



<https://doi.org/10.5585/podium.v7i2.257>

MELHOR IDADE? OS USOS DO TEMPO LIVRE E A AUTOPERCEPÇÃO DA PESSOA IDOSA

¹ Ana Flávia Braun Vieira

² Miguel Archanjo de Freitas Junior

RESUMO

O presente artigo tem como objetivo analisar a relação entre a autopercepção da pessoa idosa e os usos do tempo livre, a partir da perspectiva teórica de Elias e Dunning. Para tanto, a história oral temática foi adotada como metodologia para a produção de fontes, realizada com 06 idosos moradores do Condomínio Residencial Lagoa Dourada, localizado no município de Ponta Grossa – PR. Como técnica para a análise de dados, foi utilizada a análise de conteúdo, que permitiu identificar os núcleos de sentido emergidos nas entrevistas orais. Ao estabelecer relações entre as categorias emergentes e as atividades de tempo livre por eles desenvolvidas foi possível compreender que os idosos que possuem uma avaliação positiva de seu processo de envelhecimento empregam cerca de 50% do tempo em rotinas de tempo livre, com destaque para os cuidados domésticos e os momentos de descanso, dedicando o tempo livre restante às atividades intermediárias de tempo que envolvem formação, autossatisfação e autodesenvolvimento e atividades de lazer. A análise permitiu considerar que a percepção de que estariam experienciando a melhor idade de suas vidas está relacionada às atividades desenvolvidas no tempo livre, que contribuem para a atualização de seus saberes, resultando em movimentos de resistência à estigmatização da pessoa idosa.

Palavras-chave: Tempo livre. Lazer. Autopercepção. Pessoa idosa. Terceira Idade.

Como referenciar em APA:

Vieira, A., & Freitas Junior, M. (2018). Melhor Idade? Os Usos do Tempo Livre e a Autopercepção da Pessoa Idosa. *PODIUM Sport, Leisure And Tourism Review*, 7(2), 207-225. <https://doi.org/10.5585/podium.v7i2.257>

¹ Doutoranda em Ciências Sociais Aplicadas pela Universidade Estadual de Ponta Grossa - UEPG, Ponta Grossa, Paraná, (Brasil). E-mail: ana.braun@yahoo.com.br, ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-7644-2986>

²Doutor em História pela Universidade Federal do Paraná - UFPR, Curitiba, Paraná, (Brasil). E-mail: mfreitasjr@uepg.br, ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-6636-8084>



THE BEST AGE? THE USES OF SPARE-TIME AND THE SELF-PERCEPTION OF THE ELDERLY

ABSTRACT

This study aims to analyze the relation between the self-perception of the elderly and the uses of spare-time, from the Elias and Dunning theoretic perspective. Therefore, the thematic oral history was adopted as methodology to the sources production, which was performed with 06 elderly people living in the Lagoa Dourada residential condominium, that is located in the municipality of Ponta Grossa-PR. As a technique for data analysis was used the content analysis, that allowed to indicate the meaning nuclei emerged in the oral interviews. By establishing relations between the emerging categories and the spare-time activities developed by them was possible to understand that the elderly who have a positive evaluation of the aging process spend about 50% of their time in spare-time routines, with emphasis on domestic care and rest moments, dedicating the remaining free time to intermediary spare-time activities of self fulfilment and self expansion and leisure activities. The analyses allowed to consider that the perception that they would be experiencing the best age of their lives is related to the activities developed in spare-time, which contribute to the updating of their knowledge, resulting in resistance movements to the stigmatization of the elderly.

Keywords: Spare-Time. Leisure. Self-perception. Elderly. Third age.

¿MEJOR EDAD? LOS USOS DEL TIEMPO LIBRE Y LA AUTOPERCEPCIÓN DE LA PERSONA ANCIANA

RESUMEN

El presente artículo tiene como objetivo analizar la relación entre la autopercepción de la persona anciana y los usos del tiempo libre, desde la perspectiva teórica de Elias e Dunning. Para ello, la historia oral temática fue utilizada como metodología para la producción de fuentes, realizada con 06 ancianos residentes del condominio residencial Lagoa Dourada, ubicado en Ponta Grossa – PR. Como técnica para el análisis de datos, se utilizó el análisis de contenido, que permitió identificar los núcleos de sentido emergidos en las entrevistas orales. Al establecer relaciones entre las categorías emergentes y las actividades de tiempo libre por ellos desarrolladas fue posible comprender que los ancianos que poseen una evaluación positiva de su proceso de envejecimiento emplean cerca del 50% del tiempo en rutinas del tiempo libre, con destaque para los cuidados domésticos y los momentos de descanso, dedicando el tiempo libre restante a las actividades intermedias de tiempo libre tendientes principalmente a satisfacer necesidades recurrentes de orientación, autorrealización y expansión y actividades recreativas. El análisis permitió considerar que la percepción de que estarían experimentando la mejor edad de sus vidas está relacionada a las actividades desarrolladas en el tiempo libre, que contribuyen a la actualización de sus saberes, que resultan en movimientos de resistencia a la estigmatización de la persona anciana.

Palabras clave: Tiempo libre. Ocio. Autopercepción. Persona anciana. Tercera edad.



1. INTRODUÇÃO

O aumento da expectativa de vida e a redução nas taxas de mortalidade, entre outros fatores, trouxeram um novo grupo de interesses às pesquisas acadêmicas: os idosos (Fonseca, 2001). Entendendo que as produções científicas acompanham questões sociais mais amplas – uma vez que a curiosidade humana é histórica e socialmente construída de acordo com as demandas presentes (Freire, 2011), com o advento de novas formas de velhice resultantes do processo de amadurecimento da população brasileira, essa categoria social tem sido centro de progressivo interesse acadêmico. Entretanto, ainda há muito a avançar.

Tendo o envelhecimento caráter multidimensional, as pesquisas publicadas sobre idosos ainda não abarcaram muitos dos fenômenos relativos a esta etapa da vida. De acordo com levantamento bibliográfico realizado nas bases de dados Portal de Periódicos CAPES/MEC, Redalyc, Scielo e Scopus, diversas produções com temas relacionados à maturidade vêm sendo publicadas nas Ciências da Saúde, entretanto, as reflexões das Ciências Humanas e Sociais têm sido comparativamente mais discretas. Essa questão se acentua na interseção com o lazer³.

Acredita-se que a escassez de produções nessa temática evidencia como a população idosa é, muitas vezes, concebida: uma categoria já dada e conhecida, como se os seres humanos e as relações por eles estabelecidas não estivessem em constante processo de transformação. O mesmo ocorre em relação ao lazer: “justamente pelo fato de ser um tema tão familiar, termina sendo alvo de considerações que raramente ultrapassam o senso comum”

(Marcellino, 2012, p. vii). A abordagem usual do lazer o coloca em oposição ao trabalho, como um momento de recuperação das energias para o exercício da atividade remunerada, além de concebê-lo como todos os momentos de não-trabalho formal. Ora, se os estudiosos adotam essa postura, como é possível pesquisar o lazer daqueles que não estão economicamente ativos?

A perspectiva de Elias e Dunning pode ser compreendida como uma alternativa teórica para o estudo do lazer de idosos. Para esses autores, o trabalho não seria o único critério para a determinação do tempo livre, mas as diversas atividades desempenhadas para além da esfera produtiva, como as rotinas de tempo livre, as atividades intermediárias de tempo que envolvem formação, autossatisfação e autodesenvolvimento e as atividades de lazer⁴. Por sua vez, o lazer contribui para a liberação de tensões das atividades diárias que exigem maior autocontrole⁵.

Como o tempo livre costuma aumentar ao longo do processo de envelhecimento, esse período da vida é erroneamente compreendido como “a grande fase do lazer” (Giraldi, 2014, p. 629), uma vez que na prática isso nem sempre se efetiva. De acordo com Lopes (2012, p. 29), há muitos idosos que por falta de atividades “começam a declinar suas habilidades motoras, seu desempenho físico, sua capacidade de concentração, de reação e coordenação (...) gerando depressão, autodesvalorização, medo, insegurança, desconforto emocional, isolamento social e solidão”. Todavia, quando bem trabalhados pelo sujeito, o tempo livre e o lazer serão capazes de “intervir positivamente na autoimagem e na socialização na velhice, proporcionando ganhos afetivos, físicos, sociais e cognitivos” (Moura & Souza, 2012, p. 180).

³ De acordo com o levantamento, nos últimos dez anos foram publicados 13 artigos das Ciências Humanas e Sociais que relacionaram especificamente seus objetos ao lazer de idosos. Consulta realizada em 14.06.2018.

⁴ Entende-se, dessa forma, que o lazer – perspectivado pelos autores como uma esfera da vida tão importante como as demais – é apenas mais uma das possíveis práticas a serem realizadas no tempo livre; não são sinônimos.

⁵ A capacidade de controlar o comportamento é relativa ao estágio de desenvolvimento de uma sociedade e tende a aumentar em consonância à amplitude das redes de interdependência nela estabelecidas. Para Elias, a aprendizagem de um controle “mais complexo e estável da conduta passou a ser cada vez mais instilado no indivíduo desde seus primeiros anos, como uma espécie de automatismo, uma auto compulsão à qual não se poderia resistir, mesmo que desejasse” (Elias, 1993, p. 196)



Partindo dessas considerações, esse trabalho tem como objetivo analisar a relação entre a autopercepção da pessoa idosa e os usos do tempo livre, a partir da perspectiva teórica de Elias e Dunning. Para tanto, foi adotada como metodologia de produção de fontes a História Oral temática, realizada com 06 idosos moradores do Condomínio Residencial Lagoa Dourada, situado no município de Ponta Grossa – PR⁶. Como técnica para a análise de dados, foi utilizada a análise de conteúdo, que permitiu identificar os núcleos de sentido (principais temas) emergidos nas entrevistas orais.

A realização dessa pesquisa pretende contribuir teoricamente para o estudo do lazer de idosos, posto que apresenta uma tipologia – que não é recente, mas pouco considerada em análises dessa temática – que avança em relação aos paradigmas relativos ao tempo livre daqueles que já não estão economicamente ativos. Ao mesmo tempo, colabora aos estudos sobre a pessoa idosa nas Ciências Humanas e Sociais ao adotar a história oral como metodologia na produção de fontes acerca de um grupo que ainda é marginalizado e ao pesquisar os fenômenos relacionados ao envelhecimento a partir daqueles que os experienciam.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 O espectro do tempo livre e as atividades de lazer

A oposição entre trabalho e lazer é decorrente de uma tradição sociológica que, ao priorizar aspectos econômicos, passou a perspectivar “as atividades de lazer como um mero acessório do trabalho” (Elias & Dunning, 1985, p 106)⁷. Ao contrário dessa abordagem teórica, que concebia o tempo livre como

sinônimo de lazer, Elias e Dunning afirmaram que “só uma porção do seu tempo livre pode ser voltada ao lazer, no sentido de uma ocupação escolhida livremente e não remunerada – escolhida, antes de tudo, porque é agradável em si mesmo” (Elias & Dunning, 1985, p. 107).

Uma vez que os membros das sociedades contemporâneas realizam boa parte de trabalho sem remuneração, os parâmetros para o estabelecimento do tempo livre não se restringem à atividade laboral, mas incluem diversas práticas desempenhadas para além da esfera produtiva⁸. Assim, dentre as possibilidades de atividades de tempo livre, Elias e Dunning (1985, p. 145) propuseram o “espectro do tempo livre”, ou seja, “uma ampla tipologia compreensiva e detalhada das atividades de tempo livre”. Nesse sistema as atividades de tempo livre foram classificadas em:

1. Rotinas de tempo livre: momentos dispendidos com o provimento das necessidades biológicas e cuidados com o corpo; governo da casa e rotinas familiares;
2. Atividades intermediárias de tempo voltadas à formação, autossatisfação e autodesenvolvimento: trabalhos voluntários; estudos com vistas a progressos profissionais; passatempos; atividades religiosas; atividades de formação de caráter voluntário, como a leitura de jornais e programas de televisão informativos;
3. Atividades de lazer: sociabilidade; participar ou assistir a jogos e atividades “miméticas”; lazer menos especializado, como viajar e comer fora para variar.

Especificamente sobre as atividades de lazer, para Elias e Dunning, quanto mais uma sociedade industrial se desenvolve, maior é o

⁶ Esse trabalho atendeu aos critérios éticos da História Oral e de pesquisas com seres humanos. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética das Faculdades Ponta Grossa/PR sob o protocolo nº 047863/2017. Os entrevistados foram orientados quanto aos objetivos da pesquisa e todos os participantes assinaram o “Termo de Consentimento Livre e Esclarecido” e a “Cessão Gratuita de Direitos Autorais”.

⁷ À época da redação de “A Busca da Excitação” eram frequentes “explicações dos fatos de lazer como formas de ‘recuperação do trabalho’ e ‘descontração da fadiga da vida diária” (Elias; Dunning, 1985, p.127).

⁸ Para Elias e Dunning (1985, p. 111), “as restrições emocionais do trabalho profissional alargam-se a um hábito de restrição inabalável, incluindo a vida não profissional das pessoas”.



número de atividades cotidianas que passam a exigir o autodomínio dos afetos⁹. Há, segundo os autores, uma esfera onde é possível demonstrar comportamento moderadamente¹⁰ excitado em público: o lazer, que pode promover o alívio e a libertação das tensões oriundas das restrições socialmente impostas no dia a dia.

A manifestação de emoções espontâneas nas atividades de lazer possui uma função “mimética”. Isso significa dizer que, dentro dos limites permitidos para cada modalidade, o lazer promove uma tensão-excitação agradável porque sua prática simula as emoções da vida real, sem, contudo, colocar em risco a relativa ordem social. As atividades de lazer, sobretudo as do tipo mimético, podem ter um efeito catártico, ou seja, em um sentido figurado, possuem um efeito curativo. De acordo com Elias e Dunning (1985, p. 122), “A essência do efeito curativo desses atos miméticos consiste no fato de a excitação que produzem, em contraste com a excitação de situações críticas sérias, ser agradável”.

Acerca dos benefícios do lazer à população idosa, pesquisas indicam que sua prática pode contribuir para a manutenção da saúde da pessoa idosa (Rocha et al., 2016), não apenas em seu aspecto físico, mas também cognitivo (Oliveira, 2015, p. 110), reduzir os efeitos do processo natural de envelhecimento, em nível patológico e em uma dimensão psicossocial (Menezes & Frota, 2012), além de contribuir para “o exercício de tomada de

decisão, bem como a ampliação de oportunidades de integração e convívio sociais” (Moura & Souza, 2013, p. 176).

2.2 A autoimagem da pessoa idosa

Os deveres do Estado em relação à população idosa foram estabelecidos, de maneira mais ampla, em 1988, com a promulgação da Constituição Federal Brasileira, que assegurou direitos políticos, civis e sociais a todos os cidadãos do país, como forma de promoção social. Todavia, deliberações específicas sobre as obrigações do Estado em relação à terceira idade foram regulamentadas com a promulgação da Política Nacional do Idoso (1994) e do Estatuto do Idoso (2003)¹¹. Com base nestes documentos, a compreensão que se tem da pessoa idosa está pautada na questão etária. Assim, no Brasil, ser idoso é possuir mais de 60 anos.

Acredita-se que o critério idade como referente para a conceituação do que é ser idoso reduz a complexidade dos fenômenos do envelhecimento e, por vezes, leva a associações entre maturidade e dependência (econômica, psicológica e biológica). Ademais, de acordo com Pinto e Pereira (2014, s/p), um equívoco frequente em relação ao envelhecimento é “considerar todos os membros da faixa etária como iguais (...) o tempo não é a única dimensão da vida”. É preciso entender o caráter multidimensional da maturidade. Ela é resultante de um processo histórico, onde uma

⁹ A esse respeito Elias e Dunning (1985, p. 103) escreveram: “rituais sociais e cerimônias de casamentos e funerais, por ocasião do nascimento das crianças ou da entrada na maioridade e situações semelhantes, dificilmente proporcionariam já assinalável excitação pública como acontecia nas sociedades mais simples. Enorme medo e profunda alegria, acentuado ódio e extremo amor, têm de apresentar-se sob outra aparência. (...) Para serem considerados normais, espera-se que os adultos vivendo nas nossas sociedades controlem, a tempo, sua excitação”.

¹⁰ Este termo é empregado por Elias e Dunning (1985, p. 105) para ilustrar que “a excitação e a emoção compensadora, reclamadas em algumas atividades de lazer, (...) são limitadas igualmente por restrições civilizadoras”.

¹¹ A Política Nacional do Idoso e o Estatuto do Idoso visam garantir a efetivação dos direitos humanos da pessoa idosa. Segundo o Ministério da Justiça e da Cidadania, “entre os princípios que regem ambos os documentos legais, destacam-se a obrigação da família, da comunidade, da sociedade e do poder público em assegurar à pessoa idosa, com absoluta prioridade, a efetivação do direito à vida, à saúde, à alimentação, à educação, à cultura, ao esporte, ao lazer, ao trabalho, à cidadania, à liberdade, à dignidade, ao respeito, a não discriminação e à convivência familiar e comunitária”. Disponível em:

<http://www.sdh.gov.br/assuntos/pessoa-idosa/programas/politica-nacional-do-idoso-e-o-estatuto-do-idoso>. Acesso em: 15 mar. 2017.



amalgama de fatores políticos, econômicos, culturais e biológicos produzem diferentes formas de velhice. Aquilo que caracteriza um idoso, em relação aos demais, são suas aprendizagens ao longo de sua trajetória, construídas em um tempo e espaço determinados.

Seguindo esse raciocínio, entende-se que o envelhecimento não pode ser visto como uma categoria dada, mas como “um percurso existencial, (...) fruto e elemento da vida de relações, sendo, portanto, não um fator natural, mas, sobretudo, simbólico” (Pinto; Pereira, 2014, s/p). Deve-se compreender o que é ser idoso em relação ao contexto nos quais estes sujeitos são produtos e produtores de significados, afinal, a imagem que o indivíduo constrói de si sofre influências pela forma como a sociedade o concebe (Moura & Souza, 2012).

Para muitos o processo de envelhecimento ainda é visto como uma espécie de doença ou incapacidade para a vida, e não como uma etapa natural do desenvolvimento (Koerich et al., 2010, p.750). Essa concepção tem seus pressupostos nas estruturas sociais capitalistas – que valorizam sobremaneira as atividades produtivas em detrimento das demais – e pode ser um elemento que contribui para a estigmatização dos idosos (Penna & Santo, 2006). Essa aceção vem sendo superada, uma vez que o aumento da expectativa de vida tem redimensionado questões relativas ao envelhecimento e ao uso do tempo livre (Rocha et al., 2016).

Tais transformações tem contribuído para a reestruturação da imagem da pessoa idosa sobre si, possibilitando maior protagonismo. Ao mesmo tempo, o próprio uso do tempo livre por essa população tem auxiliado em subseqüentes transformações na apreciação da sociedade sobre a velhice. Segundo Moura e Souza (2012, p. 177), a autoimagem, “além de espelhar como a sociedade vê o idoso, mostra como ele se vê a partir de sua percepção de mundo, envelhecimento, relações sociais e tempo livre”.

Acredita-se que essa relação interdependente e processual da percepção de si e da percepção social da pessoa idosa é um dos

elementos responsáveis pela inexistência de um consenso sobre o conceito de terceira idade (Pinto & Pereira, 2014). Na busca dessa definição, o recurso à história oral é oportuno, uma vez que contribui para a compreensão dos fenômenos a partir daqueles que o experienciam.

2.3 Memória, identidade, autopercepção e enquadramento

O trabalho com a História Oral pressupõe a compreensão de que a memória é um objeto de contínua negociação. De acordo com Alberti (2010), ela “é resultado de um trabalho de organização e de seleção do que é importante para o sentimento de unidade, de continuidade e de coerência – isto é, de identidade” (Alberti, 2010, p. 167).

Durante algum tempo, a memória foi entendida como um processo próprio e exclusivo de indivíduos dentro de uma dada sociedade. Entretanto, é fundamental considerar que esta pretensa autonomia é relativa, pois existe um contexto mais amplo, onde diversos grupos influenciam na formação do sujeito e, por extensão, da memória. Assim, sendo comum aos idosos a estrutura a partir da qual organizam suas concepções sobre si e sobre o mundo, entende-se que existem características que são partilhadas entre aqueles que experienciam a maturidade.

Para Rousso (2017, p. 94), a memória é uma reconstrução “psíquica e intelectual que acarreta de fato uma representação seletiva do passado, um passado que nunca é daquele indivíduo somente, mas de um indivíduo inserido num contexto familiar, social, nacional. Portanto, toda memória é, por definição, ‘coletiva’”. Com base nestas considerações – e compreendendo a influência do social e do cultural sobre o individual – é possível compreender que os colaboradores, ao falarem de si, apontam também questões sobre seu contexto sociocultural. Nesse sentido, as lembranças dos idosos são aqui consideradas representantes de uma memória que, em certa medida, é também coletiva.



O conceito de memória coletiva foi desenvolvido por Halbwachs (2003), que passou a entendê-la como um fenômeno social, denotando significativa importância às instituições formadoras do sujeito, como a família, a escola e a igreja, entre outros grupos de convívio e referência. Além das influências do meio na formação da memória, Halbwachs (2003) também analisou seu processo de reorganização, examinando como ocorre a *reconstrução do passado* e compreendeu que a mesma lembrança nunca pode ser exatamente a mesma lembrança, uma vez que o processo de rememoração transita entre diferentes tempos históricos (passado – presente – futuro) e por isso sempre se modifica. Isso significa dizer que o lembrar sempre é iluminado à luz do presente, que se encontra em constante transformação, logo, não se revive uma lembrança; ela é refeita, reconstruída – individual e coletivamente.

As fronteiras entre as memórias que parecem exclusivas de um indivíduo e as do grupo ao qual pertence são tênues. Em certos casos, chamados por Michael Pollak de memória herdada¹², é impossível distinguir se a memória foi constituída por experiências pessoais do sujeito que rememora ou assimilada de experiências vividas pelo grupo com o qual se identifica.

A questão identitária é importante para as análises, uma vez que este trabalho se propõe estudar a terceira idade a partir da autopercepção dos idosos. Entende-se por identidade “o sentido da imagem de si, para si e para os outros. Isto é, a imagem que uma pessoa adquire ao longo da vida referente a ela própria” (Pollak, 1992, p.05). Essa construção se dá ao longo de toda a existência do sujeito e ocorre a

partir de sua relação com o meio. De maneira análoga, a autopercepção também ocorre a partir da interação do indivíduo com a sociedade: por meio de todo um repertório construído socialmente, tencionado pela trajetória particular e pelos papéis que desempenha, a pessoa se reconhece no mundo e o referencia.

A influência social na autopercepção pode contribuir para a ocorrência de enquadramentos de memória no ato da entrevista. O idoso, percebendo-se sujeito ativo na interação com o pesquisador, pode antecipar-se ao seu interlocutor ao refletir sobre a “imagem de si, para si e para os outros” antes de enunciar suas respostas; ao mesmo tempo, ao se perceber no papel, por exemplo, de uma avó ou um avô que narra determinado episódio, que ficará para a “história” ao ser publicado nestas páginas, pode enquadrar sua fala, afim de deixar uma imagem, uma memória de si, mais bonita, mais heroica ou menos traumática para a posteridade. De acordo com Pollak (1989, p. 10), o trabalho de enquadramento da memória é exatamente este: reinterpretar o passado e veiculá-lo à luz “da imagem que ela forjou para si mesma”.

A esse respeito, à história oral não interessa atestar a verossimilhança das entrevistas realizadas, mas entender os sentidos presentes nos relatos¹³. Assim, posto que os idosos entrevistados experienciam uma estrutura política, econômica, social e cultural que lhes são comuns, a recorrência de certos temas evidencia questões relevantes na perspectiva da pessoa idosa.

¹² Pollak (1992, p.201) aborda no texto *Memória e Identidade social* os elementos constitutivos da memória: “em primeiro lugar, são os *acontecimentos* vividos pessoalmente. Em segundo lugar, são os acontecimentos que eu chamaria de ‘vividos por tabela’, ou seja, acontecimentos vividos pelo grupo ou pela coletividade à qual a pessoa se sente pertencer. São acontecimentos dos quais a pessoa nem sempre participou mas que, no imaginário, tomaram tamanho relevo que, no fim das

contas, é quase impossível que ela consiga saber se participou ou não”.

¹³ De acordo com Alberti (2012, p. 19), não é “fator negativo o depoente ‘distorcer’ a realidade, ter ‘falhas’ de memória ou ‘errar’ em seu relato; o que importa agora é incluir tais ocorrências em uma reflexão mais ampla, perguntando-se por que razão o entrevistado concebe o passado de uma forma e não de outra e por que razão e em que medida sua concepção difere (ou não) das de outros depoentes”.



3. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

A produção de fontes para este trabalho teve pressupostos em Alberti (2010 e 2012) e foi realizada por meio de entrevistas orais com idosos moradores do Condomínio Residencial Lagoa Dourada, localizado em Ponta Grossa – PR. A realização da pesquisa nessa localidade justificase por duas razões: 1) a proximidade de um dos pesquisadores ao universo investigado, que contribuiu no estabelecimento de vínculos e, conseqüentemente, na qualidade dos relatos¹⁴; 2) a análise de um microcosmo possibilita compreender melhor determinadas questões em comparação aos estudos destas mesmas relações em cenários mais amplos (Elias; Scotson, 2000).

Para colaborar com a pesquisa foram convidados os condôminos maiores de 60 anos, com disponibilidade de tempo e interesse em participar, além de condições de saúde para a realização da entrevista. Em relação a amostra, a História Oral não advoga um número

predeterminado de participantes, mas recomenda procurar “diversificar ao máximo seus informantes no que diz respeito ao tema estudado” (Alberti, 2012, p. 37).

Nesse sentido, buscou-se integrar idosos com diferentes níveis de prática de lazer, em relação ao espaço público, fator que possibilita inferências sobre a autopercepção e as formas de utilização do tempo livre. O acesso aos colaboradores se deu por amostragem em bola de neve. Inicialmente foram selecionados os primeiros colaboradores com o auxílio da síndica do condomínio. Então, os próprios participantes, tomando conhecimento do estudo e dos critérios de inclusão, indicaram outros sujeitos para a realização da entrevista (Dewes, 2013). Por fim, foram entrevistados dois idosos que realizam sistematicamente atividades de lazer fora do âmbito doméstico, dois idosos em que essas práticas são esporádicas e dois idosos que oscilam entre esses extremos¹⁵.

| Pseudônimo ¹⁶ | Sexo | Idade | Citação |
|--------------------------|------|-------|---------------|
| Dona Margarida | F | 66 | Entrevista 01 |
| Seu Abreu | M | 67 | Entrevista 02 |
| Dona Rosa | F | 72 | Entrevista 03 |
| Dona Rute | F | 71 | Entrevista 04 |
| Dona Divina | F | 73 | Entrevista 05 |
| Seu Borba | M | 65 | Entrevista 06 |

Quadro 01: Entrevistas orais realizadas em julho de 2017

Fonte: Elaborado pelos autores

Optou-se pela entrevista temática visando os objetivos do trabalho: considera-se importante saber sobre a vida desses sujeitos acerca da forma como se percebem enquanto pessoa idosa, visando estabelecer aproximações aos usos que fazem de seu tempo livre. Todavia, como a compreensão de mundo de um idoso é relativa aos períodos anteriores de sua vivência (Rodrigues & Soares, 2006), foram também

rememoradas as estruturas fundamentais da vida dos colaboradores, buscando indícios que auxiliassem na compreensão dos sentidos presentes em suas falas. Assim, a entrevista consistiu no registo em áudio do relato dos idosos sobre diversos aspectos de suas vivências até a maturidade, período no qual foram investigadas questões relativas ao problema dessa pesquisa.

¹⁴ Existem questionamento para o campo da história oral acerca da proximidade entre o oralista e os colaboradores. Para Alberti (2012, p. 86), “Como regra geral, podemos dizer que este conhecimento anterior não prejudica a produção do documento de história oral”.

¹⁵ O aspecto qualitativo dos relatos em relação ao objeto da pesquisa e o fenômeno de exaustão determinaram o tamanho da amostra.

¹⁶ A identidade dos colaboradores foi salvaguardada mediante adoção de pseudônimos.



| | Estímulos à rememoração |
|----|---|
| 01 | Trajetória de vida (infância, juventude e meia idade) |
| 02 | Atividades profissionais e de tempo livre (infância, juventude e meia idade) |
| 03 | Questões relacionadas à terceira idade (concepções e autopercepção; preocupações e alegrias; estigmas e tensões; saúde e doença; atividades sociais e de lazer) |
| 04 | Momento para que os colaboradores pudessem expressar sua percepção sobre a questão da terceira idade livremente (sem sugestão de temas pelos pesquisadores) |

Quadro 02: Roteiro da entrevista

Fonte: Elaborado pelos autores

Os narradores, na organização do relato, transformaram suas experiências em linguagem, “selecionando seus temas e organizando os acontecimentos de acordo com determinados sentidos” (Alberti, 2010, p. 171). Por essa razão, buscando os núcleos de sentidos (temas mais recorrentes), a análise se valeu das técnicas da análise de conteúdo¹⁷. Foram adotadas duas etapas que compõem a metodologia: a) a exploração do material; e b) o tratamento dos resultados e as interpretações.

Na exploração do material, após a transcrição das entrevistas, os dados brutos foram sistematizados por meio da codificação. Para este procedimento definiu-se como critério que as unidades de registro – o “segmento de conteúdo considerado unidade base, visando a categorização e a contagem frequencial” (Bardin,

2011, p. 143) – seriam as temáticas emergentes mais frequentes. Definida a unidade de registro, foi realizada a categorização. Assim, foram elencados como referentes à análise dos aspectos comuns entre as entrevistas e a partir desses dados buscou-se estabelecer relações entre as atividades de tempo livre realizadas e a autopercepção da pessoa idosa.

4. ANÁLISE DOS DADOS

4.1 Características elementares dos entrevistados

Para fins didáticos, as características elementares dos colaboradores foram sistematizadas na tabela a seguir:

¹⁷A análise de conteúdo consiste em um conjunto de procedimentos para a análise de comunicações “visando a obter, por procedimentos sistemáticos e objetivos de descrição do conteúdo das mensagens, indicadores

(quantitativos ou não) que permitem a inferência de conhecimentos relativos às condições de produção/recepção (variáveis inferidas) destas mensagens” (Bardin, 2011, p. 48).



| Pseudônimo | Dona Margarida | Seu Abreu | Dona Rosa | Dona Rute | Dona Divina | Seu Borba |
|---|--|--|--|--|---|---|
| Idade | 66 | 67 | 72 | 71 | 73 | 65 |
| Escolaridade | Ensino Fundamental (1º ciclo) | Ensino Médio (concluiu depois de adulto) | Ensino Médio - Secretariado (concluiu depois de adulta) | Técnico em Secretariado | Ensino Fundamental | Ensino Fundamental (1º ciclo) |
| Estado civil | Casada (há 45 anos) | Casado (há 45 anos) | Separada (há 16 anos) | Separada (há 39 anos) | Viúva (há 15 anos) | Casado (há 42 anos) |
| Pessoas na residência | Marido e 01 filho | Esposa e 01 filho | Mora sozinha | Mora sozinha | Mora sozinha | Esposa, 02 filhas e 01 neta |
| Nº. Filhos | 2 | 2 | 2 | 1 (faleceu) | 3 | 3 |
| Frequência que encontra os filhos | Diariamente | Diariamente | 1x ou 2x por semana | - | Quase todos os dias | Diariamente |
| Atividades Físicas | Hidroginástica 2x por semana e caminhadas leves | Caminhadas leves | Hidroginástica 2x por semana e caminhadas leves | Sedentária | Não realiza atividades físicas (possui sequelas de um AVC) | Caminhadas leves |
| Aposentado/a | Segue contribuindo | Sim | Sim | Sim | Sim | Sim |
| Atividades intermediárias de tempo | Ler e ver jornal na tv. | Ler | É voluntária na Promoção Humana da Igreja | É voluntária em uma ONG, navegar na internet. | Ler | Usar a internet para ler sobre política. |
| Doença crônica | Diabetes, hipertensão e tireoide | Cardíaco | Diabetes e tireoide | Hipertensão e tireoide | Hipertensão | Tremor essencial, rosácea e zumbido no ouvido |
| Atividades de lazer | Bordar, cuidar do jardim do condomínio, fazer palavras-cruzadas. | Ver tv (esporte) e ouvir rádio | Cuidar do jardim do condomínio, fazer crochê e palavras-cruzadas, realizar caminhadas, telefonar para parentes e ver filmes. | Auxiliar no bazar e participar da ONG, cozinhar, fazer palavras cruzadas e ver tv. | Fazer palavras cruzadas, ver tv (novelas), viajar e ir à praia. | Acessar o Facebook, ver filmes e seriados. |
| Renda familiar média (nº salários) | 5,33 | 5,33 | 3 | - | 2,1 | 5,5 |

Tabela 01: Características elementares dos colaboradores
 Fonte: Elaborado pelos autores



De acordo com a tabela, a renda familiar média mensal dos colaboradores varia entre 02 e pouco mais que 05 salários mínimos¹⁸, o que representa a possibilidade de conforto mesmo para aqueles que recebem menos, uma vez que todos os entrevistados possuem casa própria, representando uma economia em relação aos idosos que pagam aluguel. Como o presente empresta sentido no processo de reconstrução da memória, é importante ressaltar que, em comparação com outros períodos de suas vidas, a situação financeira atual é mais confortável.

Na infância, as condições socioeconômicas dos entrevistados foram bastante escassas: Dona Margarida, Dona Rosa e Dona Rute começaram a trabalhar muito cedo, por volta dos 13 anos. Os demais, mesmo não tendo enfrentado jornadas laborais quando infantes, também relataram as dificuldades financeiras: Seu Borba calçou sapato a primeira vez com 12 anos e Seu Abreu morou com a irmã para poder estudar.

Em referência ao contraste entre o poder aquisitivo passado e atual, Dona Divina ponderou: “Porque não tinha nem condições de ir à uma praia. Então, depois que eu fiquei adulta que eu fui conhecer uma praia” (Entrevista 05). Este tipo de comparação também compôs o relato de Seu Abreu: “Com as condições que eu tenho agora, eu gostaria de fazer o que eu não fiz no passado. (...) Melhorar a vida da família, é... Um bem-estar maior pra família, comprar algum bem, alguma coisa nesse sentido” (Entrevista 02).

Os entrevistados tiveram uma infância – e até mesmo o início da fase adulta – de condições econômicas parcas e, ao longo de suas trajetórias, por meio das atividades profissionais que realizaram¹⁹, conseguiram estabilizar-se financeiramente, proporcionando aos filhos possibilidades que não tiveram: “Já

passamos por muitos pedaços também na vida, né? Mas hoje... Nossa! Eu agradeço a vida que eu levo hoje. Muito feliz!” (Entrevista 01). Considerando a história de vida dos idosos entrevistados, é possível afirmar que o fator renda é um dos elementos que influencia na percepção de si na maturidade.

A ausência de controles exigidos pela educação dos filhos e pelo trabalho formal também apareceram como elementos estruturantes da autopercepção dos colaboradores: Dona Rute admitiu que sua rotina atual é muito agradável, pois “não tenho marido, não tenho filhos, não tenho nada. Tá ótimo, entendeu?” (Entrevista 04). Seu Abreu também se posicionou, dizendo “...passamos... Coisas boas, coisas difíceis na vida. Hoje a gente anda mais assim... é... mais assentado, no caso, que a gente está aposentado e... Eu, ela, no caso. É... Num tem dificuldade, né?” (Entrevista 02).

A redução das cobranças externas foi presente nos relatos, a exemplo das colocações de Dona Divina quando ponderou sobre o que é ser idoso na atualidade: “...tem uns que dizem a melhor idade. Tem é... Idosos que tem uma vida melhor até, né? Já fizeram os filhos casar, já estão acomodados, né? Acho que é até melhor” (Entrevista 05). Todavia, a diminuição das responsabilidades familiares e laborais e o aumento do tempo livre pode ter consequências negativas à saúde do idoso, dependendo da forma como este último é utilizado.

De acordo com Lopes (2012, p. 29), “depois da aposentadoria, o idoso tende a modificar seus hábitos de vida e rotinas diárias, passando a ocupar-se, por muitas horas, de atividades pouco ativas”. Segundo a autora, a tranquilidade rotineira, como a narrada pelos idosos entrevistados, pode levar ao declínio físico e mental, acarretando em autodesvalorização. Mas, sobre essa questão, os

¹⁸ Quando da realização das entrevistas o salário mínimo estava cotado em R\$937,00. Disponível em: <http://valordosalariominimo.com.br/>. Acesso em: 09 out. 2017.

¹⁹ É importante destacar que as idosas entrevistadas compõem a geração de mulheres, nascidas a partir da

década de 1950, que participaram mais ativamente do mercado de trabalho – o que pode ter influenciado suas considerações sobre o fenômeno do envelhecimento de maneira diferente àquelas de gerações anteriores.



colaboradores frisaram a necessidade de manterem-se ativos, intelectual e fisicamente, o que contribui para uma autopercepção diferenciada em relação aos idosos que realizam poucas atividades.

Outra característica dos idosos e que tangenciou a construção de seu autoconceito diz respeito às condições de saúde. Sobre este tema, Dona Divina foi categórica: “Se eu não tivesse sofrido o AVC, ah, eu seria uma pessoa bem... Talvez até estivesse trabalhando, na minha profissão, né?” (Entrevista 05). Sobre a maneira como o fator saúde pode delinear os rumos da velhice, Seu Borba comentou: “...ser idoso vai importar muito a saúde que a pessoa tem... Pra ela viver bem, né?” (Entrevista 06).

A relação saúde x doença também pode interferir na maneira como os idosos utilizam o tempo livre, a exemplo das colocações de Dona Margarida: “Quando nós estamos bem, os dois [referindo-se ao esposo], é maravilhoso, porque dá pra gente sair, né?” (Entrevista 01). Sentindo-se bem, sentindo-se saudável, o idoso organiza sua rotina de maneira diferenciada, o que pode contribuir para o incremento de suas relações sociais, como é o caso de Dona Rosa, uma das idosas mais ativas do condomínio: “Eu sou feliz assim. Eu sou assim, oh: não sei se você já percebeu, eu saio por aí cumprimentando todo mundo, né? Saiu na janela eu já cumprimento, tá tudo bem, né?” (Entrevista 03).

Por fim, é importante destacar as características do local de residência dos idosos entrevistados como fator influenciador da autoimagem dos entrevistados. O condomínio residencial Lagoa Dourada está localizado no bairro de Uvaranas, na cidade de Ponta Grossa – PR, há aproximadamente 5Km do centro da cidade. É formado por 09 blocos, 144 apartamentos e possui, aproximadamente, 430 residentes, dos quais 15 possuem mais de 60

anos²⁰. Sua localização é privilegiada, uma vez que em seus arredores há toda uma infraestrutura que facilita a vida de seus residentes²¹. Dona Rosa destacou que a estrutura urbana ao redor do condomínio é um elemento favorável à realização de suas atividades diárias: “...com essa facilidade que a gente tem aqui... Caixa e lotérica, né?” (Entrevista 03). A este respeito Dona Rute afirmou: “O meu postinho [posto de saúde] aí é um amor, eu não posso reclamar. As meninas vêm aí e tal...” (Entrevista 04).

Além da localização, o fator segurança foi o mais frequentemente apontado pelos colaboradores como um incentivo para a escolha do Lagoa Dourada como residência nesta etapa da vida, a exemplo das colocações de Dona Divina: “...eu fiquei viúva e fiquei morando sozinha num bairro. Daí meus filhos acharam melhor aqui por causa da segurança” (Entrevista 05). Seu Borba também enfatizou este aspecto, relacionando-o à idade: “Só que devido a nossa idade também e... A segurança que nos dá um apartamento, né? Muito melhor que uma casa...” (Entrevista 06).

Acredita-se que, cindidos pelo contexto histórico mais amplo e pela trajetória de vida de cada colaborador, os pontos acima apresentados afetam diretamente na forma como o tempo é utilizado da maturidade. Ao mesmo tempo, sentir-se seguro, residir em um local de fácil acesso, ter boas condições de saúde e renda e ser ausente dos controles demandados pela educação dos filhos e pelo trabalho formal interfere na organização discursiva daquele que rememora, contribuindo em um sentido para a compreensão de si e da terceira idade.

4.2 A melhor idade é agora? Os usos do tempo livre e a autopercepção

No processo de análise, durante as leituras flutuantes do material transcrito, foi

²⁰ Levantamento realizado com a subsíndica no dia 17.06.2018.

²¹ Para exemplificar foram relacionados os principais estabelecimentos num raio de 1Km do condomínio, a saber: armarinho, banca de revistas, banco 24h (05), casa de cosméticos e perfumaria, corpo de bombeiros, distribuidora de bebidas, escola de natação e

hidroginástica, escola (04), farmácia (03), hotel, igreja (02), joalheria, livraria e papelaria, loja de escapamentos, funilaria e mecânica, loja de materiais de construção, loja de presentes, mercado da família, panificadora e confeitaria, pizzaria, posto de gasolina e loja de conveniência, restaurante (05), supermercado (03) e terminal de ônibus circular.



possível observar uma percepção positiva dos entrevistados em relação à maturidade, uma vez que o emprego de termos que remetem a sentimentos de bem-estar, satisfação e alegria foram frequentes.

Dona Margarida garante que esta é a melhor fase de sua vida: “Meu Deus como eu gosto da minha vida depois de 60 anos! É maravilhosa. (...) eu não quero morrer logo, de tão boa que tá a vida agora! Muito boa a vida da gente agora. (Entrevista 01). Dona Divina afirmou: “Até estou melhor agora, né? Porque no caso tô aposentada, né? E até tô melhor agora... Agora eu posso viajar, os filhos já tem a vida deles, né?” (Entrevista 05).

Esses fragmentos ilustram uma concepção recorrente nas entrevistas: a construção de um sentido que coloca a atual fase da vida como a melhor já experienciada. Para Moura e Souza (2012, p. 174) isso ocorre porque nesta etapa “o indivíduo se concentra em viver com mais qualidade o momento presente, por entender que o futuro é limitado” (Moura & Souza, 2012, p. 174). Assim, a forma como os idosos utilizam o tempo livre é uma variável direta da forma como esse presente será experienciado.

No caso dos idosos entrevistados, estes preenchem a maior parte do seu tempo com rotinas de tempo livre. Elias e Dunning (1985, p. 146-147) classificaram como rotinas de tempo livre a “provisão rotineira das próprias necessidades biológicas e cuidados com o próprio corpo (...) [e o] governo da casa e rotinas familiares”. Muitas dessas atividades são trabalhos árduos e precisam ser feitos gostando ou não. Para os autores, esta esfera “tende a ocupar mais tempo à medida que o padrão de vida se eleva” (Elias & Dunning, 1985, p. 108), preenchendo cerca de metade do tempo livre dos indivíduos, uma vez que incluem os cuidados domésticos, a alimentação, a higiene, o descanso, as práticas sexuais e as atividades físicas.

Sobre o tempo dedicado às rotinas de tempo livre, a análise das entrevistas coaduna com as elaborações supracitadas, uma vez que as tarefas no âmbito doméstico são aquelas que mais ocupam o tempo das idosas entrevistadas²². A fala de Dona Margarida ajuda a ilustrar a questão:

Na terça-feira é mais corrido, porque na terça eu tenho que levantar mais cedo e dar uma geral. Porque eu dou uma ajeitada na casa todo o dia. Organizo tudo todo dia. É... não sei, é costume da gente. Pra gente manter tudo em ordem, eu acho que tem que ser assim. Você não trabalha, né? É aquele o teu trabalho, então tem que cuidar bem. (Entrevista 01).

Além dos cuidados com a casa, foi possível observar que o descanso e o sono são atividades que ocupam parcela significativa da rotina de tempo livre dos colaboradores, conforme afirmou Dona Rute: “Eu tiro um cochilo, em torno de 40 minutos, 1 hora, eu durmo... Depois do almoço eu durmo e durmo... Daí fico deitada assistindo televisão” (Entrevista 04). Acredita-se que a grande disponibilidade de tempo livre e a redução do “número de responsabilidades de trabalho e familiares de que têm que dar resposta a cada dia” (Crespo, 2011, p. 343) contribuem para a fruição desses momentos.

Outro elemento recorrente na rotina de tempo livre dos colaboradores é a realização de atividades físicas. Como apresentado na tabela 01, excetuando Dona Rute que se tornou sedentária por dificuldades de locomoção e Dona Divina que não as pratica em decorrência das sequelas de um AVC, os demais entrevistados, em maior ou menor intensidade, dedicam parte do seu tempo livre para, ao menos, fazer caminhadas. Dona Margarida e Dona Rosa, que também praticam hidroginástica duas vezes por semana, alegaram sentir-se mais jovens do que a idade na identidade – indicando como a distribuição das atividades na rotina de tempo livre pode contribuir para uma autopercepção diferenciada.

Entre as atividades intermediárias de tempo que envolvem formação, autossatisfação

²² De maneira análoga, após a aposentadoria, os idosos entrevistados passaram a dedicar grande parte do seu tempo livre às atividades do lar.



e autodesenvolvimento²³, Elias e Dunning (1985, p. 148) destacaram: a participação em atividades locais, na igreja ou de caridade, a realização de trabalho voluntário, os estudos visando progressos profissionais e passatempos técnicos ou menos exigentes. Pertencem a esta categoria as atividades religiosas e as “atividades de formação de caráter mais voluntário, socialmente menos controlado e com frequência accidental”, como ler jornais e revistas, ouvir palestras e assistir programas informativos na televisão.

Segundo os idosos entrevistados – que, em maior ou menor intensidade, estão sempre lendo, fazendo palavras cruzadas, vendo programas de tv, enfim, se atualizando – a formação deve perpassar toda a trajetória de vida. Acredita-se que essa compreensão está relacionada com a história familiar dos colaboradores: com exceção de uma das filhas de Seu Borba, os filhos dos demais colaboradores fizeram curso superior; alguns já tem netos na universidade. Isso pode representar um incremento na renda na família, ao mesmo tempo em que pode ter contribuído à abertura de horizontes de seus pais, uma vez que, de acordo com Crespo (2012, p. 348), “Os relacionamentos quotidianos entre diferentes gerações possibilitam o intercâmbio de saberes, o desenvolvimento da solidariedade social e o conhecimento mútuo”. A esse respeito Seu Abreu formulou: “O meu mundo era mundinho (...) Hoje não. Meu mundo é abrangência, é um... O meu horizonte é grande!” (Entrevista 02).

A ampliação dessas perspectivas para a Dona Rute é mediada pela tecnologia: “Ah, eu vejo tudo, tudo. Vejo notícia, procuro saber algumas coisas que eu não sei. Eu vou lá e

procuro no Google, né?” (Entrevista 04). Seu Borba, que apresentou um posicionamento crítico em relação aos direitos da terceira idade no Brasil, afirmou que acessa a internet com frequência e costuma ler bastante sobre política²⁴. A utilização da informática, segundo estudo realizado por Meireles e Fortes (2016, p. 117), apresenta muitos benefícios para a pessoa idosa, tais como: a “melhoria da cognição, autonomia, comunicação, relação com os familiares e amigos, (...) aumento da autoestima, independência e melhoria na qualidade de vida”.

Os usos do tempo livre em atividades de formação, autossatisfação e autodesenvolvimento contribui para que se percebam enquanto sujeitos de direitos e pensem questões políticas relacionadas à terceira idade: “Pra eles, que morram todos os idosos [risos]. Porque só dá despesa pra eles, né? Tanto na aposentadoria, como na saúde, né?” (Entrevista 06). A este respeito Seu Abreu ponderou:

E nós não temos, como idoso, aqueles direitos que vem naquela cartilha de idoso. Aquilo é... Aquilo... [negou com a cabeça] Aquilo pode esquecer! É só no papel. Se cumpre, mas se cumpre quando há, assim, conveniência. (...) como uma pessoa de um grau elevado, uma autoridade e tal... Que se vê na obrigação de fazer alguma coisa por nós, mas quando sai da vista dele, o desinteresse é total (Entrevista 03).

De acordo com Penna e Santo (2006, p. 02), a desvalorização da terceira idade está relacionada ao capitalismo, que, ao valorizar as atividades produtivas, contribui para a estigmatização dos idosos como dependentes. Ao estudar o movimento das emoções na vida dessa população, os autores afirmaram que, muitas vezes, estas “sentem-se inferiorizadas pela sociedade, principalmente após a

²³ É importante ressaltar que muitas das atividades realizadas nessa parcela do tempo livre também pode ser considerada como lazer. É por essa razão que os autores intitularam seu sistema de classificação como “espectro”, “devido aos vários tipos de atividades de tempo livre, como cores no espectro de cores, se confundem entre si; sobrepõem-se e fundem-se com frequência” (Elias & Dunning, 1985, p. 146).

²⁴ É importante considerar que no período em que foi sistematizado o espectro do tempo livre a internet ainda

era de acesso restrito e não disponibilizava a diversidade de conteúdos atuais. Assim, entende-se que, de acordo com seu uso, a internet também pode ser utilizada para o autodesenvolvimento. Do mesmo modo, se os jornais diários transmitidos em rede aberta de televisão fossem considerados práticas de formação, autossatisfação e autodesenvolvimento, o tempo livre dedicado a este tipo de atividade aumentaria consideravelmente, visto que todos os idosos entrevistados relataram acompanhar as notícias pela TV.



aposentadoria, quando tendem a ser considerados inúteis e improdutivos”.

As considerações apresentadas por Penna e Santo diferem dos resultados obtidos na análise das entrevistas realizadas com os idosos domiciliados no Condomínio Residencial Lagoa Dourada, visto que suas condições socioeconômicas, educacionais, culturais – e até mesmo de saúde física e psicológica – contribuem para a não interiorização de estigmas como o apresentado pelos autores.

Entende-se que ainda hoje, dentro e fora do Brasil, existem situações em que os idosos são sobrepujados e maltratados. Entretanto, esse cenário vem se minimizando à medida que questões políticas, econômicas, sociais e culturais têm possibilitado à população idosa reduzir o diferencial de poder entre o grupo ao qual pertence e o estabelecido socialmente – num sistema capitalista, a população economicamente ativa.

De acordo com Elias e Scotson (2000, p. 24), “o estigma social imposto pelo grupo mais poderoso ao menos poderosos costuma penetrar na autoimagem deste último e, com isso, enfraquece-lo e desarma-lo”. Acredita-se que este processo de formação/atualização de saberes vivenciado pelos idosos entrevistados contribui para a contra estigmatização, “em uma batalha de poder na qual o equilíbrio entre os diferenciais de poder vai se reduzindo aos poucos” (Elias & Scotson, 2000, p.25).

Ações contra a estigmatização apareceram no seguinte relato: Dona Rute encontra-se, atualmente, acima do peso e algumas vezes “Eles falam ‘oh gorda, vamos gorda!’ (...) Eu encho: ‘vocês tão fazendo bullying comigo, heim? Eu vou denunciar

vocês...” (Entrevista 04). Mesmo em tom de brincadeira, Dona Rute reduz o diferencial de poder entre aquele que tenta estigmatizar e aquele que questiona o estigma que querem lhe imputar. Entretanto, as tentativas de estigmatização, especialmente por parte dos jovens, compõem os relatos de todos os entrevistados.

Dadas as ressalvas²⁵, os colaboradores, cientes de seu papel na sociedade, apresentam posicionamentos de resistência²⁶, a exemplo de uma situação ocorrida com Dona Margarida, quando estava à caminho da hidroginástica:

Eles pegaram [ônibus] antes e nós entramos, né? E daí eu falei: ‘Amiga, tem um lugar ali pra você’. A moça pegou e foi e sentou. Daí minha amiga disse: ‘Não, eu vou em pé. Eu não sou velha pra ir sentada!’. Elas se olharam e tiraram sarro da nossa cara, né? Fizeram... daí eu pensei comigo: ‘Meu Deus!’. E eu sabia que eram universitárias porque estavam de bolsa da universidade. Daí chegamos aqui na universidade, tem um ponto bem na frente, né? (...) E ela disse: ‘imagina que profissionais que vão dar essas nossas crianças...’ (Entrevista 01).

Ao conversar com sua amiga em voz alta, propositadamente para que as jovens que “tomaram”²⁷ o lugar que lhes é de direito ouvissem, Dona Margarida não se resignou e sua atitude, considerada aqui como de resistência, contribuiu para um maior equilíbrio na distribuição de poder.

De maneira análoga, mas em relação aos comportamentos que, muitas vezes, são socialmente impostos aos idosos – como tentativas de estigmatização²⁸, Seu Abreu afirmou: “...daí nem vou aceitar essa sugestão, porque eu não devo aceitar opinião de pessoa estranha a minha família, a mim, certo? Eu sou dono da minha vida. Ele não tem nada que ver com isso. (...) Eu gosto de ser assim, eu vou ser assim” (Entrevista 02).

²⁵ Três dos colaboradores relataram atos estigmatização/resignação no transporte público e no trânsito, a exemplo das colocações de Dona Rosa: “...vã dormi, véia!” [risos] E buzina, né? (...) Ah, eu acho que... Às vezes eu acho que eles têm até razão, né? (...) porque a gente anda devagar e eles tão com pressa porque vão trabalhar. A gente não vai trabalhar [risos], então, tá atrapalhando! [risos]” (Entrevista 03).

²⁶ Neste trabalho são consideradas como ações de resistências as “lutas para modificar o equilíbrio de poder” (Elias & Scotson, 2000, p.37).

²⁷ Esta expressão foi utilizada por Seu Abreu quando indagado sobre o respeito ao idoso no transporte público: “Ele toma teu espaço. Ele não usa teu espaço, ele toma teu espaço! Aquela cadeira, aquele banco que seria reservado ao idoso, o jovem toma de você!” (Entrevista 02).

²⁸ A ideia de que os idosos são dependentes contribui para que outras pessoas se sintam no direito de lhes dizer como devem proceder, em uma ação de lhe retira a autonomia sobre sua vida e escolhas, aumentando o diferencial de poder.



De acordo com os relatos, a compreensão da terceira idade a partir da percepção de si não está relacionada, necessariamente, à idade, como pressupõe os documentos que versam sobre os direitos desta população: “Eu me sinto bem, sabe? Eu acho que não vi o tempo passar, passou muito rápido, sabe? Parece que eu não sei como cheguei já nessa idade. E eu não vi, né?” (Entrevista 06). De maneira análoga, Dona Rosa afirmou não se considerar “muito idosa com 72 anos”. Segundo Moura e Souza, esse posicionamento é recorrente entre os idosos com boa saúde, afinal, a terceira idade “pode ser muito boa ou não, né? Vai depender tudo da saúde...” (Entrevista 06).

Entre os fatores que contribuem para a boa saúde na terceira idade, a produção científica destaca o lazer (Menezes & Frota, 2012; Moura; Souza, 2013; Oliveira, 2015; Rocha et al., 2016). Na abordagem teórica de Elias e Dunning (1985, p. 148), as atividades de lazer foram classificadas em “atividades pura ou simplesmente sociáveis” e “atividades de jogo ou ‘miméticas’”. Em relação ao primeiro grupo, as entrevistas permitiram compreender que uma boa sociabilidade pode contribuir para uma autopercepção positiva pela pessoa idosa. Os entrevistados falaram prontamente sobre a questão e alegaram possuir boas relações sociais, em família e com os amigos. O convívio social é fundamental para um envelhecimento saudável (Santos et al., 2012) e contribui para o bem-estar, felicidade e capacidade de interação (Moura & Souza, 2012, p. 81).

Dona Margarida mencionou por diversas vezes as amigas da hidroginástica e a forma carinhosa como se tratam; Seu Abreu informou que conversa com frequência com seus antigos colegas de trabalho, que algumas vezes vão visita-lo; Dona Rute, por dificuldades de locomoção, sempre conta com o apoio dos amigos que a buscam para ir até à igreja ou ao trabalho voluntário que realiza na ONG, onde também possui “um monte de netos” (Entrevista 04); Dona Divina tem amigas com as quais trabalhou há mais de 50 anos, que a visitam e com as quais fala diariamente por telefone.

Dona Rosa além de atuar como voluntária na Promoção Humana de sua igreja, onde estabelece diversos tipos de contatos sociais, também auxilia seus amigos do condomínio em determinadas atividades: leva o lixo daqueles que possuem algum tipo de dificuldade de locomoção e dá caronas para alguns de seus vizinhos. Para ela, “minha maior alegria é as amizades que eu tenho, né? É conversar, né?” (Entrevista 03).

Em contrapartida, Seu Borba afirma que gostaria de ter mais amigos: “Que lá [na cidade onde morava] eu tinha muitos amigos (...) Aqui eu não tenho amigos. (...) eu gostaria de me misturar mais, sabe? (...) Gostaria de ter mais amizades dentro do próprio condomínio, né?” (Entrevista 06). Este relato, especialmente no que diz respeito ao ambiente do condomínio, difere das demais narrativas. Acredita-se que esta percepção pode estar relacionada à própria personalidade de Seu Borba, sua doença crônica – que pode, infelizmente, afastar pessoas preconceituosas – e também ao bloco em que reside, posto que Dona Divina afirmou ter “amizade com todos os vizinhos” (Entrevista 05).

A respeito do desejo de fazer mais amizades, Seu Borba continuou: “Às vezes eu vejo que parece que eu me tornei invisível... Você passa do lado da pessoa, a pessoa nem um bom dia, nem olha pra gente... Bom, acho que hoje eu tô invisível” (Entrevista 06). A negligência de determinados condôminos aos vizinhos não tem, necessariamente, relação direta com o fato deste ser ou não idoso. Por isso, a partir das considerações de Seu Borba é possível compreender que a ausência de relações sociais pode interferir na autopercepção no processo de envelhecimento, contribuindo para a internalização ou não de determinados estigmas.

Sobre a sociabilidade da pessoa idosa, Dona Rosa apontou: “...tem muitas pessoas que envelhecem enclausuradas, né? Não fazem nenhuma atividade, não participam de nada. (...) “Onde que eu vou, né?” Eu já vi muito idoso assim” (Entrevista 03). Além de indicarem a importância da sociabilidade no processo de



envelhecimento, os colaboradores, com frequência, mencionaram a necessidade da realização de atividades físicas e de lazer.

Como foi possível observar na tabela 01, em maior ou menor medida, todos os idosos participantes da pesquisa realizam suas atividades, físicas ou de lazer, a partir de gostos e interesses próprios (Marcellino, 2012). Dona Margarida não fica um dia sem sair e considera sua hidroginástica como sua principal atividade de lazer, ao lado de atividades manuais; Seu Abreu faz caminhadas leves e tem o hábito de ver esportes na televisão e ouvir rádio. Para ele, até mesmo ir ao banco é uma forma de lazer, porque vai ao centro da cidade e encontra pessoas; Dona Rosa, além de fazer hidroginástica e caminhadas periódicas, cuida do jardim do condomínio e realiza trabalhos manuais; Dona Rute afirma que auxiliar na ONG, ensinar os dependentes químicos e colaborar no bazar da instituição é sua forma de lazer; Dona Divina tem como principal atividade de lazer as viagens que faz em família ou em excursões; Seu Borba, mais caseiro, assiste Netflix e aos filmes e séries que baixa da internet, além de realizar suas caminhadas.

A realização de tais atividades auxilia na produção do sentido de si durante o processo de envelhecimento, pois “A agradável excitação-prazer que as pessoas procuram nas suas horas de lazer, representa assim, ao mesmo tempo, o complemento e a antítese da tendência habitual perante a banalidade das valências emocionais que se deparam nas premeditadas rotinas “racionalis” da vida” (Elias & Dunning, 1985, p.115). Logo, a forma como se percebem – saudáveis, ativos e felizes – é interdependente aos usos que fazem do tempo livre.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O processo de envelhecimento é histórico e multidimensional. Ademais, as concepções a seu respeito vão se modificando à medida que fatores políticos, econômicos, sociais e culturais possibilitam a redução no diferencial de poder entre os idosos e os demais grupos. Isso não significa dizer que não existam

atos de estigmatização da pessoa idosa. Entretanto, as novas demandas relativas ao aumento da expectativa de vida têm contribuído para uma apreciação distinta dessa população. Se, de maneira interdependente, a autopercepção de um idoso é afetada pela forma como a sociedade o concebe, o modo como o tempo livre é utilizado pode contribuir para “libertá-lo dos estereótipos sociais que o afligem e rotulam” (Rocha et al., 2016, p. 06).

No caso dos idosos entrevistados, foi possível observar a percepção da maturidade como a melhor etapa de suas vidas. Além de fatores como local de residência, sensação de segurança e boas condições de saúde e renda, entre outros, a forma como utilizam o tempo livre tem contribuído para a formulação desse autoconceito. Ao classificar suas atividades no espectro do tempo livre (Elias & Dunning, 1985), pode-se identificar que cerca de 50% do tempo é empregado em rotinas de tempo livre, com destaque para os cuidados domésticos e os momentos de descanso. O tempo livre restante é dedicado principalmente em atividades sociais, físicas e de formação, práticas que tem contribuído para a autonomia da pessoa idosa, refletidas em ações de contra a estigmatização. Acredita-se que a avaliação positiva do processo de envelhecimento seja mais comum entre praticantes de atividades de lazer, dada a sensação de bem-estar que promove e o auxílio no enfrentamento das restrições e tensões da vida em sociedade.

É importante considerar que estes resultados representam parte da realidade dos idosos brasileiros, afinal, muitos deles vivem em condições sociais precárias e, por vezes, não tem o amparo da família ou não se encontram em condições físicas e/ou cognitivas, fatores que interferem diretamente nos usos do tempo livre. Ao mesmo tempo, “as barreiras interclasses sociais” e “as oportunidades desiguais na apropriação do espaço” (Marcellino, 2012, p.25) – visto que muitas vezes residem em locais parques em infraestrutura – impedem a prática de atividades de lazer, resultando em “uma secura de emoções, um sentimento de monotonia, do qual a monotonia emocional é apenas um



exemplo” (Elias & Dunning, 1985, p.115). Dados os diferentes contextos resultantes das desigualdades presentes no país, compreende-se a necessidade de ampliar este estudo, ouvindo também os idosos que experienciam formas de velhice diferente das aqui estudadas, afinal,

6. REFERÊNCIAS

Alberti, V. (2010). Fontes orais – História dentro da história. In: C. PINSKY (org.), *Fontes Históricas*. São Paulo, Contexto, 155-202.

Alberti, V. (2012). *Manual de História Oral*. Rio de Janeiro, Editora FGV.

Bardin, L. (2011). *Análise de conteúdo*. São Paulo: Edições 70.

Brasil. (1988). *Constituição*.

_____. (1994). *Lei nº 8.842, de 04 de janeiro de 1994*.

_____. (2003). *Lei nº 10.741, de 01 de outubro de 2003*.

Crespo, L. V. (2011). Os idosos e seus tempos de lazer em família: uma aproximação pedagógico-social. *Estud. Interdiscipl. Envelhec.*, 16(edição especial), 341-353. Disponível em: <http://seer.ufrgs.br/index.php/RevEnvelhecer/article/view/17913/16317>. Acesso em: 21 jun. 2018.

Dewes, J. O. (2013). *Amostragem em Bola de Neve e Respondent-Driven Sampling: uma descrição dos métodos*. Disponível em: <http://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/93246>. Acesso em: 05 ago. 2017.

Elias, N. (1993). *O processo civilizador: formação do Estado e civilização*. Rio de Janeiro: Zahar.

_____.; Dunning, E. (1985). *A busca da excitação*. Lisboa: Difel.

conforme Moura e Souza (2012, p. 174), “A velhice com boas relações interpessoais, capaz de autonomizar, independência, protagonismo e cidadania, não pode ser deslocada para um polo, deixando do outro lado o velho que não corresponde esta imagem”.

_____.; Scotson, J.L. (2000) *Os estabelecidos e os outsiders*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed.

Fonseca, T.M.G. (2001). Envelhecer: evolução ou involução? In: Castro, O.P. *Envelhecer: um encontro inesperado – realidade e perspectivas na trajetória do envelhecido*. Sapucaia do Sul: Notadez.

Freire, P. (2011). *Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa* (43ª ed.). São Paulo: Paz e Terra.

Halbwachs, M. (2003). *A memória coletiva*. São Paulo: Centauro.

Koerich et al. (2010). Memória de idosos aposentados de um hospital psiquiátrico catarinense (1951-1971). *Esc. Anna Nery*[online], 14(4), 749-756. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ean/v14n4/v14n4a14.pdf>. Acesso em: 21 jun. 2018.

Lopes, M. E. P. S. (2012). A velhice no século XXI: a vida feliz e ainda ativa na melhor idade. *Acta Scientiarum. Human and Social Sciences*, 43(1), 27-30. Disponível em: <http://www.periodicos.uem.br/ojs/index.php/ActaSciHumanSocSci/article/view/16197/pdf>. Acesso em: 21 jun. 2018.

Marcellino, N. C. (2012). *Estudos do lazer: uma introdução*. Campinas, SP: Autores Associados.



Meireles, S. L.; Fonrtes, R. C. (2016). Os benefícios da internet na vida dos idosos no município de Luziana – Goiás. *Rev. Cient. Sena Aires*, 5(2), 117-123. Disponível em: <http://revistafacesa.senaaires.com.br/index.php/revisa/article/download/263/136>. Acesso em: 21 jun. 2018.

Menezes, K. M. G., Frota, M. H. P. (2012). O lazer enquanto expressão de vitalidade na velhice: a experiência de um centro de convivência de idosos em Fortaleza – CE. *RBSE – Revista Brasileira de Sociologia da Emoção*, 11(32), 486-501. Disponível em: <http://www.cchla.ufpb.br/rbse/KellyArt.pdf>. Acesso em: 21 jun. 2018.

Moura, G.A., Souza, L. K. (2012). Autoimagem, socialização, tempo livre e lazer: quatro desafios à velhice. *Textos & Contextos*, 11(1), 172-183. Disponível em: <http://revistaseletronicas.pucrs.br/fass/ojs/index.php/fass/article/view/9492/8050>. Acesso em: 21 jun. 2018.

_____. (2013). Práticas de lazer de idosos institucionalizados. *Movimento*, 19(4), 69-93. Disponível em: <http://www.seer.ufrgs.br/index.php/Movimento/article/view/36131/27445>. Acesso em: 21 jun. 2018.

Oliveira et al. (2015). Atividades Avançadas de Vida Diária (AAVD) e desempenho cognitivo em idosos. *Psico-USF*, 20(1), 109-120. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/pusf/v20n1/1413-8271-pusf-20-01-00109.pdf>. Acesso em: 21 jun. 2018.

Penna, F. B.; Santo, F. H. E. (2006). O movimento das emoções na vida dos idosos: um estudo com um grupo da terceira idade. *Revista Eletrônica de Enfermagem*, 08(1), 17-24. Disponível em: <https://www.revistas.ufg.br/fen/article/view/948/1162>. Acesso em: 21 jun. 2018.

Pinto, M. R., Pereira, D. R. M. (2014). Uma teoria fundamentada das experiências de consumo de lazer por consumidores da terceira idade. *Revista da Administração da UNIMEP*, 12(3), 152-183. Disponível em: <http://www.raunimep.com.br/ojs/index.php/regen/article/view/760/592>. Acesso em: 21 jun. 2018.

Pollak, Michael. (1992). Memória e Identidade Social. *Estudos Históricos*, 5(10), 200-212. Disponível em: <http://bibliotecadigital.fgv.br/ojs/index.php/reh/article/view/1941/1080>. Acesso em: 21 jun. 2018.

_____. Memória, Esquecimento, Silêncio. (1989). *Estudos Históricos*, 02(3), 03-15. Disponível em: http://www.uel.br/cch/cdph/arqtxt/Memoria_esquecimento_silencio.pdf. Acesso em: 21 jun. 2018.

Rocha et al. (2016). Lazer e qualidade de vida na percepção de pessoas acima de 60 anos. *Revista Mosaico*, 07(2), 04-09. Disponível em: <http://editora.universidadedevassouras.edu.br/index.php/RM/article/view/303/pdf>. Acesso em: 21 jun. 2018.

Rodrigues, L. S.; Soares, G. A. (2006). Velho, idoso e terceira idade na sociedade contemporânea. *Revista Ágora*, 04, 1-29. Disponível em: <http://periodicos.ufes.br/agora/article/view/1901/1413>. Acesso em: 21 jun. 2018.

Rouso, H. (2017). A memória não é mais o que era. In: Amado, J.; Ferreira, M.M. *Usos & Abusos da história oral*. 8ª reimpressão. Rio de Janeiro: Editora FGV.

Santos et al. (2012). Autopercepção dos idosos sobre satisfação com a vida relacionada a interações sociais e lazer. *Motricidade*, 8(52), 232-239. Disponível em: <http://www.redalyc.org/pdf/2730/273023568029.pdf>. Acesso em: 21 jun. 2018.