicos.

Segundo o universo dos sujeitos pesquisados quando indagados sobre a autonomia, os participantes informaram que conseguem ir e vir realizar suas tarefas no CRAS, assim aumenta o convívio social e agregam condições físicas saudáveis, algo que os idosos urbanos em detrimento dos que residem na zona rural conseguem através da mobilidade urbana. Souza e Metzner (2013) reforçam que é importante que os idosos passem essa etapa da vida com mais autonomia, o qual lida com as mudanças corporais e aproveita da melhor forma da saúde.

Relacionada à pergunta se adquiriram novas amizades no SCVF através da dança, o universo dos sujeitos ressaltou positivamente, que aumentaram gradativamente o círculo de relacionamento e o fortalecimento de afetos com outros da mesma faixa etária. Entretanto, os idosos informaram conhecer pessoas que se encontram na terceira idade, os quais vivem isoladamente e que não praticam nenhuma atividade. Alguns destacaram familiares, vizinhos, amigos e até mesmo antigos integrantes do grupo Nova Vida, com o tempo desistiram de ir decorrente de questões familiares e/ou agravamento no quadro de saúde.

Araújo et al (2012, p.98) em sua pesquisa, realizada na cidade de Santa Cruz do Sul/RS, ressalta a importância de novos vínculos de amizade e suas relações sociais:

Assim, os vínculos que os idosos estabelecem no decorrer da vida são formados pelo grupo familiar, e por amizades na comunidade onde moram. Essas relações propiciam uma sensação de pertencimento e, esse fator, tem sido reconhecido como aspecto fundamental para um envelhecimento com qualidade de vida.

No Estado de Sergipe, além de Aracaju outros municípios desenvolvem trabalhos com grupos de idosos a exemplo de dança de salão, forró, danças folclóricas e também danças circulares¹¹. Verifica-se que espaços como os CRAS e as Unidades Básicas de Saúde, investem em atividades físicas, segundo o blog da GGN¹² destaca no ano de 2014 um trabalho elaborado por um médico cubano na cidade de Nossa Senhora das Dores vinculado ao “Programa Mais Médicos”¹³, este profissional da área da saúde utiliza a dança para dar significado à velhice e potencializar a qualidade de vida.

Por fim, quando indagados sobre a permanência da dança nas atividades desenvolvidas para a socialização, todos participantes concordam com a continuidade, pois permite manter os laços de amizade, bem como mantém a saúde, amplia as emoções e a longevidade através desse exercício. Witter et al (2013) reforçam que a dança é considerada uma forma expressiva em que os movimentos conduzidos pela música, despertam emoções positivas, prazerosas e

¹¹ As danças circulares são danças de roda, que são consideradas uma meditação em movimento, e tem diferentes objetivos, entre eles: os terapêuticos, como benefícios mentais e físicos, quanto atividade de relaxamento, diversão o que amplia a integração de grupos.

¹² O Jornal GGN noticiou sobre os idosos do médio sertão sergipano, na cidade de Nossa Senhora das Dores precisamente no povoado Gado Brado Sul, o médico Rodolfo Garcia Baluja desenvolve trabalhos com idosos desta região, onde são aplicadas atividades e exercícios físicos, palestras e dança com os pacientes. Este tipo de prática desenvolve-se três vezes na semana antes mesmo de iniciar as consultas na Unidade Básica de Saúde desta cidade, o seu foco é mudar os hábitos dos idosos do sertão sergipano para a qualidade de vida. Acesso disponível no site: <jornalggn.com.br/noticias/idosos-do-sertao-sergipano-apredem-a-dancar-com-medico-cubano>

¹³ O Programa Mais Médicos (PMM) foi construído pelo Governo Federal, com apoio de Estados e Municípios, para a melhoria do atendimento aos usuários do Sistema Único de Saúde (SUS). Além de levar mais médicos para regiões onde há escassez ou ausência desses profissionais, o programa prevê, ainda, mais investimentos para construção, reforma e ampliação de Unidades Básicas de Saúde (UBS), além de novas vagas de graduação, e residência médica para qualificar a formação desses profissionais. Acesso disponível em: maismedicos.gov.br>

socializadoras, o que motiva os indivíduos a se manterem empenhados neste tipo de atividades.

Percebe-se na pesquisa que os/as idosos/as do grupo Nova Vida buscam por melhorias na qualidade de vida através das práticas semanais de atividades, dentre as quais a dança, o que sinaliza as possibilidades de mudanças nos aspectos físicos, emocionais e sociais, esses pontos positivos levam a ressignificar o valor e a importância da vida.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do contexto apresentado nos capítulos sobre o envelhecimento mundial, sustentado nas bibliografias pesquisadas, percebe-se que em pleno século XXI o aumento expressivo de idosos tem demonstrado o interesse de pesquisadores, pois o índice dessa população tem se elevado na pirâmide etária tanto em países desenvolvidos como também em desenvolvimento.

Neste sentido, estudos mostram que a expectativa de vida é decorrente de uma baixa taxa na fecundidade e mortalidade e, conseqüentemente, promove um aumento gradual da terceira idade. Contudo, essa transição na estrutura etária provoca mudanças de dependência, principalmente, no quadro de saúde do idoso e em seus aspectos econômicos, culturais e sociais na sociedade.

No Brasil, os dados revelam que essas mudanças, segundo as projeções demográficas da população idosa, tornarão o país o sexto do mundo em números de idosos no ano de 2020, com um quantitativo acima de 30 milhões de pessoas com idade superior a 60 anos.

Outrossim, percebe-se a necessidade dos governantes manterem os investimentos nas Políticas Públicas, o que leva a viabilizar medidas para essa população que surge e que precisa ter direitos e uma melhor qualidade de vida.

Em Aracaju/SE as atividades desenvolvidas nos Centros de Referência da Assistência Social, viabilizam os Serviços de Convivência e Fortalecimento de Vínculo.

O grupo de Idosos Nova Vida, que são os sujeitos da pesquisa, demonstraram interesse em participar das entrevistas e através da coleta de dados, verificou-se que o grupo apresenta uma predominância feminina, processo denominado de feminização da velhice, no qual as mulheres estão vivendo mais, segundo IBGE (2015).

É necessário que estes dados despertem o interesse do poder público para buscar medidas focadas para o público masculino, como sugerem Vargas e Portela (2013), com o intuito de inseri-los nos serviços direcionados ao envelhecimento ativo.

Outra questão é a importância do papel da família de fazer parte desse processo, que após a inserção revelam apoio necessário para que os idosos se

sintam seguros para praticar as atividades e desmistifiquem alguns estigmas, auxiliando-os na autonomia dos mesmos.

Percebe-se que a longevidade leva a um declínio biopsicossocial na vida do idoso e com base nisso, a participação dos idosos em grupos de convivência minimizam alguns fatores físicos e emocionais.

Com base nas respostas dos sujeitos que praticam a dança foram percebidas algumas melhorias no quadro de saúde, o que minimizou alguns problemas causados pelo envelhecimento, tais como, a má circulação, a dificuldade respiratória, as dores ósseas, dentre outros.

Outros estudos confirmam essas mudanças, o que se assemelha com o Grupo Nova vida, e com base em uma dissertação de mestrado, Sousa (2016) verificou que essas possíveis melhorias seguem concomitantes aos benefícios biopsicossociais, cujos relatos sugerem uma diferença positiva na qualidade de vida dos praticantes, principalmente dos que adquiriram maior consciência corporal e compreensão de si mesmos, ocasionou bem-estar e prazer durante e após a prática.

Outra razão se refere às questões emocionais, o convívio grupal e as práticas semanais de atividades físicas, uma vez que após a dança os sujeitos da pesquisa perceberam melhorias na autoestima e, conseqüentemente, reduziram a ociosidade e as ausências de alguns familiares, perceberam motivações e mudanças no humor, reduzindo o estresse e as depressões.

Através da pesquisa se constatou, de acordo com o relato dos idosos, melhorias na expressão corporal, tornando-os mais dispostos, reduziu o sedentarismo e além desses, a dança proporcionou outras séries de benefícios, o que desencadeou aumento do convívio social, os levando a praticar o exercício através da dança.

Assim, fora verificado que esta prática possibilitou inclusões sociais dos/as idosos/as no grupo Nova Vida, o que levou o conhecimento de novas pessoas, com fortalecimento de vínculos de amizade, interação e socialização, fatores que contribuem para ressignificar o sentido do envelhecimento.

A prática da dança, como forma de liberdade, incentiva o idoso a usar a linguagem corporal e rompe com alguns desafios, dentre eles, se expressar por meios dos ritmos. Essa liberdade de expressão leva a atribuir um novo significado para a vida e os acontecimentos, através das mudanças, fazem com que se enxergue a vida sob uma nova perspectiva.

Os idosos do grupo Nova Vida perceberam novos comportamentos e passaram a sentir prazer em viver. Os resultados apresentados visam contribuir para a ciência e para o desenvolvimento de novos estudos, porquanto essa temática é inacabável.

Todavia, enquanto pesquisador houve certa dificuldade na busca de literaturas acerca do envelhecimento e sobre a dança voltada especificamente para o Serviço Social, o que sugere novas descobertas na área.

Por fim, como para o desenvolvimento desse estudo houve a participação do público, os resultados serão discutidos com os sujeitos participantes do grupo Nova Vida, os quais fundamentais para esta pesquisa.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, A. V. et al. **A Feminização da Velhice**: em foco as características socioeconômicas, pessoais e familiares dos idosos e o risco social. Porto Alegre, 2015, p.115-131.

AMED, S. J. S. **OS benefícios biopsicossociais da dança na terceira idade**. 28f. Trabalho de Conclusão – Faculdade de Educação Física da Associação Cristã de Moços de Sorocaba, São Paulo, 2014.

ANDRADE, K. B. C. S.; JESUS, S. S. **Grupos de Convivência: a percepção dos idosos sobre a sua inserção no Grupo da Melhor Idade Fraternidade Josefina em Aracaju/SE**. 73f. Trabalho de Conclusão de Curso - Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, Sergipe, 2013.

ANDREDEA, N. B. et al. **Centro de Convivência de Idosos**: Uma abordagem de estimulação cognitiva e psicossocial. UFSCor, São Carlos, v. 22, n.1, 2014, p.121-128.

ARAÚJO, C. K. et al. **Vínculos Familiares e Sociais nas Relações do Idoso**. Revista Jovens Pesquisadores. Santa Cruz do SUL, n.1, 2012, p. 97-107.

ARAÚJO, C. C. L. et al. **Relatório Final de Estágio Supervisionado**. 70f. Universidade Federal de Sergipe - São Cristóvão/SE, 2015.

ARGIMON, I. I. L. **Velhice e Identidade**: significações de mulheres idosas. Revista Kairós Gerontologia, 14 (4). ISSN 2176 - 901X. São Paulo (SP), Brasil, setembro de 2011, p. 79-99.

BRASIL. **A Política Nacional do Idoso** – Lei 8.842 de 4 de janeiro, 1994. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/L8842.htm>. Acesso em: 6 mar. 2017.

_____. **Estatuto do Idoso** – Lei 10.741 de 01 de outubro de 2003. Disponível em: <<http://www2.camara.leg.br/legin/fed/lei/2003/lei-10741-1-outubro-2003-497511-normaatuizada-pl.pdf>>. Acesso em: 15 fev. 2017.

_____. Ministério da Saúde. **Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica**. Revista Brasileira Saúde da Família. Brasília, 2006, p.72. Disponível em: <www.prosaude.org/publicacoes/diversos/revista_saude_familia11.pdf>. Acesso em: 23 set. 2017.

_____. Ministério do Desenvolvimento Social. **Política Nacional de Assistência Social**. Brasília, DF, novembro de 2004.

_____. Conselho Nacional de Saúde (CNS). Resolução nº 510/2016, de 07 de abril de 2016. **Ética na pesquisa na área de Ciência Humanas e Sociais**: Conquistas dos Pesquisadores. Brasília, 2016. Disponível em:

<<http://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2016/reso510.pdf>>. Acesso em: 15 ago. 2017.

_____. **Orientações técnicas:** Centro de Referência da Assistência Social- CRAS/ Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Brasília, DF, 2009.

_____. **Tipificação Nacional de Serviços Socioassistenciais.** Texto da Resolução nº 109, de 11 de novembro de 2009. Brasília, DF, Diário Oficial da União em 25 de novembro de 2009.

_____. Instituto de Estudos de Saúde Suplementar. **Envelhecimento populacional e os desafios para o sistema de saúde brasileiro.** – São Paulo: IESS [org], 2013, p. 110. Disponível em: <www.iess.org.br/envelhecimentopop2013.pdf>. Acesso em: 10 mar. 2017.

_____. Conselho Nacional de Saúde (CNS). Resolução nº 510/2016, de 07 de abril de 2016. **Ética na pesquisa na área de Ciências Humanas e Sociais: Conquistas dos Pesquisadores.** Brasília, 2016. Disponível em: <<http://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2016/Reso510.pdf>>. Acesso em: 20 jul. 2017.

_____. Programa Mais Médicos (PMM). Disponível em: <www.maismedico.gov.br/conheca-programa>. Acesso em: 04 set. 2017.

BALDONI, A. O.; PEREIRA, L. R. L. O impacto do envelhecimento populacional para o sistema de saúde sob a óptica da farmacoepidemiologia: uma revisão narrativa. Universidade de São Paulo, SP. **Revista de Ciência Farmacêutica Básica e Aplicada**, 2011.

CAMARANO, A. A. **Envelhecimento da População Brasileira:** uma contribuição demográfica. Rio de Janeiro/RJ, 2002, p. 1-31. Disponível em: <http://repositorio.ipea.gov.br/bitstream/11058/2091/1/TD_858.pdf>. Acesso em: 30 mar. 2017.

CASTRO, S. **Método de pesquisa quali-quantitativa.** Novembro de 2013. Disponível em: <<https://prezi.com/j6y42yv58hj/metodo-de-pesquisa-quali-quantitativa/>>. Acesso em: 15 mar. 2017.

CUNHA, T. A. **O Envelhecimento sob a ótica de mulheres idosas beneficiárias do CRAS em Malhador/SE em 2014.** 51f. Trabalho de Conclusão de Curso – Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, Sergipe, 2014.

FUNDO DE POPULAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS – UNFPA. **Relatório sobre Envelhecimento no Século XXI: Celebração e Desafios.** Nova York, Brasil, 8 p., 2012. Disponível em: <www.unfpa.org.br>. Acesso em: 17 mar. 2017.

GARCIA, J. L. et al. **A influência da dança na qualidade de vida dos idosos.** Santo Amaro, SP, n. p., 2009. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd139/danca-na-qualidade-de-vida-dos-idosos.htm>>. Acesso em: 16 jan. 2017.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas 2002.

GOMES, C. S. **Os grupos de Convivência e sua Contribuição para a Qualidade de Vida na Terceira Idade: Um Estudo Social do Grupo das Lavadeiras**. 55f. Trabalho de Conclusão de Curso – Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, Sergipe, 2013.

HERMANN, G; LANA, L. D. **A influência da dança na qualidade de vida dos idosos**. Biblioteca Lascasas, 2016; 12(1). Disponível em: <<http://www.index-f.com/lascasas/documentos/lc0884.php>>. Acesso em: 25 jul. 2017.

IAMAMOTO, M. V. **O Serviço Social na Contemporaneidade**. São Paulo: Cortez, 2009.

IBGE, **Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística**. PNAD 2002. Disponível em: <<http://www.ibge.gov.br/home/presidencia/noticias/25072002pidoso.shtm>>. Acesso em: 18 mar. 2017.

_____. Síntese de indicadores sociais: uma análise das condições de vida da população brasileira: 2015 / IBGE, Coordenação de População e Indicadores Sociais. Estudos e pesquisas. Informação demográfica e socioeconômica, ISSN 1516-3296; n. 35, Rio de Janeiro, 2015, p. 137. Disponível em: <<http://www.biblioteca.ibge.gov.br/visualização/livros/liv95011.pdf>>. Acesso em: 20 jun. 2017.

JESUS, C. L. **Abordagem de gênero sobre participação de idosos nos grupos de convivência: uma alternativa para a inclusão social**. São Cristóvão: UFS, 2007.

JESUS, J. T. **O grupo de convivência para idosos e a construção de vínculos afetivos**. 2013. 71 f. Trabalho de Conclusão de Curso – Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, Sergipe, 2013.

KATZER, M. D.; GOBBO, E. **Percepção sobre convivência familiar e comunitária da população idosa**. Itapiranga - Santa Catarina, 2015, p. 26. Disponível em: <www.uniedu.sed.sc.gov.br/wp-content/uploads/2015/02/monografia-monica-datiane-katzer.pdf>. Acesso em: 30 jul. 2017.

LEAL, I. F.; HAAS A. N. O significado da dança na terceira idade. RBCEH - **Revista Brasileira de Ciência do Envelhecimento Humano**, Passo Fundo/ RS, p. 64-71, 2006. Disponível em: <<http://seer.upf.br/index.php/rbceh/article/viewFile/56/49>>. Acesso em: 24 fev. 2017.

MARCONI, M. A.; LAKATOS, E. M. **Fundamentos de metodologia científica**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2003.

MENESES, N. S. Envelhecimento mais rápido da população em Sergipe. **Jornal Infonet**. Aracaju, 14 de agosto de 2014. Seção Saúde, p. 1.

NETTO, J. P. **Introdução ao estudo do método de Marx**. 1. ed. São Paulo: Expressão Popular, 2011, p. 64.

OLIVEIRA, R. M.; ALVES, V. P. A qualidade de vida dos idosos a partir da influência da religiosidade e da espiritualidade: cuidados prestados aos idosos institucionalizados em Caetité (BA). **Revista Kairós Gerontologia**, 17(3), p.p. 305-327.issn1516-2567. ISSne 2176-901x. São Paulo (SP), Brasil: FACHS/NEPE/PEPGG/PUC - SP. Setembro, 2014. Disponível em: <<https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/download/23208/16770>>. Acesso em: 14 ago. 2017.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Relatório Mundial de Envelhecimento e Saúde**. 2015, p. 29. Disponível em: <sbogg.org.br/wp-content/uploads/2015/10/oms-envelhecimento-2015-port.pdf >. Acesso em: 18 jul. 2017.

PASSOS, D. G. S.; SANTOS, L. A. M. S. **Instituições de longa permanência para idosos em Aracaju-Sergipe**: o papel do Estado em assegurar os direitos. 72f. Trabalho de Conclusão de Curso – Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, Sergipe, 2016.

PINTO, M. V. M. et al. **Análise dos benefícios da dança para a terceira idade**. Caratinga, MG, n. p., 2008. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd124/analise-dos-beneficios-da-danca-para-a-terceira-idade.htm>>. Acesso em: 06 fev. 2017.

PORTAL A8 TV. Disponível em: <<https://a8se.com/sergipe/noticia/2014/06/35799-grupo-penero-xerem-completa-25-anos-e-busca-sede-propria.html>>. Acesso em: 20 ago. 2017.

RAMOS, R. F. S. et al. **Efeitos benéficos da dança na saúde do idoso**. Porto Velho, Itajubá – MG, vol. Sup. 1, p. 77-85, 2014. Disponível em: <<http://acervosaud.dominiotemporario.com/doc/S010.pdf>>. Acesso em: 25 jan. 2017.

ROSA, G. J. **Os benefícios para a saúde dos idosos praticantes de dança na cidade de Coromandel-MG**. 42f. Trabalho de Conclusão de Curso. Faculdade de Educação de Física. Coromandel, Minas Gerais, 2012.

SANTANA, N. C. G.; LIMA, I. M. S. O. **A nova velhice do provedor**. Mediações, Londrina, V. 17, n.2, p.181-195, 2012. Disponível em: <www.uel.br/revistas/uel/index.php/mediacoes/artecle/viewfile/14029/11840>. Acesso em: 11 ago. 2017.

SANTOS, C. C. et al. **Fatores que impedem a inserção de idosos prioritários no Serviços de Convivência e Fortalecimento de Vínculos no CRAS Terezinha Meira em Aracaju/SE**. 71f. Trabalho de Conclusão de Curso – Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, Sergipe, 2014.

SILVA, J. R. et al. **Influência da dança na força muscular de membros inferiores de idosos**. São Paulo - SP, p. 163-179, 2011. Disponível em: <<http://citeweb.info/20112592022>>Influência da dança na força muscular de membros inferiores de idosos (2011) >. Acesso em: 10 fev. 2017.

SILVA, M. D. B. **Impactos na melhoria da qualidade de vida dos idosos que frequentam grupos de convivência**: um estudo sobre o “Grupo Renascer” do CRAS Jardim Esperança. 2010. 84 f. Trabalho de Conclusão de Curso – Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, Sergipe, 2010.

SOUZA, A. S. **O Envelhecimento na dança em revisão, 2000 a 2015**. Dissertação de Mestrado em Gerontologia. 78f. Pontifícia Universidade Católica de São Paulo - PUC. São Paulo, 2016. Disponível em: <<https://sapiencia.pucsp.br/bitstream/handle/19499/2/Adriana%20Silva%20de%20Souza.pdf>>. Acesso em: 22 set. 2017.

SOUZA, J. C. L.; METZNER, A. C. **Benefícios** da dança no aspecto social e físico dos idosos. **Revista Fafibe On-line** – ano VI – n.6 – nov. p. 8-13, 2013. Disponível em: <<http://www.unifafibe.com.br/revistasonline/arquivos/revistafafibeonline/sumario/28/11122013185614.pdf>>. Acesso em: 21 fev. 2017.

SOUZA, T. B. G. **Religiosidade e Envelhecimento**: panorama dos idosos do município de São Paulo. Estudo Sabe. Dissertação de Mestrado, São Paulo, 2011. Disponível em: <www.fsp.usp.br/sabe/teses/thais.pdf>. Acesso em: 19 ago. 2017.

STRINGUETA, G. P. et al. **O compromisso ético-político do Serviço Social e o idoso**. ETIC - Encontro de Iniciação Científica – ISSN 21-76-8498, Vol. 6, No 6, 2010, p. 16.

VARGAS, A. C.; PORTELLA, M. R. O diferencial de um grupo de convivência: equilíbrio e proporcionalidade entre os gêneros. **Revista Kairós Gerontologia**, São Paulo (SP), 2013, p. 227-238.

VERAS, R. P. **Envelhecimento populacional contemporâneo**: demandas, desafios e inovações. Rio de Janeiro – RJ, 2009. Disponível em: <<http://www.scielo.org/pdf/rsp/v43n3/224.pdf?>>. Acesso em: 29 mar. 2017.

VERAS, R. P. et al. **Velhice numa perspectiva de futuro saudável/** Organização Renato Peixoto Veras – Rio de Janeiro: UERJ, UnATI, 2001. 144 p. Disponível em: <www.miniweb.com.br/cantinho/3_idade/artigos/PDF/unati2.pdf#page=98>. Acesso em: 29 mar. 2017.

VIEIRA, D. R. X. et al. **Grupos de Idosos e Serviço Social nas Unidades de Saúde da Família – USF em Aracaju/SE**: Notas Bibliográficas. 44f. Trabalho de Conclusão de Curso – Universidade Federal de Sergipe, São-Cristóvão, Sergipe, 2013.

WICHMANN, F. M. A. et al. Grupos de Convivência como suporte ao idoso na melhoria da saúde. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, 16 (4): 821-832, Rio de Janeiro, 2013. Disponível em: <www.scielo.br/pdf/rbagg/v16n4/1809-9823-rbagg-16-04-00821.pdf>. Acesso em: 28 ago. 2017

WITTER, C. et al. Envelhecimento e dança: análise da produção científica na Biblioteca Virtual de Saúde. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de

Janeiro, p. 191-199, 2013. Disponível em:
<<http://seer.upf.br/index.php/rbceh/article/viewFile/56/49>>. Acesso em: 18 jan. 2017.

APÊNDICE (A) – Roteiro de entrevista

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE
CENTRO DE CIÊNCIAS SOCIAIS APLICADAS
DEPARTAMENTO DE SERVIÇO SOCIAL

PESQUISADOR: ANTONIO CARLOS SANTOS DE MIRANDA

ORIENTADORA: ROSANGELA MARQUES DOS SANTOS

ROTEIRO DE ENTREVISTA SEMIESTRUTURADA DIRECIONADO O(A)S
IDOSO(A)S DO GRUPO NOVA VIDA.

I - IDENTIFICAÇÃO DO IDOSOS

Nome: _____

Idade: _____ Estado Civil _____

Sexo: _____

Composição familiar: _____

Renda: _____ Telefone: _____ Religião: _____

1.1 - O que o(a) levou a participar do grupo Nova Vida no Serviço de convivência e de que forma chegou lá?

1.2 - Para você, o que é grupo de convivência?

1.3 - Há quanto tempo participa do grupo Nova Vida?

1.4 - Das atividades oferecidas para o grupo, quais as que você mais se identifica?

1.5 - O que mudou em sua vida após a sua participação no grupo?

II - A PRÁTICA DA DANÇA E O IDOSO

2.1 – O que é dança para você?

2.2 – Com a prática da dança ocorreu alguma dessas mudanças físicas em sua vida, (a resposta pode ser mais de uma alternativa):

- () sistema respiratório
- () sistema circulatório
- () locomoção motora
- () os ossos estão mais resistentes
- () o raciocínio e a memória
- () outros, especificar: _____

2.3 – Em relação às questões emocionais quais destas houve mudanças após a prática da dança, (pode ser mais de uma alternativa):

- () melhoria na auto estima
- () melhoria na interação
- () redução da ansiedade
- () diminuição do estresse
- () nenhum desses, por quê? _____

III – A DANÇA E A SOCIALIZAÇÃO

3.1 – Com a dança você se sentiu mais disposto(a) e menos sedentário(a)?

3.2 – A dança como atividade laboral que exercita o corpo e a mente tem proporcionado respostas positivas com a interação familiar e o grupo pertencente?

Caso não o justifique.

- () sim
- () não _____

3.3 – Você tem autonomia de ir e vir sozinho(a) para realizar os exercícios no CRAS? Caso não o justifique.

() sim () não _____

3.4 – Você adquiriu novas amizades inseridas no serviço de convivência e fortalecimento de vínculo através do contato da dança? Caso não o justifique.

() sim () não _____

3.5 – Você conhece algum idoso que vive isoladamente sem praticar nenhuma atividade física ou que já o praticou no CRAS e desistiu?

() sim () não

3.6 – Para você a dança deve continuar como um dos serviços ofertados no CRAS para a socialização e inclusão social dos idosos ou sugere outra atividade de interesse e qual seria?

APÊNDICE (B) – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE

DEPARTAMENTO DE SERVIÇO SOCIAL

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

O/a Sr/Sra está sendo convidado/a para participar da pesquisa sobre o envelhecimento e a prática dança, desenvolvida pelo discente da Universidade Federal de Sergipe.

Este estudo tem como objetivo analisar as contribuições da dança nos aspectos físicos e sociais do/a idoso/a que participa do grupo Nova Vida no serviço de convivência e fortalecimento de vínculo.

Sua participação nesta pesquisa consistirá em responder a um roteiro de entrevista semiestruturada sobre a atuação do idoso neste serviço e o papel da dança como uma atividade física desenvolvida no Centro de Referência da Assistência Social (CRAS) Risoleta Neves.

Sua participação não é obrigatória e a qualquer momento o/a Sr/a pode desistir de participar e retirar seu consentimento. Sua recusa não trará nenhum prejuízo em sua relação com o pesquisador ou com a Universidade Federal de Sergipe. Além disso, a sua participação na pesquisa não lhe trará benefícios diretos, contudo, contribuirá para o melhor conhecimento sobre a temática estudada.

Você receberá todos os esclarecimentos necessários antes e no decorrer deste procedimento e lhe asseguramos que seu nome não aparecerá sendo mantido o mais rigoroso sigilo através da omissão total de quaisquer informações que permitam identificá-lo(a).

As informações obtidas através da pesquisa serão respeitadas, sem nenhum abuso ou juízo de valor que possa colocar a vida do idoso a exposição, caso autorize gravações em áudio, será transcrita tal qual a fala do idoso. Assim, possivelmente, na divulgação dos resultados da pesquisa será como relatório de trabalho de conclusão de curso na Universidade Federal de Sergipe. Os dados e materiais

utilizados ficarão sobre a guarda do pesquisador responsável, deste modo, solicitamos a permissão para divulgação de suas opiniões.

O/a Sr/a receberá uma cópia deste termo onde consta o telefone e o endereço do pesquisador principal, podendo tirar suas dúvidas sobre a pesquisa e sua participação, agora ou a qualquer momento.

Antonio Carlos Santos de Miranda

Antonio Carlos Santos de Miranda

Discente do Curso de Serviço Social da Universidade Federal de Sergipe.

Rua b, nº 14, Loteamento Patrícia, Bairro Cidade Nova, Aracaju/SE.

Tel.: (79) 98805-3161

E-mail: tony89miranda@gmail.com

Declaro que entendi os objetivos e benefícios de minha participação na pesquisa e concordo em participar:

Assinatura ou digital do participante

_____, _____ de _____ de _____.

ANEXOS

Figura 1: Grupo de Idosos Nova Vida e a equipe técnica do CRAS Risoleta Neves em Aracaju/SE



Fonte: Arquivo pessoal.

Figura 2: Dança de despedida do estagiário Antonio Carlos



Fonte: Arquivo pessoal.

Figura 3: Atividade física com a dança



Fonte: Arquivo pessoal.