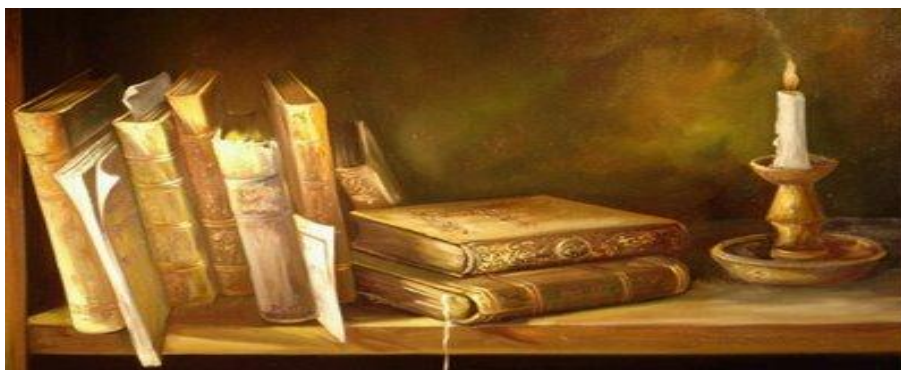




**INSTITUTO POLITÉCNICO DE PORTALEGRE**  
**ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO**



## **O PAPEL DA UNIVERSIDADE SÉNIOR DE ELVAS NO QUOTIDIANO DOS IDOSOS**

**Lidiane Teixeira Menezes Mendão**

Dissertação para obtenção do Grau de Mestre em  
**Formação de Adultos e Desenvolvimento Local**

**Orientadores:** Professora Doutora Isabel Ferreira  
Professor Doutor João Emílio Alves

Portalegre

Fevereiro de 2013



## **Agradecimentos**

Neste percurso, que é também de descoberta pessoal, nada teria sido possível sem a colaboração e apoio de outros, a quem, numa atitude de gratidão e reconhecimento, queremos manifestar o nosso agradecimento especial.

Em primeiro lugar, à Professora Doutora Isabel Ferreira e ao Professor Doutor João Emílio Alves, da Escola Superior de Educação de Portalegre, pela orientação assegurada, conhecimentos transmitidos, rigor científico, permanente disponibilidade e incentivo.

Aos adultos com quem tenho tido a oportunidade de trabalhar, e que são a melhor fonte de inspiração e aprendizagem e aos colegas, profissionais de educação e formação de adultos, com quem tenho partilhado sonhos e lutas.

À Universidade Sénior de Elvas, pelas facilidades concedidas, simpatia e disponibilidade.

Por fim, mas especialmente grata, o meu reconhecimento a todos os que se disponibilizaram a participar, sem os quais, este projecto não teria sido possível e que tanto me ensinaram.

## Resumo

A pesquisa que desenvolvemos inscreveu-se na temática da Educação e Formação de Adultos. Como meta fixámos a produção de uma dissertação que reflita a exigência, a credibilidade e a coerência que se espera de um trabalho de natureza científica.

Houve, portanto, a necessidade de recorrer a métodos e a uma problemática que contribuíssem para o progresso do conhecimento científico nas áreas específicas sobre as quais incide a pesquisa: designadamente as temáticas das Universidades Sêniores, da Formação de Adultos, entre outras perspetivas conceptuais.

Numa primeira fase procedemos à exposição da problemática da nossa dissertação e à fundamentação das temáticas inerentes à investigação que realizámos.

No nosso estudo procuraremos inventariar e caracterizar, de forma detalhada, os contributos da Universidade Sénior de Elvas, junto da população que a frequenta. Nesse sentido, destacamos as experiências lúdicas e didáticas vividas pelos idosos que frequentam a referida universidade e explicitaremos os processos formativos e recreativos promovidos pela mesma, partindo do discurso e perspetivas desses mesmos idosos.

**Palavras-chave:** Universidade Sénior, envelhecimento, idoso, qualidade de vida.

## Abstract:

The research we developed enrolled in the theme of Adult Education and Training. As goal we aim the production of a dissertation that reflects the requirement, credibility and consistency you would expect from a work of scientific nature.

There was therefore the need to use methods and a unique problematic that contributed to the advancement of scientific knowledge in specific areas focused on the research: namely the themes of Seniors Universities, Adult Education and subjective well-being, among other conceptual perspectives.

Initially we proceeded to exhibit the problems of our dissertation and the reasoning of the themes inherent in the research we have done.

In our study we will try to identify and characterize, in detail, the contributions of Senior University of Elvas, near the population that attends. In this regard, we emphasize the playful and didactic experiences experienced by seniors who attend the university and explain the formative processes and recreational promoted by the same, by the testimony and perspectives of those seniors.

**Keywords:** Senior University, aging, elderly, quality of life.

## Sumário

<b>Introdução</b> .....	8
<b>Parte I</b> .....	<b>12</b>
1-Identificação do tema.....	12
2-Fundamentação do Estudo.....	14
3-Objetivos da pesquisa e hipóteses de partida.....	18
4-Enquadramento Teórico.....	20
4.1- Educação, desenvolvimento e aprendizagem ao longo da vida.....	20
4.2-Modelos teóricos do ciclo de vida.....	22
4.3-Conceito de envelhecimento ativo.....	28
4.4-Influências socioculturais e educacionais no envelhecimento ativo.....	32
4.5-Tipos de envelhecimento: do envelhecimento bem sucedido ao balanço entre os ganhos e as perdas.....	33
4.6-Envelhecimento populacional: alguns dados estatísticos.....	34
4.7-Caraterização da região do Alentejo.....	37
<b>Parte II</b> .....	<b>39</b>
2.1-Universidades Séniores.....	39
2.2-Universidades Séniores- objetivos e denominação.....	41
2.3-Universidades Séniores- Modelos atuais e futuros em alguns países europeus.....	43
<b>Parte III</b> .....	<b>51</b>
3.1-Opções metodológicas.....	51
3.2-Recolha de informação.....	54
3.3- Entrevistas.....	55
3.4-Análises e tratamento de dados.....	56
<b>Parte IV</b> .....	<b>57</b>
4-Apresentação e discussão dos resultados.....	57
4.1-Apresentação dos resultados qualitativos.....	70
4.1.1-Auto- Caraterização dos entrevistados.....	71
4.1.2-Motivação para ingressar na Universidade Sénior de Elvas.....	73
4.1.3-Caraterização da Universidade Sénior de Elvas.....	75
4.1.4-Caraterização das experiências vividas na Universidade Sénior de Elvas.....	77
<b>Conclusões do estudo</b> .....	<b>81</b>
<b>Bibliografia</b> .....	<b>88</b>
<b>Anexos</b> .....	<b>98</b>

## Abreviaturas e Símbolos

AIUTA – Associação Internacional das Universidades da Terceira Idade

DGSS – Direção Geral da Segurança Social

eds. – editores

*et al.* – e outros

EUA – Estados Unidos da América

GRP – Governo da República Portuguesa

*idem* – o mesmo (no mesmo autor e na mesma obra)

*idem ibidem* – no mesmo lugar

IE – Índice de Envelhecimento

INE – Instituto Nacional de Estatística

INPI - Instituto Nacional de Propriedade Industrial

IPSS – Instituto Particular de Solidariedade Social

NUTS II – Unidades Territoriais Estatísticas de Portugal, nível II - Municípios

p. – página

pp. – páginas

RNPC – Instituto do Registo e Notariado

RUTIS – Rede de Universidades de Terceira Idade e Séniores

SOC – Seleção / Otimização / Compensação

UNESCO – Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura

UTI – Universidade da/para Terceira Idade

UITIL- Universidade Internacional da Terceira Idade de Lisboa

ULTI- Universidade de Lisboa da Terceira Idade

UATIP- Universidade do Autodidacta e da Terceira Idade do Porto

UNITRE- Università della Terza Etá

UFUTA - Union Française des Universités Tous Âges

AIUTA – L'Association Internationale des Universités du Troisième Age ou  
Internacional Association of Universities of the Third Age

RUA -Red Americana de Universidades Abiertas

RUTIS -Associação Rede de Universidades da Terceira Idade

ILR's- Institutes for Learning in Retirement

## **Tabelas e gráficos**

Índice de envelhecimento, Portugal e NUTS II 2000 e 2050.....	pag. 38
Índice de dependência de idosos, Portugal e NUTS II 2000 e 2050.....	pag. 38
Gráfico 1- Estado Civil dos Respondentes.....	pag. 59
Gráfico 2- Número de Filhos dos Respondentes.....	pag.59
Gráfico 3- Composição do Agregado Familiar dos Respondentes.....	pag. 60
Gráfico 4- Atividade Profissional / Condição perante o Trabalho dos Respondentes que se Encontram Ativos .....	pag. 60
Gráfico 5- Última Profissão / Última Condição perante o Trabalho dos Respondentes Reformados .....	pag. 61
Gráfico 6-Motivos de Iniciação na Universidade Sénior.....	pag.61
Gráfico 7- Tempo frequentado na Universidade Sénior de Elvas.....	pag.62
Gráfico 8- Aspetos mais valorizados pelos inquiridos na Universidade Sénior de Elvas..	pag.63
Gráfico 9- Outros aspetos valorizados na Universidade Sénior de Elvas.....	pag.63
Gráfico 10- Aspetos menos valorizados na Universidade Sénior de Elva.....	pag.64
Gráfico 11- Sugestões de melhoramento para a Universidade Sénior de Elvas.....	pag.64
Gráfico 12- Horas de permanência semanais médias na Universidade Sénior de Elvas...	pag.65
Gráfico 13- Disciplinas mais frequentadas na Universidade Sénior de Elvas.....	pag.65
Gráfico 14- Concordância em relação à satisfação das expectativas pela Universidade Sénior de Elvas.....	pag.66
Gráfico 15- Concordância em relação à satisfação das expectativas de lazer pela Universidade Sénior de Elvas.....	pag.67
Gráfico 16- Concordância em relação à satisfação das expectativas pela Universidade Sénior de Elvas.....	pag.67
Gráfico 17- Concordância em relação ao complemento e enriquecimento dos conhecimentos adquiridos anteriormente pela formação da Universidade Sénior de Elvas.....	pag.68
Gráfico 18- Concordância em relação à adequação entre as metodologias de ensino praticadas na Universidade Sénior de Elvas e as necessidades e as expectativas dos alunos.....	pag.68
Gráfico 19- Concordância em relação à promoção, por parte da Universidade Sénior de Elvas, de atividades extra-pedagógicas que suportem e melhorem as atividades pedagógicas....	pag.69
Gráfico 20- Concordância em relação às metodologias de ensino utilizadas na Universidade Sénior serem diversificadas e estimulantes.....	pag.69
Gráfico 21- Concordância em relação à frequência da Universidade Sénior de Elvas melhorar a qualidade de vida.....	pag.70

## Introdução

As Universidades Sénior surgem com objetivos bem definidos que visam melhorar a qualidade de vida dos seniores e da formação ao longo da vida. A Universidade da Terceira Idade ou Universidade Sénior é “*a resposta social, desenvolvida em equipamento(s), que visa criar e dinamizar regularmente actividades culturais, educacionais e de convívio, para e pelos maiores de 50 anos, num contexto de formação ao longo da vida, em regime não-formal*” (retirado de <http://www.rutis.org> em 25/11/2012).

Os princípios básicos destas universidades mantêm-se inalteráveis ainda hoje e visam desenvolver o convívio salutar e útil entre os seniores, combater a exclusão social e proporcionar aos mais velhos a possibilidade de aprenderem ou ensinarem (promovendo a andragogia ou seja a arte e ciência de ajudar os adultos a aprender).

As Universidades Sénior surgem como uma resposta social, uma vez que combatem o isolamento e a exclusão social dos mais velhos, principalmente a seguir à reforma; incentivam a participação dos seniores na sociedade; divulgam os direitos e oportunidades que existem para esta população; reduzem o risco de dependência e são um pólo de convívio.

Vários estudos nacionais e internacionais demonstraram (Jacob, 2005) que as Universidades Sénior para além de um projeto educativo e formativo, são igualmente um projeto social e de saúde, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida dos seniores e prevenindo o isolamento e exclusão social.

Este movimento enquadra-se igualmente no projeto europeu de formação ao longo da vida ou educação permanente, que visa permitir aos cidadãos europeus passar livremente de um ambiente de aprendizagem para um emprego ou vice-versa, de uma região ou de um país para outro a fim de a utilizar da melhor forma as respetivas competências e qualificações. Assim, uma aprendizagem ao longo da vida aponta para um percurso de aquisição de competências que vai do ensino pré-escolar até à pós reforma, e abrange qualquer tipo de educação (formal e/ou não-formal).

São alguns dos objetivos do espaço europeu da aprendizagem ao longo da vida:

- Fomentar uma cultura da aprendizagem para motivar os aprendentes (potenciais), aumentar os níveis de participação e demonstrar a todos que é indispensável aprender em qualquer idade;

- Valorizar a educação e a formação. Isto significa dar valor aos diplomas e certificados formais, à aprendizagem não formal e informal anfim de poderem ser reconhecidos/valorizados todos os tipos de aprendizagem.

Consideramos as Universidades Sénior como a resposta social, que visa criar e dinamizar regularmente atividades sociais, culturais, educacionais e de convívio, preferencialmente para e pelos maiores de 50 anos. Quando existirem atividades educativas será em regime não formal, sem fins de certificação e no contexto da formação ao longo da vida.

Para além de um modelo de formação de adultos e de um espaço de cultura e convívio, as Universidades Sénior são também um projeto de saúde uma vez que – estudos de investigação comprovam-no - melhoram a qualidade de vida e consequentemente a saúde dos seniores, assim como contribuem para a diminuição dos sintomas de doença depressiva.

As Universidades Sénior são o modelo de formação de adultos com maior sucesso a nível mundial e que lhes proporciona um grande leque de atividades culturais, recreativas, científicas e motiva a aprendizagem.

Foi partindo do mestrado de Formação de Adultos e Desenvolvimento Local, que surgiu a necessidade da realização deste projeto de investigação, que visa o estudo do papel quotidiano da Universidade Sénior de Elvas na experiência dos idosos.

A realização de um projeto de investigação exige que os seus autores canalizem, por um lado, conhecimentos teóricos relacionados com o universo empírico e, por outro, implementem estratégias coerentes de operacionalização prática da pesquisa, com vista à elaboração de um trabalho científico coerente e rigoroso, no qual a componente empírica surja profundamente articulada com a componente teórica, permitindo responder aos objetivos de investigação inicialmente fixados e às perspetivas teóricas que informam e orientam a investigação.

Não obstante, a melhor promoção da qualidade científica de uma dissertação de mestrado passa, também, pela inclusão das experiências profissionais e académicas, bem como pela valorização e exploração dos focos de interesse do investigador no momento de estruturar o projeto de investigação.

Como meta para a pesquisa que desenvolvemos fixámos a produção de uma tese que reflita a exigência, a credibilidade e a coerência que se espera de um trabalho de natureza científica.

Houve, portanto, a necessidade de se recorrer a métodos e a uma problemática que contribuíssem para o progresso do conhecimento científico nas áreas específicas sobre as quais incide a pesquisa: designadamente as temáticas das Universidades Seniores e da Formação de Adultos.

A presente dissertação procurará acrescentar novos conhecimentos e novos pontos de partida para a investigação sobre os contributos efetivos dos programas formativos das Universidades Seniores, partindo precisamente das respetivas experiências, das perceções e dos depoimentos recolhidos no decurso da pesquisa.

Os momentos de formação levados a cabo por estes públicos, no contexto de uma prática regular de Universidades Seniores, afirmam-se como acontecimentos de natureza sociológica, psicológica, educativa e cultural originais, sobre os quais não abundam estudos científicos.

O estágio atual, ainda pouco desenvolvido subjacente ao fenómeno que decidimos estudar, deve-se, porventura, entre outras razões, à sua relativa novidade, muito embora subsistam experiências, mais ou menos consolidadas, disseminadas pelo território nacional e, sobretudo, no contexto internacional, bem como à exigência de intercetar temáticas muito diversificadas entre si, como a Formação de Adultos, a Demografia, a Psicologia do Desenvolvimento, em especial a concernente aos processos de envelhecimento ativo e a própria Gerontologia.

Ao longo deste trabalho de dissertação procuremos que se estabeleça uma permanente interação entre teoria e empírica, numa perspetiva de interpelação mútua, no entanto, em cada um dos capítulos apresentados, esta interação entre as dimensões teórica e empírica surge com um grau de explicitação variável, dependendo dos próprios conteúdos apresentados e do que relativamente a cada um deles se entendeu pertinente fazer interagir.

A nossa investigação foi, assim, idealizada e estruturada, com vista a delimitar, com coerência e precisão, os desafios teóricos e empíricos suscitados pelas características atrás mencionadas associadas ao nosso objeto de estudo.

Esta dissertação divide-se em três grandes partes: a primeira parte focaliza-se no enquadramento teórico, ou seja, nesta primeira fase procedemos à exposição da problemática da nossa dissertação e à fundamentação das temáticas inerentes à investigação que realizámos. Nesse sentido, o enquadramento teórico da nossa dissertação preenche como seria expectável, um papel fundamental na elaboração do

nosso estudo. Na segunda parte será apresentada a metodologia adoptada e por fim a terceira parte incidirá no problema em questão, na qual é feito o tratamento das entrevistas. Iremos também definir a metodologia da qual nos servimos para a elaboração desta investigação.

Por fim apresentaremos as conclusões do nosso estudo, assim como algumas considerações finais.

## Parte I

### 1 – Identificação do Tema

Quando chega a reforma e a velhice se aproxima, uma grande parte da população acaba por entrar num estado de inatividade, sentindo-se muitas vezes inútil e menosprezado/a pela sociedade. Assim, a morte aflora cada vez mais nos seus pensamentos, prejudicando o seu estado de ânimo perante a vida.

As sociedades atuais, não apresentam ocupações diversificadas para os idosos, o que contribui para a sua grande inércia. Muitos deles refugiam-se nos lares de idosos, nas associações e no ambiente da família.

Com o surgimento das Universidades Sêniores em todo o país, os idosos encontraram uma alternativa ativa na ocupação dos seus tempos livres. As diferentes ofertas formativas, que englobam, entre outros conteúdos e atividades: Matemática, Português, Hidro-Ginástica, Inglês, Informática, Artes Plásticas, Cuidados de Saúde, constituem um leque de opções que cativam e aproximam o público idoso daquelas organizações.

Através das Universidades Sêniores, os reformados e os idosos poderão estudar, com interesse, matérias nunca abordadas, aprofundar os seus conhecimentos e desenvolver ainda as suas capacidades cognitivas enquanto se mantêm socialmente ativos.

A dissertação que propomos desenvolver centra-se no papel didático e lúdico que as Universidades Seniores têm, junto das populações idosas. Segundo Osório (2005), é recente a preocupação com a criação de programas que apoiem o desenvolvimento educacional dos idosos. As preocupações com as questões educacionais estão tradicionalmente associadas, primeiro à satisfação das necessidades intelectuais e psico-socio-culturais de crianças e adolescentes e depois dos adultos, tendo os idosos sido excluídos durante muito tempo desse processo.

Segundo Marconcin (2009: 85), *“a prática educativa na terceira idade é consensualmente aceite como um fato promotor da vida saudável”*, na medida em que pode assumir várias implicações com retorno positivo na qualidade de vida dos idosos, entre as quais se destacam a prevenção do isolamento social e da solidão, o alívio das

tensões da vida diária, a prevenção da depressão, a criação de uma estrutura de apoio social e de convívio intergeracional.

As Universidades Sêniores, além de serem atualmente uma realidade social difundida por todo o mundo, e independentemente das especificidades dos seus programas educativos e da sua oferta formativa, desempenham funções muito importantes na manutenção das capacidades físicas, psíquicas, cognitivas e sociais dos idosos (*idem*,75).

As funções das Universidades Sêniores são, por conseguinte, múltiplas e socialmente relevantes, passando pela prestação de serviços à comunidade, criação de emprego qualificado, dinamização da economia local e regional, transmissão de saber e cultura, investigação no campo de Gerontologia e da Geriatria, intercâmbio sociocultural e educação para a saúde e bem-estar das populações idosas.

Os objetivos das Universidades Sêniores vão ao encontro das mudanças ocorridas na forma de vida dos reformados e aposentados, os quais tendem a afirmar-se, na atualidade, como pessoas cada vez mais participativas, com necessidade de se sentirem ativamente inseridos na vida social e com vontade de continuar a produzir (*idem*, 54).

Atualmente, as pessoas reformadas têm relutância em aceitar a posição de isolamento que a saída da vida laboral ativa propicia. Procuram novas experiências e novas aprendizagens, o que contribui para o aumento na procura de instituições que satisfaçam estas necessidades, entre as quais se destacam as Universidades Sêniores.

A Universidade Sénior de Elvas existe há aproximadamente três anos, verificando-se um acréscimo significativo de alunos, de professores e de disciplinas anualmente, o que espelha bem o interesse por parte dos primeiros, em particular, e da população elvense, em geral, nas atividades desenvolvidas pela instituição.

Face ao exposto, é nosso interesse descrever e compreender, através de um paradigma interpretativo de natureza predominantemente qualitativa, as experiências de aprendizagem formal e informal, vividas pelos idosos que frequentam esta Universidade Sénior, analisando as suas implicações nos idosos em questão. Os contextos de aprendizagem e de sociabilidade vivenciados, bem como a forma como estes são percebidos e interiorizados pelos seus alunos, serão objeto de uma análise extensiva, de forma a recolher dados diversificados e pertinentes que contribuam para uma compreensão mais aprofundada do objeto em estudo.

## 2 – Fundamentações do estudo

Um estudo de investigação parte, muitas vezes, dos percursos de vida dos investigadores que o conduzem. Por outro lado, é pré-requisito, na investigação científica, que o investigador efetue previamente um determinado trajeto académico, suscetível de muni-lo com competências e conhecimentos teóricos, conceituais, reflexivos e argumentativos que lhe permitam observar uma determinada realidade, efetuar o levantamento e a caracterização de uma dada problemática e dispor dos recursos e das ferramentas metodológicas e conceptuais mais adequadas ao estudo do objeto que lhe suscita interesse e curiosidade científica.

No nosso caso, assumimos com clareza que o trajeto de aprendizagens trilhado ao longo da componente teórica do Curso de Mestrado em Formação de Adultos e Desenvolvimento Local contribuiu, de sobremaneira, para a definição do campo de estudo da nossa investigação.

A problemática da Educação e da Formação de Adultos, bem como a inventariação da sua evolução histórica e das suas especificidades socioculturais, a identificação dos movimentos sociais que lhe estiveram subjacentes e a discussão das estruturas e dos organismos que a apoiaram e auxiliaram a sua difusão, incutiram-nos a vontade premente de explorar, com maior profundidade, determinados aspetos sociodemográficos e culturais subjacentes às temáticas acima mencionadas.

De acordo com a RUTIS (2010), as Universidades Seniores (UTIs) são a

*“resposta socio-educativa, que visa criar e dinamizar regularmente atividades sociais, culturais, educacionais e de convívio, preferencialmente para e pelos maiores de 50 anos. Quando existirem atividades educativas será em regime não formal, sem fins de certificação e no contexto da formação ao longo da vida”.*

Independente da denominação invocada, as Universidades Séniores, Universidades da Terceira Idade ou Academias Séniores afirmam-se, no panorama sociodemográfico das sociedades ocidentais atuais, como um espaço privilegiado de inclusão, interação e participação social dos mais velhos.

De acordo com Jacob (2005: 1),

*“podemos, então, considerar, as Universidades de Terceira Idade, Universidades Séniores ou Academias Séniores, como a resposta sócio-educativa, desenvolvida em equipamento(s) que visa criar e dinamizar regularmente atividades culturais, formativas e de convívio, para e pelos*

*maiores de 50 anos, um contexto de formação ao longo da vida, em regime informal”.*

Entre um conjunto muito diversificado de atividades oferecidas pelas Universidades Sêniores, incluindo aulas, visitas, oficinas, blogs, revistas e jornais, grupos de música ou teatro, voluntariado, transmite-se um apelo forte aos idosos para que se sintam úteis, ativos e participativos. Esta será, eventualmente, a função que melhor distingue e define a importância social das Universidades Sêniores nas sociedades atuais: fornecer aos seus beneficiários, normalmente idosos e pensionistas, momentos de educação, lazer, recreação e convívio que incrementem a sua participação e inclusão na sociedade.

Nesse sentido, os processos de educação e formação de adultos levados a cabo pelas Universidades Sêniores revestem-se de uma especificidade própria, assumindo uma dimensão moral primordial nas sociedades atuais. Oferecem serviços educativos destinados especificamente a um público idoso, que não se confinam à transmissão de saberes e à construção de competências, mas contribuem igualmente para uma sociedade mais justa e fraterna, procurando permanentemente incluir na mesma, de uma forma ativa e produtiva, uma franja populacional muito avultada, que apresenta frequentemente risco de isolamento e de exclusão.

Para serem eficientes na sua missão social, as Universidades Sêniores necessitam de desenvolver metodologias apropriadas à faixa etária do público a que se destinam, o que pressupõe a utilização de didáticas particulares e de recursos e instrumentos pedagógicos adequados à prossecução das suas finalidades educativas.

Os idosos constituem, tanto do ponto de vista sociocultural como do ponto de vista estritamente biológico, um público muito heterogéneo, pelo que o desafio que se coloca às Universidades Sêniores é muito elevado. Os idosos que frequentam estas instituições podem apresentar potencialidades, limitações, interesses e trajetos de vida muito variados. Como tal, compete, por isso, às Universidades Sêniores, oferecerem uma tipologia diversificada de serviços educativos, recreativos e de lazer, que satisfaçam uma gama ampla de expectativas e necessidades, dinamizem a participação conjunta e solidária e esbatam as barreiras às aprendizagens dos mais velhos.

As Universidades Sêniores constituem, no nosso ponto de vista, um paradigma interessante para o estudo de cenários alternativos e, de certa forma complementares e socialmente relevantes, às questões da Educação e Formação de Adultos.

Os desafios e o volume de trabalho que são colocados às Universidades Sêniores tendem a crescer, ao contrário daqueles que são colocados às instituições convencionais de educação e formação de adultos, na medida em que, enquanto a escolaridade obrigatória tem vindo a ser progressivamente aumentada, os níveis de qualificação das populações ativas também têm subido, reduzindo com isso o potencial público-alvo daquelas; em contrapartida, a população idosa tem crescido a um ritmo muito elevado, exigindo respostas educativas abrangentes por parte das Universidades Sêniores.

De acordo com Ferreira (2007: 1),

*“o crescimento numérico das populações idosas (entendidas como aquelas que têm 65 ou mais anos) é, atualmente, um fenómeno mundial cuja difusão revela diferenciais quanto ao volume envolvido, ao ritmo de crescimento apresentado, ou aos diferentes tipos de relações que estabelecem com inúmeras outras variáveis. Assim, o desafio que as sociedades enfrentam hoje é o de encarar as questões do envelhecimento das populações como o estudo das possibilidades efetivas de se congregarem saberes e necessidades de uma população menos jovem (mas cujo tempo de vida após a reforma é cada vez mais longo), com as próprias necessidades e a capacidade da sociedade face a esta população.”*

As Universidades Sêniores constituem, por conseguinte uma resposta educativa e simultaneamente social, isto porque dispõem de várias áreas de intervenção, entre as quais, para além do ensino não formal destacam-se: a cultura, a formação ao longo da vida, a ciência, o lazer e o apoio social.

De acordo com Jacob (2007: 3),

*“é unânime para nós que a base de referência das UTI’s portuguesas é a ação social. As componentes culturais e educativas ou formativas são o meio para se alcançar esse fim. O grande objetivo é retirar os seniores de casa, do isolamento e proporcionar-lhes regularmente atividades saudáveis, de convívio e participação social”.*

De acordo com a RUTIS (2010),

*“existem milhares de UTIs no mundo inteiro, com base no exemplo francês ou no exemplo inglês, e apesar da primeira UTI ter surgido em Portugal apenas três anos após a criação da primeira em França, em 1973, só nos últimos cinco anos este modelo se implantou verdadeiramente com o nascimento de dezenas de novas UTIs, passando de 30 em 2001 para 112 em finais de 2008.”*

Os números acima mencionados ilustram o crescimento das Universidades Sêniores, no mundo e em Portugal, fundamentando o nosso ponto de vista sobre o aumento da procura de serviços formativos e recreativos destinados à população sénior, que acompanha naturalmente o crescimento desta população.

Em Portugal, as Universidades Séniores, também designadas por Universidades de Terceira Idade, ou mais comumente por UTI's estão representadas pela RUTIS (rede universidades de terceira idade e séniores) e oferecem um exemplo de vitalidade, dinamismo e justiça social, por parte da sociedade civil, promovendo, através da educação e da recreação, um envelhecimento ativo e produtivo, combatendo simultaneamente a solidão e o isolamento social.

Segundo a RUTIS (2010), *“as UTIs nacionais são frequentadas maioritariamente por mulheres, entre os 60-70 anos, com graus de instrução variável, desde a 4ª classe ao Doutoramento e essencialmente por reformados.”*

O facto de vivermos em Elvas e conhecermos de perto o trabalho desenvolvido por uma instituição educacional vocacionada especificamente para um público idoso, levou-nos a escolher a Universidade Sénior de Elvas como nosso objeto de estudo.

Como observadores externos dessa realidade, consideramos, que a Universidade Sénior de Elvas, afirma-se como uma resposta que sintetiza, nas suas principais linhas de atuação e na diversidade dos serviços prestados, o desiderato educacional e, sobretudo, de promoção e inclusão social, que foi outorgado às Universidades Seniores em geral, tal como são apresentadas e descritas pela Rede das Universidades de Terceira Idade e Seniores (RUTI's).

Entendemos, por conseguinte, que a Universidade Sénior de Elvas reúne todas as condições para constituir como terreno empírico onde procederemos à exploração do tema a que nos propusemos estudar e compreender.

Ao convivermos com pessoas idosas, no âmbito da nossa esfera profissional, confrontámo-nos com histórias de vida, idades, personalidades, estados de saúde, estados económicos e suportes familiares muito diversificados e, conseqüentemente, com diferentes tipos de necessidades formativas e educacionais.

Entre as populações com quem trabalhámos no contexto do nosso exercício profissional, aqueles com os quais desenvolvemos maior afinidade relacional e, por conseguinte, construímos relações pedagógicas mais profundas, foram as pessoas idosas.

É de salientar ainda que, num sentido mais lato, na Formação e Educação de Adultos vocacionada para um público idoso, não trabalhamos apenas com os idosos em si, mas também com as suas famílias e estas, além de possuírem necessidades especiais, precisam ser incluídas no plano formativo. Pela nossa experiência prática,

consideramos, também, que o investimento relacional feito num formando idoso, tende a ser superior e, em certos casos, muito superior ao investimento efetuado num formando adulto ou jovem, na medida em que os idosos necessitam de uma abordagem ainda mais personalizada, que tenha em conta, não só o seu trajeto sociocultural e educacional, mas também o seu trajeto biológico, dispensando-se uma atenção especial às limitações decorrentes do processo de envelhecimento, que não evoluem em velocidades semelhantes, nem se manifestam da mesma forma em diferentes pessoas.

Constatamos também, a título meramente pessoal, que o retorno resultante do investimento feito num formando idoso nem sempre origina as implicações previstas, o que poderá desencadear sentimentos de frustração nos formadores e educadores que trabalham com idosos.

Não obstante, não é o nosso ponto de vista pessoal que nos interessa estudar, mas o olhar dos idosos sobre os seus próprios trajetos de aprendizagem e desenvolvimento pessoal nas Universidades Sêniores e, concretamente, sobre as implicações decorrentes da frequência de uma Universidade Sénior.

### **3 – Objetivos da pesquisa e hipóteses de partida**

A nossa dissertação pretende ampliar a base de conhecimentos atualmente disponível sobre a importância das Universidades Sêniores junto do público idoso, recorrendo para isso, ao estudo de uma Universidade Sénior em particular, a Universidade Sénior de Elvas.

Enquanto no capítulo anterior definimos a fundamentação da nossa investigação e justificámos a nossa opção pelo mesmo, no presente capítulo enunciaremos os objetivos que fixámos para a nossa pesquisa e as grandes questões de partida do nosso estudo, em conformidade com a natureza conceptual dos fenómenos estudados e dos desafios empíricos e metodológicos que os mesmos levantavam à nossa investigação.

A presente pesquisa pretende descortinar, de uma forma detalhada e fundamentada, as implicações decorrentes da frequência da Universidade Sénior de Elvas no quotidiano social dos idosos, nas suas capacidades cognitivas, nos seus recursos afetivos, na sua qualidade de vida e no seu bem-estar subjetivo.

O título atribuído à dissertação - “O papel quotidiano da universidade sénior de Elvas na experiência dos idosos” - procura enunciar de forma precisa as pretensões da presente investigação e, desta forma, apontar implicitamente para as diferentes variações de contributos possíveis, inerentes às atividades formativas e recreativas da Universidade Sénior de Elvas: sociais, cognitivos, afetivos, culturais e fisiológicos.

Exposto o tema da investigação, apresentaremos agora os principais objetivos que orientaram as nossas leituras nos planos, teórico, metodológico e empírico.

O objetivo fulcral da nossa dissertação consistiu em identificar e caracterizar as diferentes experiências de formação que, na opinião dos indivíduos estudados, ilustram e fundamentam os contributos da Universidade Sénior de Elvas junto dos idosos que a frequentam.

Por seu lado, e no seguimento do objetivo geral da nossa investigação, enunciámos os seguintes objetivos específicos, com vista a caracterizar melhor o nosso objeto de estudo e aprofundar a nossa investigação:

- Caracterizar a Universidade Sénior, a partir dos depoimentos dos idosos e dos professores;
- Analisar a relação entre os episódios formativos da Universidade Sénior e os contextos ambiental, social, cultural e emocional em que a mesma se desenvolve;
- Descrever a partir da opinião dos idosos, o significado, a relevância e o alcance da formação ministrada e dos programas lúdicos oferecidos pela Universidade Sénior de Elvas;
- Inventariar e descrever diferentes experiências de formação e recreação, vividas pelos indivíduos estudados.

Os objetivos traçados pretenderam responder aquelas que são as grandes questões orientadoras da nossa pesquisa:

- a) De que forma a Universidade Sénior pode contribuir para a formação do idoso e para a sua integração na vida social após a reforma;
- b) Qual o papel da Universidade Sénior de Elvas na formação e recreação da população idosa que a frequenta;
- c) Quais as expectativas, objetivos e metas da população idosa, que frequenta a Universidade Sénior de Elvas;

O local onde levaremos a cabo a nossa investigação, é a Universidade Sénior de Elvas, situada na Escola Superior Agrária.

Os interlocutores do nosso estudo são os idosos. O estudo decorreu entre 11 de Outubro de 2011 e 28 de Novembro de 2011.

Procedeu-se a um pedido de autorização junto da Câmara Municipal de Elvas, organismo que tutela a Universidade Sénior de Elvas, para a realização do referido estudo.

## **4- Enquadramento teórico**

### **4.1- Educação, desenvolvimento e aprendizagem ao longo da vida**

*“Só aquele que chegou a uma idade muito avançada terá uma ideia completa e justa da vida, pois só ele a abraça com o olhar, no seu conjunto e no seu decurso natural, e sobretudo, porque não a vê, como os outros, unicamente, do lado da entrada, mas também do lado da saída”* (Schopenhauer, 1989, pp. 116-167, cit. por Simões, 2006, p. 25).

As novas gerações de idosos são caracterizadas por Simões (2006) como *“mais saudáveis, mais longevas, mais instruídas”* (p. 13), sendo, segundo o mesmo autor, de esperar que a procura de educação, por parte deste segmento etário, se intensifique, tornando-se os idosos *“um novo público a educar”* e dando verdadeiro sentido à ideia de uma educação permanente, que acompanhe todo o ciclo de vida.

O conceito de educação está precisamente relacionado com o desenvolvimento, no sentido de cada um de nós se tornar melhor pessoa, e é revestido de uma forte componente ética e moral. Este assume também um sentido mais pleno, na medida em que estamos conscientes da nossa condição de seres perpetuamente inacabados, o que abre caminho a que o ser humano possa progredir na sua humanidade, e por isso se eduque. E não encontramos nenhuma razão, para que esse percurso educativo não acompanhe todo o ciclo de vida, até porque, salientamos, a educação é um direito universal, consagrado quer na Declaração Universal dos Direitos Humanos, quer na Constituição da República Portuguesa.

Os conceitos de educação permanente e de educação ao longo da vida têm sido defendidos, desde os anos sessenta e setenta do século XX, no contexto da perspectiva

humanista, a qual enfatiza a necessidade de se proporcionar uma distribuição mais equitativa das oportunidades educativas, garantindo não só que todos os espaços se tornem educativos, mas também que a educação se prolongue por toda a vida. Não têm sido, contudo, neste seguimento, que se fazem as atuais apostas educativas, muito mais enquadradas pela aprendizagem ao longo da vida, a qual tem estado subserviente às perspetivas políticas.

Na passagem da educação ao longo da vida, à aprendizagem ao longo da vida, as mudanças são notórias. De um conceito humanista, passámos a um conceito enquadrado por uma perspetiva economicista e pela lógica de mercado, e se a idade da reforma marca, geralmente, a saída do mercado de trabalho, os sistemas educativos, numa lógica de subserviência economicista, já não precisam de se preocupar com estes adultos!

Ora, nos últimos anos, e num movimento que se tem colocado nas antípodas da lógica de mercado, as Universidades Seniores têm vindo a afirmar-se de forma crescente, sendo procuradas por um público cada vez mais numeroso. Em Portugal, encontrámos já na 1ª República e numa linha de educação popular, as chamadas universidades populares, numa tentativa de levar mais educação a todos os que estavam afastados da escola. Mas, o movimento das Universidades Seniores que, de certo modo, tem o mesmo objetivo, acentua-se, no caso português, sobretudo, durante a década de noventa do século XX. Este movimento, a nosso ver, decorre, pelo menos em parte, do acentuado envelhecimento populacional, fenómeno histórico recente, de abrangência mundial, que lança um novo desafio à organização social e que, do nosso ponto de vista, exige um novo olhar sobre a adultez avançada, que não pode continuar a ser vista como uma antecipação da morte.

A ideia de a idade adulta avançada constituir uma etapa de desenvolvimento é, no entanto, recente, e vem contrariar os estereótipos mais comuns acerca do envelhecer.

A doença, a inactividade, a depressão, o aborrecimento e a incapacidade, são algumas das representações distorcidas associadas ao envelhecimento (Lima, 2010). Esta visão, que discrimina as pessoas idosas, afeta-as em termos económicos, sociais e psicologicamente, “*excluindo-as e denegrindo-as*” (Lima, 2010: 25) e leva a que, apesar de as pessoas quererem viver muitos anos, não queiram envelhecer. Todavia, fruto das investigações científicas, a conceção negativa do envelhecimento tem sido contrariada. Neste âmbito, a perspetiva do desenvolvimento co-extensivo à duração da vida advoga que o desenvolvimento é acompanhado por perdas, mas também por ganhos, podendo a

sabedoria ser o topo desse processo de evolução. Esta ideia contribuiu para que, nas últimas décadas, a Psicologia, para além de estudar as variáveis “negativas”, como a depressão ou as demências, se tenha também voltado para os aspetos positivos do desenvolvimento humano (J. Oliveira, 2005), destacando-se, entre estes, a sabedoria.

A vertente empírica do estudo do fenómeno tem-se vindo a intensificar, surgindo diferentes linhas de investigação. Efetivamente, consideramos que se pretendemos ajudar as pessoas a desenvolver a sabedoria, parece-nos que, antes de mais, é necessário contribuir para uma maior clarificação do conceito e dos processos que lhe estão subjacentes, porque só assim se poderá perceber como aumentar a sabedoria.

## 4.2 – Modelos Teóricos do Ciclo de Vida

Em Psicologia, os modelos teóricos do ciclo de vida têm como objetivo explicar a natureza do desenvolvimento e os padrões de mudanças nos indivíduos, desde o nascimento até à morte. Neste sentido, pretendem identificar áreas do desenvolvimento que sejam generalizáveis a toda a humanidade, definindo uma sequência de estádios, que tendem a suceder-se uns aos outros, de forma sequencial e a caracterizar-se por determinados acontecimentos típicos, onde interagem fenómenos biológicos, psicológicos e sociais.

Para Monteiro e Santos (2003: 13),

*“o desenvolvimento é um conceito que se refere ao conjunto de transformações do ser humano ao longo da sua vida. É um processo que se inicia no momento da conceção e termina com a morte, e em que estão envolvidos múltiplos fatores: biológicos, cognitivos, motores, morais, emocionais, linguísticos, afetivos, sociais”.*

Não obstante, o desenvolvimento só acontece porque o ser humano é um sistema aberto, que se encontra em permanente interação dinâmica com o meio ambiente. As mudanças que se produzem ao longo do desenvolvimento de um ser humano são estruturais e comportamentais, na medida em que o organismo, ao longo do tempo, modifica-se, modificando-se também os comportamentos, o pensamento, bem como a própria forma de processar e exprimir as emoções (*idem, ibidem*).

No desenvolvimento é todo o corpo, com a sua estrutura anatomofisiológica, que se modifica ao longo da vida, numa relação de trocas permanentes com as várias dimensões do meio natural e sociocultural. A dinâmica entre o organismo e o meio é

uma realidade, na medida em que o ser humano constitui uma unidade biopsicossocial. Assim, as potencialidades inerentes ao património genético de cada ser humano reclamam por um meio favorável para se puderem desenvolver e exprimir. Por outro lado, é impossível realizar determinados tipos de aprendizagens sem que haja subjacentes capacidades internas, devidamente amadurecidas.

Erikson foi um dos primeiros autores a estudar o desenvolvimento psicológico humano, ao longo do ciclo de vida da pessoa. A primeira publicação deste autor surgiu em 1950 e teve um impacto muito forte na comunidade científica da época. Na opinião de diferentes autores, a teoria de Erikson constituiu a mais importante perspetiva do desenvolvimento do adulto tendo tido uma influência decisiva em diversas outras teorias que abordam este período de desenvolvimento.

A teoria do desenvolvimento psicossocial de Erikson tem a peculiaridade de apresentar o desenvolvimento psicológico humano como uma sequência cronológica de vários estádios de desenvolvimento, caracterizando cada um desses estádios.

Não obstante, para Erikson, cada estádio de desenvolvimento pessoal caracteriza-se precisamente por determinados aspetos que tanto podem ser afetados de uma forma positiva como negativa. Isto implica que cada estádio seja atravessado por uma crise psicossocial entre uma vertente positiva e uma negativa (Monteiro e Santos, 2003).

Um estádio só é ultrapassado, e só reúne as condições necessárias para a passagem da pessoa ao estádio seguinte, quando se opta por escolher a sua vertente positiva. Apesar de as duas vertentes serem dialeticamente necessárias ao desenvolvimento, na perspetiva *eriksoniana*, para haver progressão para o estádio seguinte, é fundamental que prevaleça a vertente positiva.

Segundo Sprinthall e Sprinthall (1993:162),

*“A crise psicossocial não tem, na teoria de Erikson, uma conotação negativa sendo inerente ao desenvolvimento. A forma como cada pessoa resolve cada crise nuclear, ao longo dos diferentes estádios, irá influenciar a capacidade para resolver, na vida, os conflitos: ajuda a determinar e a promover forças para ser bem-sucedido no estádio seguinte.”*

Um dos contributos mais importantes de Erikson para a história da psicologia consistiu, precisamente, em mobilizar os problemas do crescimento social para o exterior da jurisdição da patologia médica e conseguir, com isso, discuti-los enquanto

fenómenos psicossociais típicos do desenvolvimento humano, integrando-os no processo global de desenvolvimento de uma pessoa saudável.

Segundo Sprinthall e Sprinthall (1993: 147), Erikson “*foi capaz de quebrar com muitas tradições limitadoras da sua época em particular ao mudar o conceito de desenvolvimento de uma ênfase exclusivamente patológica para uma perspectiva que realça os aspetos positivos e produtivos do desenvolvimento*”.

Cada passagem ao estágio seguinte do desenvolvimento implica, previamente, a resolução de uma crise psicossocial, desencadeada por uma mudança radical de perspectiva (Erikson, 1976). É neste sentido que classifica os vários estádios que se estendem ao longo do ciclo de vida de uma pessoa. Cada estágio é marcado por crises psicossociais que envolvem a necessidade de optar por traços opostos ou antagónicos.

De acordo com o mesmo autor, o termo crise é utilizado, não para acentuar um acontecimento de natureza dramática, “*mas para designar um ponto decisivo e necessário, um momento crucial, quando o desenvolvimento tem de optar por uma ou por outra direção, escolher entre este ou aquele rumo, mobilizando recursos de crescimento, recuperação e nova diferenciação*”. Neste sentido, o indivíduo desenvolve-se através de experiências ligadas às modalidades de resolução de crises.

Segundo Monteiro e Santos (2003: 35), “*Erikson perspectiva oito idades no desenvolvimento do ciclo de vida, desde o nascimento até à morte. No processo de desenvolvimento tem em conta aspetos biológicos, individuais e sociais*”.

As oito idades ou estádios de desenvolvimento propostos por Erikson são as seguintes: A primeira idade, compreendida entre os 0 e os 18 meses, que se traduz pelo conflito normativo da confiança versus desconfiança; A segunda idade, localizada entre os 18 meses e os 3 anos, caracterizada pelo conflito entre a autonomia e a dúvida; A terceira idade, circunscrita entre os 3 e os 6 anos, na qual o conflito opõe a iniciativa à culpa; A quarta idade, compreendida entre os 6 e os 12 anos, traduz um conflito entre a indústria e a mestria, por um lado e a inferioridade, por outro; A quinta idade, delimitada entre os 12 e os 18/20 anos, na qual a identidade se sobrepõe à confusão e vice-versa; A sexta idade, compreendida entre os 18/20 anos e os 30 anos, na qual o conflito se estabelece entre a intimidade e o isolamento; A sétima idade, localizada entre os 30 anos e os 60 anos, é caracterizada por um conflito entre a generatividade e a estagnação; Por fim, a oitava idade, que decorre a partir dos 65 anos, opõe a integridade ao desespero (Monteiro e Santos, 2003).

Na primeira idade, a criança vai aprender o significado de ter ou não confiança, que está, nesta fase, muito relacionada com a qualidade da interação com a mãe. Se a criança não se sentir segura e confiante, em função da mãe não responder às suas necessidades, pode desenvolver medos, receios e, sobretudo, sentimentos de desconfiança que perturbarão a sua passagem ao estágio de desenvolvimento seguinte e poderão implicar prejuízos nos relacionamentos futuros, bem como nos modos como os indivíduos vivenciam os seus contextos de vida. Segundo Erikson (1976: 229),

*“as mães criam nos filhos um sentimento de confiança através daquele tipo de tratamento que na sua qualidade combina o cuidado sensível das necessidades individuais da criança e um firme sentido de fidedignidade pessoal dentro do arcaboço do estilo de vida da sua cultura. Isso cria na criança a base para um sentimento de identidade que mais tarde combinará um sentimento de ser aceitável, de ser ela mesma, e de se converter no que os demais confiam que chegará a ser”.*

No segundo estágio de desenvolvimento psicossocial prevalece a contradição entre a autonomia, isto é, o exercício livre de uma vontade própria e o controlo sobre o meio ou então o seu reverso negativo constituído pela dúvida e pela vergonha, facilmente emergentes pelo facto da criança ainda ter de se expor demasiado aos outros e sentir-se ainda muito dependente. Segundo Santrok (1996: 48),

*“depois de ter conquistado confiança naqueles que as tratam, as crianças começam a descobrir que têm vontade própria. Afirmam o seu sentido de autonomia ou independência. Realizam a sua vontade. Se as crianças são demasiado reprimidas ou castigadas severamente é provável que desenvolvam um sentimento de dúvida ou vergonha”.*

Na terceira idade, retoma-se a problemática da fase anterior, embora de forma mais amadurecida, mais determinada e mais diretiva (Monteiro e Santos, 2003). A criança, que já ultrapassou com sucesso o estágio anterior e que, por isso, exprime-se à vontade, tanto física como verbalmente, desenvolve atividades diversificadas, que acentuam a sua identidade e a sua capacidade de iniciativa. A superação da crise vivida neste estágio passará, por conseguinte pela autenticidade de tomar iniciativas sem receio de vir a sentir culpa.

Na quarta idade, Erikson opta por utilizar o termo indústria, para se referir ao sentido de produtividade, de mestria, do desenvolvimento de capacidades e competências, sejam elas intelectuais, sociais, físicas, usualmente adquiridas num

contexto escolar (Monteiro e Santos, 2003). A partir de estudos antropológicos, conclui que nesta fase fazem-se aprendizagens sociais importantes.

É na quarta idade que se dá o ingresso da criança na escola, o que lhe vai permitir assimilar uma quantidade infindável de experiências novas e estruturantes. A escola terá a função não só de ajudar a criança a desenvolver competências intelectuais, através da aprendizagem da escrita, da leitura e do cálculo, mas também de ensinar as normas sociais prevalentes, bem como o modo como se processam as relações interpessoais.

A vertente negativa da quarta idade surge quando se acopla na criança o sentimento de inferioridade e de inadequação decorrentes de não se sentir suficientemente confiante nas suas próprias capacidades ou de não se sentir reconhecida nem segura do seu papel no grupo social a que pertence. O sentimento de inferioridade pode conduzir a bloqueios cognitivos e a atitudes regressivas (Monteiro e Santos, 2003).

A quinta idade corresponde à adolescência. Para ser ultrapassada com sucesso, o jovem deve adquirir uma identidade psicossocial, isto é, conhecer-se a si próprio a fim de aceitar a sua singularidade e compreender o seu papel no mundo. O adolescente sentirá, neste estágio, a necessidade de se integrar numa perspetiva histórica da sua existência, mobilizando elementos identitários adquiridos nos estádios anteriores.

É na quinta idade que se exploram e aprofundam novas capacidades cognitivas e se experimentam diversos estatutos e papéis sociais. O versus negativo deste estágio surge quando o jovem é assolado por sentimentos de confusão e difusão, por não se ter encontrado ainda a si próprio, por não saber o que quer, ou por ter dificuldades em fazer opções.

A resolução bem-sucedida da crise psicossocial vivenciada na adolescência, além de possibilitar ao indivíduo munir-se de uma identidade própria e diferenciadora, permite-lhe granjear fidelidade aos seus investimentos, aos compromissos e aos ideais (Monteiro e Santos, 2003).

Na sexta idade, os indivíduos encararam a tarefa desenvolvimental de construir relações com os outros numa comunicação profunda expressa no amor e nas relações de amizade. Corresponde, por conseguinte, à fase em que o jovem adulto, já com uma identidade plenamente assumida, poderá criar, em profundidade e com autenticidade, relações de intimidade com os outros.

Segundo Erikson (1976: 242-243),

*“o jovem adulto, que emerge da busca e persistência numa identidade, anseia e dispõe-se a fundir a sua identidade com a dos outros. Está preparado para a intimidade, isto é, a capacidade de se confiar a filiações e associações concretas e de desenvolver a força ética necessária para ser fiel a essas ligações, mesmo que elas imponham sacrifícios e compromissos significativos”.*

A vertente negativa que decorrerá deste estágio é o isolamento, que atingirá quem não conseguir partilhar afetos com intimidade nas relações privilegiadas.

Na sétima idade, ocorre, na sua vertente positiva, a generatividade, isto é, a capacidade de afirmação pessoal e de desenvolvimento das potencialidades do ego, nomeadamente no mundo do trabalho, da família e da sociedade. É nesta idade que prevalece o interesse pelos outros e por uma vida social, o que possibilita à pessoa sentir-se suficientemente apta para transmitir mensagens às gerações seguintes. Neste sentido, o desejo de ter filhos, caracteriza frequentemente o modo como o indivíduo se relaciona com o mundo e como afirma o seu sentimento de comprometimento social. A vertente negativa decorrerá da centralização em interesses próprios e muitas vezes supérfluos e no empobrecimento das relações interpessoais, originando a estagnação.

Por fim, a oitava idade proposta por Erikson, decorre a partir dos 65 anos, e tem como finalidade compreender o aspeto positivo do percurso de vida pessoal, compreendendo a integração da existência ao longo das diferentes idades. Segundo Erikson (1976: 247), *“embora ciente da relatividade de diversos estilos de vida que deram significado ao esforço humano, o possuidor da integridade está preparado para defender a dignidade do seu próprio estilo de vida contra todas as ameaças físicas e económicas”.* O desespero perfilar-se-á como a vertente negativa e resultará de uma renegação da vida, quando se sabe que já não se pode recomeçar uma nova existência. Para Santrok (1996: 48), *“os indivíduos olham para trás e avaliam o que fizeram com as suas vidas. Os olhares retrospectivos tanto podem ser positivos (integridade) como negativos (desespero)”.*

Uma das grandes virtudes adquiridas na oitava idade será a sabedoria de quem se entende num balanço de vida que perspetiva como positivo, não se importando com as renúncias transatas (Monteiro e Santos, 2003).

Importa, contudo, realçar que o contributo da psicologia para o estudo do desenvolvimento humano não se restringiu aos estudos de Erikson, por mais influentes que estes se viessem a revelar.

Levinson, citado por Marchand (2005), ao contrário de Erikson cujos estudos abordaram a totalidade do ciclo de vida do ser humano, focou-se sobretudo no estudo sobre o homem adulto, incluindo o homem idoso. Baseado nas pesquisas e entrevistas a uma amostra de 40 indivíduos durante 2 anos, o autor inspirou-se na semelhança de padrões de vida de cada homem estudado. Segundo Fonseca (2004), Levinson definiu três épocas no ciclo de vida do homem adulto: “*uma idade adulta inicial*”, dos 40-45 aos 60-65 anos, e uma “*idade adulta tardia*” dos 60-65 anos em diante. A última fase corresponde a uma reordenação das escolhas da vida, dando-se mais atenção à família e às relações profissionais, procurando uma vida claramente mais defensiva.

Levinson, citado por Marchand (2005), propõe, por assim dizer, uma alternância entre períodos de “*construção de estruturas*” e períodos de “*mudança de estruturas*” (Fonseca, 2004). O período de “*construção de estruturas*” consiste na relação entre o *self* (desejos, valores, comprometimento, energia e habilidade) e o mundo e tem como objetivo primordial suscitar novos objetivos à vida pessoal dentro dessa estrutura. O período de “*mudança de estruturas*” de vida constitui-se entre a personalidade e a estrutura social. Enquanto decorrer este período, os indivíduos exploram as possibilidades de mudanças em si mesmos e no mundo, preveem em termos de vantagens e desvantagens, sucesso e fracassos, recompensas e privações. Levinson define claramente cada período, em termos de desafios e de oportunidades que lhe são inerentes, acentuando a importância das transições na adaptação do indivíduo às possibilidades e às exigências de uma nova estrutura de vida (*idem*).

### **4.3 – Conceito do Envelhecimento Ativo**

O envelhecimento é um processo irreversível e inevitável, que implica uma regressão das capacidades físicas, cognitivas, psicológicas e sociais do ser humano. Apesar de fazer parte da evolução natural do ciclo de vida da pessoa, afeta negativamente a funcionalidade bio-psico-social e cultural dos idosos, e neste sentido, poderá implicar limitações na sua qualidade de vida (Carbonell *et al*, 2009).

Nos anos 90 foi adotado pela organização mundial de saúde o conceito de “*Envelhecimento Ativo*”. Este conceito visa incluir as questões do envelhecimento na

esfera social, realçando a importância de adotar uma perspectiva de envelhecimento saudável.

O envelhecimento ativo deverá representar uma oportunidade de saúde, participação e segurança, tendo como meta a melhoria de qualidade de vida do idoso, na medida em que as pessoas envelhecem como membros de uma sociedade. O envelhecimento ativo pressupõe, nesse sentido, que os idosos participem na sociedade, de acordo com as suas necessidades.

Para a World Health Organization (2002:12), “*o processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança visa melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas envelhecem*”.

Envelhecer ativamente, mesmo depois da reforma, significa, sobretudo, excluir e combater o sentimento de se ser inútil. Ainda que os indivíduos sejam reformados por doença ou vivam com alguma necessidade especial, juntamente com os seus familiares, companheiros, comunidades e países, ampliam os seus horizontes e incrementam o seu bem-estar físico, mental e social.

O processo de envelhecimento ativo envolve, por conseguinte, a participação dos amigos, vizinhos, familiares e colegas de trabalho. Neste sentido, o envelhecimento ativo implica a consciencialização de que as crianças de ontem são os adultos de hoje e os avós de amanhã. A própria sociedade deve encarar esta etapa da vida de forma consciente, proporcionando qualidade de vida ao idoso, e promovendo uma velhice não só isenta de riscos, mas também plena de oportunidades.

O envelhecimento ativo pressupõe que o indivíduo esteja plenamente inserido numa comunidade que lhe proporcione qualidade de vida e na qual possa adotar um estilo de vida saudável. Isto significa uma comunidade com acesso facilitado aos cuidados de saúde, promotora de um estilo de vida adequado à terceira idade, onde se cultive o exercício físico regular, a alimentação adequada às necessidades específicas da terceira idade e uma monitorização regular da saúde.

Neste contexto, assume uma grande importância o ambiente físico envolvente: os ambientes de convívios, a proximidade com os vizinhos, amigos ou familiares. De forma a facilitar a integração do indivíduo na sociedade, evitando o isolamento e mantendo uma saúde mental, física e psicológica, para que não surja um estado de stress e ansiedade.

O reconhecimento das influências existentes entre os determinantes da saúde e da capacidade funcional e a sua importância no envelhecer ativo, assim como a expansão dos recursos que permitem fazer face às limitações que causam disfuncionalidade, permite uma abordagem classificativa mais fina e individualizada, conducente a maior capacidade de intervenção preventiva e reabilitadora. (Botelho, 2000).

Neste sentido, e confirmando a importância do estado físico e social dos indivíduos, a Comissão Europeia definiu uma estratégia política e, pensando na saúde e na qualidade de vida da população idosa, elaborou um livro Branco com o título “*Junto para a saúde: uma abordagem estratégica para a UE (2008-2013)*”.

Com a finalidade de destacar o envelhecimento da população idosa, tendo em conta a promoção de um envelhecimento saudável, o referido documento pretende promover, nos países europeus, as condições de vida, as necessidades com os cuidados sociais da saúde, realçando a importância da prevenção de algumas doenças, a importância do exercício físico, dos riscos ambientais, acidentes rodoviários e acidentes domésticos, pretendendo contribuir para a manutenção de uma população saudável ao longo de todo o seu ciclo de vida.

Na segunda metade do século XX, após a segunda guerra mundial, existiu nos países europeus, uma política de envelhecimento que levou à criação das reformas, sendo esta uma conquista para civilização. No entanto, esta nova etapa da vida pode também representar um afastamento da vida social e a desintegração social dos indivíduos com idades a partir dos 65 anos, idade da reforma. Esta situação pode ocorrer também em casos de desemprego de longa duração, nomeadamente a partir dos 50 anos, quando se agrava a tendência para a exclusão de emprego. Todas estas circunstâncias dependem sempre das oportunidades que são oferecidas aos indivíduos de uma determinada sociedade, bem como da forma pela qual se organizam os seus percursos de vida.

Envelhecer ativamente é participar na sociedade em geral e partilhar os seus conhecimentos, mantendo a ligação com a comunidade em que se insere. Segundo Botelho e Fernandes, “*o envelhecimento ativo deve assentar em três pilares essenciais: (i) saúde, (ii) participação e (iii) segurança (World Health Organization, 2002).*” A definição em causa preconiza uma série de orientações para o envelhecimento ativo:

- Prevenir e reduzir o peso das doenças crónicas;

- Promover políticas de equidade no que respeita às condições económicas;
- Proporcionar ambientes seguros e adequados ao envelhecimento;
- Desenvolver serviços sociais e de saúde acessíveis, de baixo custo e alta qualidade adequados às necessidades das pessoas que envelhecem;
- Apoiar os cuidadores informais através de iniciativas como hospitais de dias, pensões e subsídios financeiros e cuidados especiais ao domicílio;
- Garantir a todos, de forma justa e equitativa, o acesso aos cuidados de saúde e sociais;
- Proporcionar políticas, programas e serviços que capacitem as pessoas a permanecer em casa durante a velhice;
- Fornecer educação e formação para cuidadores;
- Proporcionar educação e oportunidade de aprendizagem ao longo da vida;
- Proporcionar a participação ativa das pessoas idosas no processo económico, trabalho formal e informal e atividades voluntárias;
- Reduzir as desigualdades nos direitos à segurança e nas necessidades das mulheres mais velhas.

A participação ativa dos idosos na sociedade permite um melhor conhecimento dos valores da cidadania e das experiências individuais, promovendo igualdade e não discriminando por idade e por género o acesso ao emprego e à formação, tal como refere a Organização das Nações Unidas na sua segunda Assembleia Mundial sobre o Envelhecimento,

*“(...)a participação na vida social, económica e política, a par do acesso a oportunidades de emprego, com horários e condições de trabalho adequadas, proteção adequada das pessoas idosas mais pobres, no respeito pela sua dignidade e integridade, proteção contra as formas de exploração de que podem ser alvo, assegurando o respeito pelos seus direitos fundamentais” (World Health Organization, 2002).*

Em suma, o envelhecimento ativo é envelhecer com um projeto de vida, ter uma velhice autónoma e, sobretudo, fazer parte de uma sociedade, na qual os idosos possam ocupar os seus tempos livres com atividades de aprendizagem, de lazer e culturais, valorizando as suas capacidades integrando-se no meio em que vivem, procurando qualidade de vida. As universidades séniores, constituem, neste sentido, uma resposta social interessante aos desafios colocados pelo envelhecimento ativo.

#### **4.4 – Influências socioculturais e educacionais no envelhecimento ativo**

O conceito de envelhecimento ativo, preconizado pela Organização Mundial da Saúde e defendido na II Assembleia Mundial sobre o Envelhecimento, depende de uma variedade de determinantes, que envolvem indivíduos, famílias e nações.

A cultura é um fator determinante transversal dentro da estrutura para compreender o envelhecimento ativo. Esta abrange todas as pessoas e populações, modela a nossa forma de envelhecer, pois influencia todos os outros fatores determinantes do envelhecimento ativo. Os valores culturais e as tradições determinam muito como uma sociedade encara as pessoas idosas e o processo de envelhecimento.

Segundo a Organização Mundial de Saúde quando as sociedades atribuem sintomas de doença ao processo de envelhecimento, elas têm menor probabilidade de oferecer serviços de prevenção, deteção precoce e tratamento apropriado. É necessário desmistificar estereótipos ultrapassados e informações erróneas. Além disto, há valores universais essenciais que transcendem a cultura, tais como a ética e os direitos humanos.

A adoção de estilos de vida saudáveis e a participação ativa no cuidado da própria saúde são importantes em todos os estágios da vida. Um dos mitos do envelhecimento é, que é tarde demais para se adotar esses estilos nos últimos anos de vida. Pelo contrário, o envolvimento em atividades físicas adequadas, alimentação saudável, a abstinência do fumo e do álcool, e o uso correto de medicamentos, podem prevenir doenças e o declínio funcional, aumentar a longevidade e a qualidade de vida do indivíduo. A participação regular e moderada em atividades físicas além de retardar declínios funcionais, diminui o aparecimento de doenças crónicas em idosos saudáveis ou doentes crónicos.

Uma vida ativa melhora a saúde mental e frequentemente promove contatos sociais. A atividade pode ajudar pessoas idosas a tornarem-se independentes por um período de tempo mais longo. Além do mais os custos médicos são significativamente menores para as pessoas idosas ativas. Assim sendo há importantes benefícios económicos quando os idosos são fisicamente ativos. Desta forma, merece consideração, a existência cada vez maior de políticas e programas que estimulam as pessoas inativas a tornarem-se ativas à medida que envelhecem, e garantir oportunidade para tal.

## 4.5 – Tipos de Envelhecimento: do envelhecimento bem-sucedido ao balanço entre os ganhos e as perdas

O envelhecimento saudável tem como objetivo proporcionar qualidade de vida a uma pessoa idosa. O facto de esta estar bem de saúde e manter as suas capacidades físicas e mentais permite ao idoso continuar a traçar e alcançar objetivos. Assim, o envelhecimento saudável, ao contribuir para que o idoso usufrua de um estilo de vida saudável, vai influir positivamente a sua saúde.

Baltes e Baltes (1990) referem a importância do envelhecimento saudável, defendendo que o uso da expressão envelhecimento bem-sucedido obriga a uma reanálise da natureza da velhice e da imagem que fazemos habitualmente dela. Os autores avançam com uma teoria sobre o envelhecimento bem sucedido e enunciam um padrão de estratégias potencialmente favoráveis para preservar um estilo de vida saudável, para a manutenção de uma visão otimista da vida, para a prevenção da atribuição de determinadas perdas de capacidades a fatores externos, proporcionando, pelo contrário, intensidade ao processo de envelhecimento.

Baltes e Baltes (1990) consideram que os idosos devem procurar escolher ou criar ambientes sociáveis para incrementarem um estilo de vida saudável, devendo realizar alguma atividade coletiva para o seu desenvolvimento cognitivo e social, sendo necessário adotar soluções individuais e sociais. Com as estratégias propostas é mais fácil envelhecer com êxito, encontrando um caminho onde cada indivíduo consiga gerir suas perdas e ganhos, lidando bem com a tendência para o aumento da longevidade.

No entanto, os autores consideram que, apesar de todas as estratégias positivas, existem sempre perdas no processo de envelhecimento: *“por definição, o desenvolvimento ao longo do ciclo de vida e o envelhecimento não podem ser apenas um ‘jogo para ganhar’.* Em termos de critérios absolutos de capacidade funcional, é inevitável que ocorram perdas” (Baltes e Baltes, 1990: 20). As justificações apontadas pelos autores para estas perdas assentam num incremento de patologias associadas ao avançar da idade e na progressiva redução da capacidade adaptativa do indivíduo.

Um estudo feito por Heckhausen, Dixon e Baltes (1989) com cerca de 100 indivíduos alemães (homens e mulheres), com idades compreendidas entre os 20 e os 85 anos procurou verificar qual a relação entre crenças e comportamentos acerca do envelhecimento. Os indivíduos foram questionados acerca das mudanças de natureza

física e psicológica e se tinham capacidade para as aceitar. O estudo acabou por revelar que as perdas vão ganhando terreno, progressivamente, em relação aos ganhos. As pessoas têm, inclusive, consciência que a velhice tem mais perdas que ganhos.

Há algumas estratégias que podem favorecer o envelhecimento saudável, por exemplo, o recurso ao modelo SOC (Seleção/ Otimização/ Compensação), desenvolvido por Heckhausen, Dixon e Baltes (1989) e tendo como base o estudo anteriormente mencionado. As estratégias em questão procuram abrir caminhos mais adequados para o bem-estar através de um envelhecimento melhor de tipo médico, tecnológico, comunitário e de política social, que ajuda os indivíduos a maximizar os ganhos e minimizar as perdas.

Nesse sentido, Freund e Baltes (1998) procuraram encontrar evidências empíricas capazes de comprovar a hipótese central do modelo SOC, segundo a qual mecanismos de “*seleção-otimização-compensação*” contribuem para alcançar um sentimento de bem-estar e um envelhecimento bem-sucedido.

#### **4.6- Envelhecimento populacional: alguns dados estatísticos**

Podendo o envelhecimento ser encarado sob múltiplos olhares, não poderíamos deixar de analisá-lo também, do ponto de vista demográfico.

De um regime demográfico caracterizado por elevadas taxas de natalidade e mortalidade (esperança média de vida reduzida e população jovem), as sociedades ocidentais passaram, progressivamente a um novo regime demográfico, no qual o peso da população idosa é cada vez mais importante (em termos absolutos e relativos).

O envelhecimento demográfico tem vindo a aumentar em todo o mundo, nomeadamente em Portugal. Segundo Oliveira (2008), em 1950 existiam cerca de 200 milhões de seres humanos com idade superior a 60 anos. No entanto, no ano 2000, estes já seriam quase 600 milhões, prevendo-se mil milhões em 2010. Lima (2004) refere que, se em 1920 a esperança de vida à nascença era de 35,8 para os homens e de 40 para as mulheres, no ano 2000, estes valores subiram para 72,7 e 79,7 respectivamente. Os progressos científicos ligados à medicina, a melhoria nos cuidados de higiene e nutrição, a urbanização, são factores que contribuem para que se viva durante mais tempo.

Mas, quando falamos de envelhecimento demográfico, não se pode ter apenas em conta, o aumento do número de idosos. Em demografia são considerados dois tipos de envelhecimento: “*o envelhecimento na base*” da pirâmide de idades e que ocorre quando o número de jovens começa a diminuir e “*o envelhecimento no topo*”, que ocorre quando aumenta o peso das pessoas de idade avançada. Os dois tipos de envelhecimento estão relacionados, uma vez que se ocorre a diminuição do número de jovens, os outros grupos etários aumentam progressivamente a sua importância (Nazareth, 2009).

Neste sentido, fala-se de um fenómeno de duplo envelhecimento. A uma drástica redução na natalidade (envelhecimento na base) junta-se um aumento da esperança média de vida (envelhecimento no topo), “*transformando-se o topo (velhice) em base (até agora ocupada pela infância e juventude)*” (Oliveira, 2008: 15). O equilíbrio entre os grupos etários modificou-se, exigindo das sociedades novas respostas para a dinâmica populacional.

Mais surpreendente é ainda verificar, que o fenómeno do envelhecimento é mundial: não se confina aos países ocidentais, mas abrange igualmente países designados como em vias de desenvolvimento, como é o caso do Brasil. Mesmo “os países mais populosos da Terra, a China e a Índia, com o controlo drástico da natalidade, particularmente na primeira, as gerações novas estão a diminuir a olhos vistos” (Oliveira, 2008: 18).

O número de pessoas com 80 ou mais anos será, notoriamente o que mais aumentará, pois espera-se que triplique entre 2008 e 2060, passando de 21,8 milhões de pessoas 61,4 milhões de pessoas.

Segundo a mesma fonte, em 2008, na Europa dos vinte e sete, existiam quatro pessoas em idade activa (15-64 anos de idade) por cada pessoa com 65 ou mais anos. Em 2060, o rácio será de dois para um, o que aponta, claramente, para a necessidade de se perspectivar uma outra organização social.

Em Portugal, considerando anos bastante recentes, verificou-se que de 2007 para 2008, a população de jovens (com menos de 15 anos de idade) estabilizou, enquanto a de idosos (com 65 ou mais anos) aumentou de 17,4% para 17,6% no mesmo período de tempo. O peso relativo da população em idade activa (dos 15 aos 64 anos de idade) também diminuiu de 67,2% para 67,1%. Manteve-se assim a tendência de um duplo envelhecimento da população residente em Portugal, para o que tem contribuído a descida da natalidade a par do aumento da longevidade.

No nosso país e segundo o Instituto Nacional de Estatística, “*manter-se-á a tendência de envelhecimento demográfico, projectando-se que em 2060 residam no território nacional cerca de 3 idosos por cada jovem*” (INE, Março, 2009: 1). Ou seja, tendo em conta a cenária central (aquele que conjuga um conjunto de hipóteses consideradas como mais previsíveis, mantendo-se as circunstâncias actuais), em 2060 residirão em Portugal 271 idosos por cada 100 jovens, o que corresponde a mais do dobro do valor projectado para 2009 (116 idosos por cada 100 jovens) (INE, Março, 2009). A leitura mais imediata diz-nos que as pessoas em idade ativa terão de produzir mais, para efetivamente poderem dar resposta a este acréscimo de indivíduos, que usualmente são considerados como não produtivos.

Tendo em conta as alterações demográficas que temos vindo a referir, Nazareth (2009:15) considera que se desenvolveu na opinião pública a ideia de que o envelhecimento demográfico “*é uma espécie de nova calamidade que apareceu de um momento para o outro*”. No entanto, estamos a falar de um fenómeno que se iniciou nos anos sessenta do século XX, se desenvolveu de forma inicialmente lenta, para depois se acentuar e acarretar desequilíbrios entre os grupos etários.

Em síntese, o que podemos afirmar é que, o envelhecimento, com tudo o que tem de novidade, apresenta-se como um desafio cada vez maior para as sociedades ocidentais, exigindo novas respostas para as questões que suscita e, sobretudo, um novo olhar para a problemática do idoso. Este novo olhar tem, necessariamente, que ir além do ângulo de visão demográfico, no sentido de compreendermos o envelhecimento com todas as suas nuances e contornos.

Nazareth (2009:174) questiona: “*o que significa, na realidade, ser velho em pleno século XXI? Ter mais de 65 anos?*”. Este autor critica aquilo que chama “*produção de velhos*” com mais de 65 anos, sublinhando que se trata de uma divisão arbitrária e pouco condizente com a realidade. Segundo o mesmo, é urgente uma profunda mudança nas mentalidades e antevê que a problemática dos idosos passe pela extinção do conceito de terceira idade. Sem dúvida que esta proposta de mudança passa por contestar a visão negativa prevalecente acerca do envelhecimento e por, em alternativa, acentuar as enormes potencialidades das pessoas mais velhas.

## 4.7 – Caracterização da região Alentejo

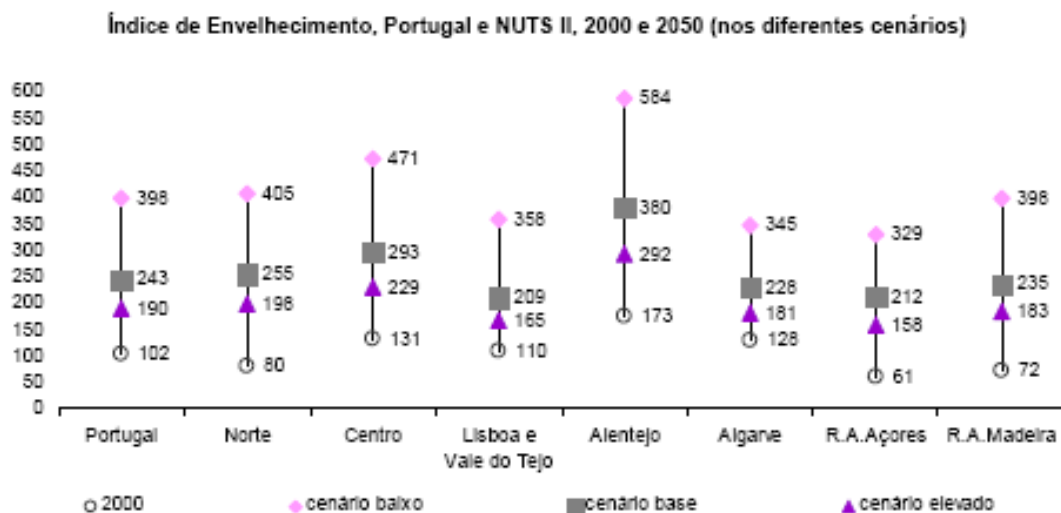
O envelhecimento da população ocorre em todas as regiões do país. No entanto, a região do Alentejo apresenta os índices mais elevados. Esta região confronta-se ainda com a perda de população (ativa e não-ativa) durante os próximos anos. As estimativas do INE avançam que o Alentejo será a região mais castigada pelo envelhecimento e desertificação:

*“De acordo com o cenário mais pessimista (cenário baixo), que tem por base um decréscimo dos níveis de fecundidade até 2050, para valores que rondarão as 1,3 crianças por mulher, associado à hipótese dos saldos migratórios serem nulos e a um aumento da esperança média de vida à nascença, para o mesmo horizonte temporal, atingindo os 79 anos para os homens e 85 anos para as mulheres, Portugal perderá mais de um quarto da sua atual população (-27%), entre 2000 e 2050. Esta redução ocorrerá em todas as regiões, com uma taxa de variação percentual mais acentuada no Alentejo (-46%), e a menos acentuada nos Açores (-9%)” (INE, 2004).*

O Instituto Nacional de Estatística apresenta três cenários possíveis para a projeção do decréscimo e envelhecimento da população até ao ano 2050. O cenário mais pessimista coincide com a região do Alentejo, que apresenta taxas de decréscimo e envelhecimento da população mais elevadas. No cenário base, correspondente ao mais provável traduz, em decréscimo de população, sendo o Algarve, Açores e Lisboa e Vale do Tejo as exceções, registando taxas de crescimento entre os 26% e 4%. No cenário mais otimista apontado pelo INE, regista-se ainda um decréscimo da população total em Portugal, no entanto este não é transversal a todas as regiões. Ao Algarve, Açores e Lisboa e Vale do Tejo junta-se a Madeira a registar taxas de crescimento da população (*idem*).

Ainda assim, seja qual for o cenário escolhido para uma análise a longo prazo, certo é que o Alentejo regista, em todos eles, taxas de decréscimo e envelhecimento da população muito altas:

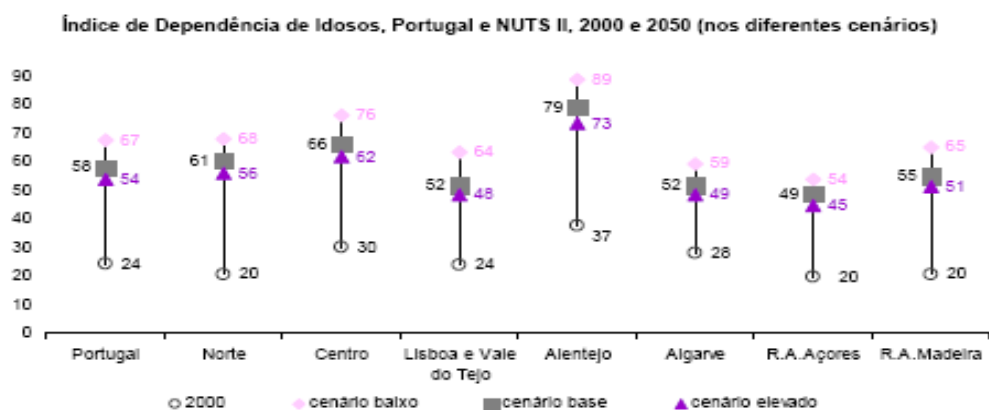
*“Em 2000, o Índice de Envelhecimento (IE) da população, traduzido no número de idosos por cada 100 jovens, era de 102 para Portugal, valor que nas regiões variou entre os 61 nos Açores e os 173 no Alentejo. Até 2050 a população de todas as regiões, qualquer que seja o cenário escolhido, envelhecerá, podendo mesmo o IE situar-se nos 398 idosos por cada 100 jovens em 2050 no cenário mais pessimista, quase quadruplicando assim o valor deste indicador no decorrer dos 50 anos em projeção. No cenário base, o valor aumenta para 243 idosos por cada 100 jovens, enquanto no cenário mais otimista a projeção é inferior (190)” (idem).*



Fonte: INE, 2004

Perante os dados das projeções para 2050 apresentados pelo Instituto Nacional de Estatística e num contexto de uma população cada vez mais envelhecida, convém ter em conta o Índice de Dependência de Idosos, também analisado pelo INE. Este medidor apresenta uma relação entre o número de idosos por cada 100 indivíduos em idade ativa e revela que

*“Em Portugal, no horizonte temporal 2050, o número de idosos por cada 100 indivíduos em idade ativa poderá oscilar entre 54 a 67 idosos, valor em muito superior aos 24 verificados para o ano 2000. A nível regional, os valores deste indicador poderão oscilar entre os 45 (Açores, no cenário elevado) e os 89 (Alentejo, no cenário baixo). Manter-se-á o Alentejo como a região com o maior número e os Açores com o menor número de idosos por 100 indivíduos em idade ativa” (INE, 2004).*



Fonte: INE, 2004

O envelhecimento da população, a par do decréscimo de efetivos em grande número como se verifica na região do Alentejo, traduz-se em determinadas problemáticas sociais associadas à velhice e à forma como a sociedade e o próprio indivíduo lidam com o avançar da idade. Neste sentido, além de verificar dados estatísticos que permitem identificar as tendências demográficas da sociedade portuguesa e equacionar os vários ciclos de vida e as formas de envelhecer ativamente, é necessário ter em conta o bem-estar subjetivo destas populações idosas.

## Parte II

### 2.1 - Universidades Séniores

Não é consensual a terminologia usada neste contexto, existindo alguma discussão acerca de qual será a designação mais adequada, “*Universidade*”, “*Academia*” ou “*Associação*”, bem como “*Terceira Idade*” ou “*Sénior*”. Em Portugal as designações utilizadas são diversas.

Segundo dados da Rede de Universidades da Terceira Idade (RUTIS), em Julho de 2008, existiam em Portugal dezasseis *universidades da terceira idade*, cinquenta e quatro *universidades seniores*, catorze *associações séniores* e ainda dezoito instituições que optaram por uma designação diferente, totalizando cento e duas instituições.

O movimento das universidades de terceira idade teve início em França, em 1973, na Universidade de Toulouse, através do professor Pierre Vellas, tendo como principal objectivo ocupar o tempo livre dos aposentados (Monteiro & Neto, 2008). Sete anos foram suficientes para o aparecimento de cinquenta e duas instituições congéneres em França e nos países de influência francófona.

Cachioni (1999, cit. por Monteiro & Neto, 2008) refere que a criação da primeira universidade sénior, pretendeu ir ao encontro de uma população que dispunha de tempo livre e de condições económicas.

Em Portugal, durante a Primeira República, foram criadas as chamadas universidades populares. Mais recentemente, considera-se que a primeira Universidade da Terceira Idade em Portugal surgiu na década de setenta e o número não mais parou de aumentar, num movimento inicialmente lento, mas que se foi acentuado nos últimos

anos. Para exemplificar, e segundo dados da RUTIS, antes do início da década de oitenta, existiam, apenas quatro universidades seniores. Entre os anos de 1981 e 1985, são fundadas mais duas universidades seniores, sendo a partir de 1996 que a expansão se começa a dar, de forma mais clara. De 2004 a 2008 criam-se quarenta e nove universidades seniores em Portugal.

Do nosso ponto de vista, esta expansão mais acentuada, a partir dos anos noventa, estará relacionada como dois factores principais. Em primeiro lugar, não pode ser desligada das transformações demográficas, já aqui referidas. Em segundo lugar, pensamos que a maior atenção dada à educação ao longo da vida, pode ter tido reflexos no aumento do número deste tipo de universidades. Em Portugal, as universidades seniores trabalham à margem do sistema regular de ensino e mantêm-se fiéis aos princípios da educação não formal. O Ministério da Educação permite que utilizem o termo “*Universidade*”, desde que não certifiquem os alunos.

Foi o engenheiro civil Herberto Miranda o responsável pela criação da primeira Universidade da Terceira Idade, em Portugal (Veloso, 2002). O facto de ter exercido a sua actividade profissional em África, terá tido influência na criação deste projeto, designadamente, devido ao papel dos idosos e ao estatuto social que estes mantinham nas sociedades africanas. Era uma imagem de prestígio, que Miranda pensou ser importante, desenvolver em Portugal.

A sua passagem por Paris, onde travou conhecimento com Vellas, terá sido essencial para a génese do projeto. Nas palavras do próprio Miranda, “*em face de tal movimento e observando o meu bairro, não podia ficar quedo*” (1998: 6. cit. por Veloso, 2002: 276).

Num seminário realizado em 1978, que teve o objetivo de discutir e de refletir sobre os objetivos da primeira universidade da terceira idade em Portugal, Miranda referiu que se trata de “*uma universidade de valorização cultural e coordenadora de conhecimentos – e não um centro de assistência social*” (1988: 153. cit. por Veloso, 2002. 274). Vellas foi um dos oradores deste seminário e defendeu o retardamento do envelhecimento como um argumento importante na defesa das universidades da terceira idade (Veloso, 2002).

As universidades seniores, para além da ocupação dos tempos livres dos idosos, com atividades culturais e educativas, apresentam diversas vantagens: permitem a integração na sociedade da população sénior, fomentam a aprendizagem ao longo da

vida, permitem a transmissão e aquisição de conhecimentos, o desenvolvimento de atividades desportivas e favorecem a auto-estima dos seniores. Podem ser também uma estratégia para reforçar competências sociais e favorecer as relações inter-geracionais.

Nestas universidades, há a preocupação de realizar aprendizagens, mas o convívio e a diversão constituem-se também em objetivos, no sentido de contribuir para a valorização da cultura e melhoria da qualidade de vida dos adultos de idade mais avançada. Estas instituições permitem, ainda, que os idosos se mantenham ativos, ao participarem em atividades educativas, surgindo como uma importante alavanca para o bem-estar e para a velhice saudável e bem sucedida.

Relativamente à oferta, pode dizer-se que, entre as diversas possibilidades existentes, os seniores podem escolher cursos livres, sobretudo na área das humanidades, da sociologia, das línguas estrangeiras, da informática, da leitura e escrita criativas, da saúde e das artes. De um modo geral, dispõem também de atividades como ginástica, natação, teatro, canto coral, música e trabalhos manuais ou labores. As viagens de estudo no país ou no estrangeiro constituem igualmente objeto de possível oferta. Ao nível dos alunos, é comum a diversidade de níveis de escolaridade, havendo desde licenciados a indivíduos com a antiga 4<sup>a</sup> classe (Pinto, 2006).

Tendo em conta as perspetivas sobre o desenvolvimento co-extensivo ao ciclo de vida, pensamos que as universidades seniores têm um importante papel a desenvolver. O idoso pode ser educado para progredir cada vez mais na sabedoria, mas também são necessárias as oportunidades, para que os seniores possam ensinar os mais novos!

## **2.2- Universidades Sénior: Objetivos e denominação**

As UTI são um modelo de formação de adultos com grande sucesso a nível mundial que proporcionam aos mais velhos um grande leque de atividades culturais, recreativas, científicas e de aprendizagem. Este enfoque nos seniores justifica-se em grande medida pela demografia. Nos países ocidentais, actualmente, a esperança de vida é mais elevada, as condições económicas têm vindo a melhorar para um número crescente de idosos, os cuidados de saúde estão mais generalizados, do que estavam algumas décadas atrás, assim como o acesso à cultura e à educação. O surgimento das reformas e pensões possibilita igualmente que os seniores se preocupem e se dediquem

a outras causas que não só a sobrevivência. As idades de reforma são antecipadas o que implica que os reformados de hoje sejam mais jovens do que os seus antepassados.

Uma outra mudança, referenciada por Brasseur (1981: 11) e citada por Veloso (2002),

*“é a forma da vivência da reforma/velhice, é o aumento da participação dos reformados/idosos na vida cultural e a necessidade de se sentirem inseridos social e culturalmente; continuarem activos e actualizados em diferentes áreas do conhecimento, o que, por sua vez, vai explicar o sucesso das UTIs e a sua elevada procura social. Esta questão articula-se com outros dois factos das sociedades desenvolvidas que são: o rápido desenvolvimento da tecnologia e do conhecimento e o facto da educação começar a ser, cada vez mais, perspectivada como um processo ao longo da vida, valorizando e envolvendo outros contextos e agentes educativos, ultrapassando a visão limitada e exclusivista de educação como educação escolar e como preparação para o mundo do trabalho.”*

Existe igualmente por parte dos seniores uma procura da construção de laços de socialização diferentes, com a dispersão da grande família, (por deterioração do papel do familiar mais velho, com a deslocação frequente dos filhos e netos para outros locais, com a perda dos laços informais de vizinhança) surgiu a ideia de criar redes sociais alternativas, papel muito bem desempenhado pelas UTIs.

As Universidades da Terceira Idade têm por objetivos principais:

- Incentivar a participação e organização dos seniores, em atividades culturais, de cidadania, de ensino e de lazer.
- Divulgar a história, as ciências, as tradições, a solidariedade, as artes, a tolerância, os locais e os demais fenómenos sócio-culturais entre os seniores.
- Ser um pólo de informação e divulgação de serviços, deveres e direitos dos seniores.
- Desenvolver as relações interpessoais e sociais entre as diversas gerações.
- Fomentar a pesquisa sobre os temas gerontológicos.

Ou

As UTIs têm como objetivos, entre outros: a *“promoção, a valorização e a integração do idoso”*, *“o contacto com a realidade e a dinâmica social local”*, *“a ocupação dos tempos livres”*, e *“evitar o isolamento e a marginalização”* (Veloso, 2002).

Não é pacífica a utilização do termo *“Universidade”* para designar estas organizações, por isso algumas optaram por se auto designar como *“Clubes”*, *“Academias”*, *“Institutos Culturais”* ou *“Associações”*. Internacionalmente utilizam-se

as denominações de UTA (Universités du Troisième Age) ou U3A (Universities of the Third Age), na versão anglo-saxónica, em Espanha o nome mais frequente é “Universidad para Mayores” e no Brasil é Universidade Aberta à Terceira Idade (UnATI).

Em Portugal, apenas a Universidade da Terceira de Idade de Abrantes tem autorização do Ministério da Educação para usar esse nome, (Portaria nº990/2000 de 14 de Outubro),

*“... A utilização do termo “universidade” no caso das UTI, um pouco metaforicamente em meu entender, foi já objecto de uma leitura/atenção particular, se não de uma preocupação, no início dos anos oitenta quando, por legislação datada de 1982, o Ministério da Educação [refere que] permite o uso da denominação “Universidade” desde que as UTI se comprometam a não atribuir nenhum tipo de certificados ou grau académico dos cursos ministrados (DL n.º 252/82 de 28 de Junho).” (Pinto, 2003: 5).*

A denominação “Universidade da Terceira Idade” deveu-se à analogia com o início da história das Universidades, no tempo medieval, em que as aulas eram conferências, procuradas pelos indivíduos interessados. Igualmente, as atuais Universidades da Terceira Idade oferecem através de palestras ou similares, oportunidades de estudo a pessoas idosas, ou acesso ao saber mais avançado.

Se o nome varia, já o processo de “academização” é frequente,

*“De acordo com a nossa investigação, parece haver uma lógica de academização das UTIs, visível nas actividades e no próprio modelo curricular que desenvolvem, assim como um mimetismo em relação à instituição universitária, que se traduz pela própria designação de Universidade da Terceira Idade e pelos rituais académicos.” (Velo, 2003, p. 3).*

Estes rituais incluem a receção ao caloiro, a terminologia aluno/professor, a oração de sapiência, as tunas académicas, as batatas, as férias escolares e a abertura e encerramento dos anos letivos

### **2.3- Universidades Sêniores: Modelos atuais e futuros em alguns países europeus**

Existem quatro modelos de organização das UTI, dos quais destacamos os dois principais: O modelo francês ou continental e o modelo britânico ou inglês. No fim faremos uma referência aos restantes dois.

O modelo francês associa as UTIs às Universidades Tradicionais, enquanto o modelo britânico desenvolveu-se tendo por base as associações auto-organizadas sem fins lucrativos.

O modelo francês, como já vimos, tem por base logística (professores, salas, equipamento, organização) uma Universidade Tradicional; privilegia a pesquisa e investigação e pode criar cursos superiores e de pós-graduação para seniores.

O modelo britânico é mais independente e menos formal que o francês; aproxima mais os alunos e professores, há uma maior participação dos alunos na gestão da UTI; os professores são voluntários e os programas têm uma vertente mais social e recreativa. Este modelo foi exportado para os países de influência britânica, como a Austrália e a Nova Zelândia. Apenas em 1981 é que surgiu a primeira UTI em Inglaterra associada a uma universidade tradicional, neste caso a Cambridge.

Os cursos propriamente ditos podem assumir duas formas. No modelo francês predominam os cursos de média e longa duração, um ou mais anos. No modelo britânico dominam os cursos de curta duração, de uma semana a dois meses. As áreas privilegiadas dos cursos são comuns a todos os modelos e são as Línguas (nativa e estrangeiras), as Ciências Sociais e Humanas (História, Sociologia, Psicologia), a Cultura (música, arte, literatura, etc.), a Saúde (Nutrição, cuidados primários), a Informática, as Artes Práticas (pintura, desenho, artesanato, etc.) e as Atividades Desportivas e Físicas.

Temos assim dois modelos, idênticos nos objetivos, mas díspares na organização.

Estes modelos são mais teóricos que práticos, ou seja, visam mais facilitar a caracterização do que identificar rigidamente um modelo organizacional, uma vez que no essencial cada organização, independentemente do local, cria o seu próprio modelo de UTIs,

*“os seus modelos/projetos não só acabam por diferir de país para país mas também, dentro de cada país, de região para região em função de diferentes variáveis. E este ajustamento de projetos às condições particulares das populações revelasse, na minha opinião, a chave de sucesso destas instituições”* (Pinto, 2003:5).

Outro aspeto importante é o financiamento das UTIs. No modelo francês o Estado aparece como o grande patrocinador destes cursos, via financiamento das UTIs,

no modelo britânico são os alunos a principal fonte de receita e como os professores e os dirigentes são quase sempre voluntários, as despesas também são mais diminutas.

Pensando em termos futuros, parece-me que o modelo britânico se ajusta mais facilmente aos nossos tempos, já que os Estados têm tentado reduzir as despesas com as UTIs e assim porem em causa as UTIs que vivem apenas do financiamento público. Uma das soluções adotadas tem sido o pagamento de propinas, só que estas são normalmente elevadas e impedem o livre acesso aos cursos por parte dos alunos mais carenciados. Podemos ainda considerar mais dois modelos: Os modelos mistos que associam o modelo francês ao modelo britânico, e o modelo norte-americano dos Institutes for Learning in Retirement (ILR's) de que falaremos mais à frente.

De forma geral, as UTIs destinam-se a maiores de 50 anos, não exigem nenhum grau de habilitações especial (exceto algumas UTIs da escola francesa), ministram cursos e disciplinas, dando primazia à divulgação cultural e científica. As aulas são complementadas com outras atividades recreativas, tais como teatro, coros, grupos de dança e de música, conferências, exposições, desporto, pintura, edição de livros ou revistas e visitas de estudo (especialmente o modelo norte-americano com a Elderhostel).

De realçar o facto das UTIs de todo o mundo serem frequentadas na grande maioria por mulheres (75% em Portugal, 70% na França, 80% na Finlândia, 75% nos EUA ou 80% no Brasil). Os homens que frequentam as UTIs são por sua vez levados pelas esposas, em média 50% dos casos.

Um dos problemas que se coloca globalmente às UTIs é a sua organização a nível nacional e internacional. Em vários países não existe sequer uma associação nacional (Austrália, Nova Zelândia, Brasil), noutros apesar da existência de uma estrutura nacional, esta não consegue mobilizar as UTIs para objectivos comuns. Neste aspeto em particular temos todos aprender com os modelos norteamericanos, “*Um exemplo de como uma rede alargada bem organizada pode trazer vantagens individuais ou para pequenos grupos são as norte americanas ILR's e Elderhostel.*” (Thompson e Swindell, 1995).

Em Janeiro de 2005 foi criada, em Portugal a RUTIS (Associação Rede de Universidades da Terceira Idade) que visa criar e manter uma rede de contactos e actividades entre as UTIs nacionais (retirado de <http://www.rutis.org> em 25/11/2011). O trabalho organizado em rede permite trocar informações e programas educativos entre

as várias UTIs, organizar conferências nacionais e locais, reduzir despesas, angariar apoios e descontos para os alunos e editar folhetos informativos.

As UTIs europeias possuem uma rede de trabalho conjunto, a "*Learning in Later Life*" – European Network, que engloba universidades de 18 países, fundada em Dezembro de 1995 e cuja sede é na Universidade de Ulm (Alemanha), ainda que esta rede seja algo limitada, é um começo. A RUA (Red Americana de Universidades Abiertas) foi criada no III Congresso das UTI sulamericanas em 1995, na Argentina e numa escala mundial as UTIs encontram-se reunidas na Associação Internacional das Universidades da Terceira Idade (AIUTA – L'Association Internationale des Universités du Troisième Age ou Internacional Association of Universities of the Third Age), que organiza encontros mundiais de dois em dois anos, tendo ocorrido o último, em 2004, na China.

Desde a sua fundação em Toulouse, o movimento cresceu e rapidamente se alastrou um pouco por todo o mundo e é hoje uma realidade incontornável na Europa, Américas, Oceânia e Ásia. Em 1976 a UNESCO reconheceu a AIUTA como seu membro representativo da educação para adultos.

Apontaremos de seguida algumas características das UTIs em diversos países, começando na França e terminando com o caso de Portugal.

## **França**

Como referido a França foi o berço das UTIs como as conhecemos hoje. No entanto nos finais dos anos 70 começaram a surgir UTIs não relacionadas com as universidades tradicionais, mas fomentadas pelos governos locais. Algumas dessas UTIs alargaram o seu raio de ação e abriram as portas a outros públicos interessados, como desempregados, donas de casa ou pessoas com deficiência, adotando os nomes de Universidades do Tempo Livre ou Intergeracional.

Atualmente existem 48 UTIs associadas às UT, com perto de 200 pólos, e dezenas de Universidades dos Tempos Livres, estas não exclusivas para seniores. As UTIs estão associadas na UFUTA - Union Française des Universités Tous Âges.

## **Alemanha**

A Alemanha segue basicamente o modelo francês. É numa universidade alemã que funciona a rede de UTIs europeia. Para além das UTI's a Alemanha tem uma

tradição de escolas populares, as “*Volkshochschule*”, algumas das quais só para seniores. A Associação Germânica para a Educação de Adultos desenvolve desde 1994 um programa de cursos sobre “*Educação para a Saúde*” só para seniores, que envolve as UTI, as *Volkshochschule* e uma das maiores empresas privadas de desenvolvimento e produção de material didático. Dessa parceria resultou a criação de mais de 16 conjuntos de livros sobre saúde no sénior. “*Estes livros ensinam um grande número de pequenas técnicas, facilmente enquadráveis na vida de cada um sem se ter que realizar grandes alterações, encorajando as pessoas a darem pequenos passos no princípio e recomeçar quando se sentirem perdidas.*” ( Bastian, 2003: 45)

### **Escandinávia**

Tal como na Alemanha, a Escandinávia tem uma longa tradição no ensino de adultos de modo que as UTIs nunca se implementaram com grande força. Existem 16 UTIs de modelo francês na Suécia, que albergam perto de 7000 alunos, 3 UTIs na Finlândia e 4 na Noruega.

### **Espanha**

As 77 UTIs existentes estão principalmente ligadas às universidades tradicionais, seguindo o modelo francês. Estas (ex. Universidade de Salamanca e Universidade de Alicante) desenvolveram departamentos especialmente destinadas aos seniores. Deste modo é possibilitado a este público a frequência de cursos superiores com horários e conteúdos adaptados á sua idade. Para além dos cursos superiores, devidamente homologados, as universidades realizam cursos de curta duração ou cursos de verão. Uma das razões para o desenvolvimento das UTIs em Espanha por parte das UTIs foi a falta de alunos jovens e a necessidade das receitas que provêm dos departamentos para seniores, uma vez que são estes que financiam totalmente os seus cursos.

### **Inglaterra e Reino Unido**

Quando o conceito de UTIs de Vellas atravessou o Canal da Mancha, em 1981, sofreu algumas modificações. As Universidades Tradicionais, com excepção de Cambridge, não deram importância à ideia, uma vez que já tinham os seus próprios cursos de educação permanente, não exclusivo a seniores, as Open University desde

1969, deste modo foram os grupos informais e as associações sem fins lucrativos que fomentaram as UTIs.

Foi na longa tradição britânica de associativismo, voluntariado e nos fortes laços de comunidade, que as UTIs tiveram terreno para crescer e multiplicarem-se, criando assim o modelo britânico, já referenciado.

*“O modelo britânico é o único a operar numa base de ajuda mútua. Nem os professores, nem os dirigentes são pagos, excepto em circunstâncias excepcionais. Os professores e os líderes dos grupos oferecem voluntariamente os seus préstimos e qualificações. As aulas são informais, dadas pelos próprios membros, gratuitamente e a nível local.”* (Thompson, 1995).

Atualmente existem 370 UTIs na Inglaterra, Escócia e País de Gales num total de 75.000 alunos. Existe um Executivo Nacional “*The Third Age Trust*”, eleito pelas UTIs de 4 em 4 anos, que entre outras atividades edita uma revista, 3 vezes por ano, a “*Third Age New*”.

Hoje em dia o modelo britânico é o mais utilizado na organização das UTIs.

### **Itália**

Existem 230 UNITRE’s (Universit  della Terza Et ) de modelo inglês com 6000 alunos.

### **Pol nia**

Foi o primeiro país de Leste a aderir às UTIs em 1975. Hoje existem 16 ligadas às universidades tradicionais.

### **Su a**

Na Su a foi onde surgiu a primeira UTI fora de França e onde se criou a AIUTA. Em 2004 existiam 31 UTIs todas de modelo francês. Cada cant o tem a sua própria UTI.

### **Portugal**

A primeira UTI chegou a Portugal em 1976 com a cria o da Universidade Internacional da Terceira Idade de Lisboa (UITIL). Seguiram-se a Universidade Popular

do Porto, a Universidade de Lisboa da Terceira Idade (ULTI) e a Universidade do Autodidacta e da Terceira Idade do Porto (UATIP).

Existiu, nos finais do século XIX, um movimento de universidades populares para adultos com o objetivo de democratizar o acesso ao conhecimento e à formação cultural, científica e técnica nas diversas áreas do saber e da actividade social. Já na década de 30, com a instalação do regime ditatorial, foram encerradas todas estas Universidades Populares, pois essas eram espaços necessariamente de liberdade com uma perspetiva de liberdade democrática de dar a toda a gente a possibilidade de acesso ao conhecimento e à cultura, que não condizia com as normas do Estado Novo.

Apesar de terem aparecido desde a década de 70 o número de UTIs no nosso país permaneceu muito reduzido e limitado a Lisboa e ao Porto. Só nos finais dos anos 90 se deu a verdadeira explosão de UTIs pelo país, como se prova pelo surgimento de dezenas de novas universidades, que se deve por um lado à consciencialização pelo poder instituído e pela sociedade em geral, do papel do idoso e do envelhecimento da população, à realização de seminários e congressos sobre o tema, como o Ano Internacional da Pessoa Idosa em 1999 e a uma maior exposição das UTIs nos média.

Quanto à localização “...constatamos sobre as UTIs em Portugal que se trata de um fenómeno principalmente urbano, com uma maior implantação geográfica no litoral do país,” e “encontram-se localizadas em distritos que nem são os mais envelhecidos” (Velo, 2002) de salientar o elevado número de UTIs no Porto (sete) e o diminuto número no Alentejo e Ilhas.

Existem atualmente 80 UTIs que contam com mais de 12.000 alunos, sendo as maiores a Universidade de Lisboa da Terceira Idade e a Universidade do Autodidacta e da Terceira Idade do Porto com 700 e 600 alunos respetivamente. Existe claramente uma grande predominância de alunas. Quase todos os alunos têm um nível social e cultural médio (Jacob, 2003).

As UTI utilizam no nosso país preferencialmente a denominação de Universidades (70% optou pelo epíteto de Universidade das quais 45% como Universidade da Terceira Idade e 25% como Universidade Sénior) ou Academias de Cultura. Estando estas últimas ligadas às Santas Casas da Misericórdia, existem em Lisboa (a primeira e a maior com 500 alunos), em Leiria, Santa Maria da Feira, Ovar e Oeiras.

Em Portugal perto de 80% das UTIs foram criadas pelos próprios utilizadores e pela comunidade, o que torna estas organizações ainda mais louváveis,

*“...quer isto dizer que, no nosso país, não foi o Estado, ao contrário do que se terá passado noutros países, que tomou a iniciativa de chamar a si a “educação” dos seniores instigando, por exemplo à criação de programas universitários para essa população nas universidades públicas tradicionais.”* (Pinto, 2003: 3)

Existem apenas duas instituições de ensino superior com departamentos dedicados à formação dos seniores (Instituto Superior de Serviço Social de Beja e Universidade Católica da Figueira da Foz e UTI de Beja e da Figueira da Foz, respetivamente). A Academia Sénior da Covilhã também tem um protocolo de cooperação com a Universidade da Beira Interior. Em Portugal a grande maioria segue o modelo inglês. De salientar a Universidade da Terceira Idade do Barreiro e a Universidade da Terceira Idade de Vila Franca de Xira como as únicas que pertencem a autarquias. Porém a maioria das UTIs está agregada a outra associação, tipo Instituto Particular de Solidariedade Social, Rotários, Associação Cultural ou Clube. As UTI funcionam todas fora do sistema escolar, mantendo-se fiéis aos princípios básicos da aprendizagem informal.

A maioria das UTIs trabalha com professores voluntários, existindo, no entanto algumas que pagam aos professores, praticando mensalidades mais elevadas.

Nas UTIs *“A maioria das disciplinas que encontramos são comuns a todas as universidades, variando o número de cada disciplina em função dos níveis de aprofundamento e dos tipos de materiais de pintura e de artes decorativas”*, (Velo, 2004:6). Para além das aulas estas desenvolvem várias atividades paralelas, tais com (teatro, jograis, canto, cerâmica, rendas e bordados, thai-chi, música, etc.), algumas têm revistas e publicações regulares (ex: Arvore do saber – ULTI; Terceira Dimensão da UATIP; ou a Revista da Academia Sénior da Covilhã).

As mensalidades são geralmente baixas, média de 15€ e as instalações ou são cedidas pelas Autarquias ou são próprias. A grande maioria das UTIs recebe algum tipo de apoio, nomeadamente das Câmaras Municipais. não foi o Estado, ao contrário do que se terá passado noutros países, que tomou a iniciativa de chamar a si a *“educação dos seniores instigando, por exemplo à criação de programas universitários para essa população nas universidades públicas tradicionais.”* (Pinto, 2003: 3).

## Parte III

### 3.1 – Opções metodológicas

Quanto aos preceitos metodológicos escolhidos para a condução do nosso estudo, interessa ressaltar algumas considerações prévias, que visam fundamentar a articulação entre as opções metodológicas tomadas e a realidade em estudo.

Importa sublinhar, em primeiro lugar, que dentro de uma mesma área do conhecimento, podem emergir várias correntes, que contribuem não apenas para a fragmentação do objeto de estudo, como também para o levantamento de processos metodológicos distintos no desenho e na implementação do processo de investigação.

No nosso caso concreto, afirmamos que o nosso percurso académico e profissional exerceu uma influência determinante, não só na seleção do tema da nossa dissertação de mestrado, como também nas estratégias metodológicas, que privilegiaremos, na recolha e no tratamento dos dados. Após concluirmos a nossa licenciatura em Pedagogia, em 2003, na Universidade Tira Dentes no Estado de Segipe em Aracaju, Brasil, tivemos experiências profissionais muito enriquecedoras com idosos, do ponto de vista do aprofundamento dos conhecimentos conceituais e relacionais.

O sucesso na utilização de um instrumento de recolha de dados em investigação depende da abundância e da diversidade das informações captadas e da conformidade dos dados recolhidos com a especificidade das questões que orientam a pesquisa (Guerra, 2006).

No caso da entrevista, por exemplo, o sucesso da mesma depende, entre outros, do grau de cumplicidade e interatividade que o entrevistador conseguir estabelecer com o entrevistado, a fim de conduzir a entrevista pelos assuntos nevrálgicos que interessam realmente ao estudo, dispensando temáticas paralelas e irrelevantes (Foddy, 1996).

A fim de tornarmos as conclusões do nosso estudo o mais credíveis e representativas possíveis do fenómeno em estudo, na escala que é utilizada, nomeadamente a de estudo de caso, procederemos à utilização de mais do que um instrumento de recolha de dados. Apesar de privilegiarmos a entrevista enquanto instrumento de pesquisa central, recorreremos também ao inquérito por questionário e

cruzaremos os dados provenientes destes dois dispositivos metodológicos, um de natureza qualitativa e outro de natureza quantitativa.

Porque a finalidade da nossa pesquisa consistiu em identificar, descrever e compreender, em profundidade, as implicações dos programas educativos e recreativos da Universidade Sénior de Elvas nos idosos que a frequentam, bem como destacar as particularidades da Universidade Sénior de Elvas e o seu desempenho global, a partir das perspetivas pessoais dos seus beneficiários, dos idosos necessitámos de recorrer a dispositivos de análise qualitativa.

Tendo em conta os conhecimentos empíricos sobre a Universidade Sénior de Elvas, as leituras que fizémos sobre obras de referência a respeito deste tema e os instrumentos de recolha e análise de informação empírica, consideramos que as metodologias qualitativas assumem um papel relevante na presente investigação.

Baseámos, por conseguinte, a construção do nosso modelo de análise numa matriz predominantemente compreensiva, de modo a apreendermos os efeitos proporcionados pelas práticas educativas e recreativas da Universidade Sénior de Elvas nos idosos estudados.

Segundo Munhall e Boyd, citados por Fortin (2009: 31) as investigações qualitativas fazem parte do paradigma naturalista (ou interpretativo). Este está associado a uma conceção holística do estudo dos seres humanos, conceção saída de um certo número de crenças que orientam todo o processo. Este paradigma encerra a crença de que existem várias realidades.

Na investigação qualitativa cabe ao investigador selecionar um fenómeno e estudá-lo em profundidade, realçando e inter-relacionando entre si as diferentes ideias expressas pelos indivíduos que viveram esse mesmo fenómeno, com o objetivo de descobri-lo, explorá-lo e descrevê-lo, em suma, compreendê-lo na sua essência. Neste sentido, consideram-se sempre as diferentes faces do fenómeno, a partir das perspetivas subjetivas e muito pessoais dos participantes, de modo a poder interpretar-se nas coordenadas físicas e temporais em que se localiza.

Para Fortin (2009: 35) as investigações qualitativas visam todas o mesmo fim, a saber: dar conta da experiência humana num meio natural. Para Guerra (2006: 10) as vantagens das metodologias compreensivas, são de várias ordens: de ordem epistemológica, na medida em que os atores são considerados indispensáveis para entender os comportamentos sociais; de ordem ética e política, pois permitem

aprofundar as contradições e os dilemas que atravessam a sociedade concreta; e de ordem metodológica, como instrumento privilegiado de análise das experiências e do sentido da ação.

Definida e fundamentada a estratégia metodológica escolhida para a nossa investigação, passaremos agora a definir e fundamentar o tipo de estudo que realizaremos. Um estudo de caso caracteriza-se, primordialmente, por incidir numa entidade bem definida, como um programa, uma instituição, um sistema educativo, uma pessoa ou uma unidade social. Visa conhecer em profundidade o seu “*como*” e os seus “*porquês*”, fazendo justiça à sua unidade e identidade próprias. Assume-se como uma investigação particularística, procurando descobrir o que nela há de mais essencial e característico (Ponte, 1994: 3).

A nossa pesquisa inscreveu-se, com naturalidade, na configuração metodológica de um estudo de caso, pois afirmou-se como uma pesquisa de natureza eminentemente empírica, cuja finalidade consistiu em explorar, de um ponto de vista predominantemente qualitativo, as implicações dos programas educativos e recreativos da Universidade Sénior de Elvas nos idosos que a frequentam. Deste modo, o estudo de caso surge-nos como a configuração metodológica que melhor se coaduna com os objetivos basilares da nossa pesquisa.

A opção pelo estudo de caso colocou-nos exigências, de carácter reflexivo-conceptual e metodológico, diversificadas e criteriosas. A sua concretização implicou, em concreto, a mobilização concertada de um conjunto de técnicas de recolha de informação: a inquirição – por questionário e por entrevista. Demos, contudo, especial ênfase à entrevista, capitalizando-a como instrumento privilegiado de recolha de dados, no nosso estudo.

A fim de assegurarmos a vertente empírica da nossa dissertação, recorreremos à técnica da inquirição. Inquirimos por entrevista e por questionário. Recorremos a ambas as modalidades, de forma a garantir uma maior diversidade de dados, complementares entre si.

A inquirição por entrevista foi elaborada com o propósito de recolher informações biográficas e sociológicas sobre os idosos em estudo. Porque pretendemos obter informação útil, baseámo-nos em entrevistas semidirigidas. Assim, a pensar na condução das entrevistas, construímos um guião, a partir do qual direccionámos o discurso dos entrevistados na direção dos grandes temas que nos interessavam abordar e

das informações que precisávamos obter. Destacamos que, em virtude de não se ter verificado nenhuma oposição por parte dos entrevistados, as entrevistas foram gravadas em aparelho áudio. Este procedimento revelou-se extremamente útil, pois permitiu-nos recolher, de forma fiel, toda a informação disponibilizada pelos nossos interlocutores.

A inquirição por questionário, por seu lado, permitiu-nos inferir sobre os perfis dos utilizadores da Universidade Sénior de Elvas e sobre o funcionamento desta instituição de cariz educativo, especificamente dirigida a uma população sénior.

O anonimato e a confidencialidade foram requisitos que conferiram aos inquiridos liberdade para se pronunciarem a respeito do funcionamento da Universidade Sénior. De forma a assegurarmos o referido anonimato, adotámos alguns procedimentos.

Para garantirmos que não prestámos, aos inquiridos, esclarecimentos desiguais, o que impossibilitaria a comparabilidade das respostas, bem como o seu tratamento estatístico, os questionários não lhes foram entregues em mãos. Foram, pelo contrário, entregues aos idosos pela equipa pedagógica da Universidade Sénior e esta constituiu o nosso interlocutor junto do público idoso, no que concerne à aplicação dos inquéritos por questionário.

Não podemos deixar de frisar que os inquéritos por questionário só foram aplicados depois de devidamente testados. O pré-teste surgiu como um procedimento incontornável. Além de permitir reparar eventuais erros de formulação e de organização das perguntas, assegura que as questões contempladas no questionário foram corretamente entendidas pelos seus inquiridos e que as opções de resposta espelharam adequadamente o que os inquiridos tinham em mente.

Cabe-nos, por fim, acrescentar que, os dados recolhidos por intermédio dos questionários foram introduzidos em bases de dados, previamente construídas para o efeito, com recurso a software estatístico - o programa Excel. O seu tratamento estatístico foi, de igual forma, desenvolvido no referido programa.

### **3.2- Recolha de Informação**

Um dos maiores problemas metodológicos com que se depara um investigador é a seleção e a gestão da informação disponível. Assim, o ponto de partida são as teorias existentes, na medida em que permitem ao investigador orientar a sua pesquisa e gerir

de forma mais adequada os seus recursos. “*Uma boa teoria funciona como uma bússola, não como espartilho, de qualquer processo de investigação*” (Carmo e Ferreira, 1998: 37).

Na procura de informação, o investigador depara-se com alguns obstáculos, designadamente com aquele a que Edgar Morin (1981:39) chamou de “*nevoeiro informacional*”, pois impede uma conveniente visibilidade do grupo-alvo de investigação. O excesso e a falta de informação fazem parte dessa ‘*neblina*’, a par da informação falsa, adulterada ou deformada. Este último tipo de informação, é muitas vezes, transmitida pelos mass media, mecanismos de publicidade, entre outros. Para evitar este tipo de entrave, o investigador deve procurar não se perder em inutilidades, cruzar diversas técnicas e analisar as fontes de forma contrastiva.

### **3.3- Entrevistas**

O inquérito por entrevista é uma técnica bastante comum na investigação em educação. Permite ao investigador o contacto direto com o entrevistado, possibilitando-lhe a recolha de informação junto do seu interlocutor acerca das percepções de um determinado acontecimento ou situação, das interpretações ou experiências e das reacções de forma mais autêntica e aprofundada. Neste sentido, Quivy e Campenhoudt (1992: 193) referem que “*os métodos de entrevista distinguem-se pela aplicação dos processos fundamentais de comunicação e de interação humana. [...] estes processos permitem ao investigador retirar das entrevistas informações e elementos de reflexão muito ricos e matizados*”.

Estes autores consideram, ainda, que o inquérito por entrevista apresenta um conjunto de vantagens e desvantagens. Por um lado, apresentam as seguintes vantagens:

(i) a profundidade dos elementos de análise;

(ii) a flexibilidade e a reduzida directividade, que permitem a recolha de testemunhos e interpretações dos entrevistados.

Por outro lado, apresentam algumas limitações:

(i) a própria flexibilidade do método pode inibir o investigador de trabalhar sem técnicas directivas e precisas ou, pelo contrário, poderá levar alguns a pensar que podem conversar de qualquer maneira com o entrevistado;

(ii) o facto de a informação recolhida não se apresentar imediatamente tratada para uma análise particular;

(iii) por último, a natureza da entrevista pode levar a acreditar numa completa espontaneidade do entrevistado e neutralidade do investigador.

Neste estudo, optámos por realizar entrevistas semi-estruturadas, pois embora partam de um guião, são suficientemente flexíveis para se poder alterar a ordem das perguntas, eliminar ou incluir outras. Esta ideia é defendida por Lüdke e André (1986: 33-34) ao afirmarem:

*“nas entrevistas não totalmente estruturadas, onde não há imposição de uma ordem rígida de questões, o entrevistado discorre sobre o tema proposto com base nas informações que ele detém e que no fundo são a verdadeira razão da entrevista.”*

Na opinião de Bodgan e Bilken a entrevista pode ser um instrumento utilizado como estratégica única na recolha de dados, ou como estratégia conjunta com outras técnicas, nomeadamente, com a análise documental, assim, e segundo os autores, *“a entrevista é utilizada para recolher dados descritivos na linguagem do próprio sujeito, permitindo ao investigador desenvolver intuitivamente uma ideia sobre a maneira como os sujeitos interpretam aspectos do mundo”* (1994:134).

### **3.4-Análise e tratamento de dados**

Bardin considera que a análise de conteúdo é um *“conjunto de técnicas de análise das comunicações, visando obter por procedimentos sistemáticos e objectivos de descrição do conteúdo das mensagens, indicadores (quantitativos ou não) que permitam a inferência de conhecimentos relativos às condições de produção/recepção (variáveis inferidas) destas mensagens”* (1977: 37).

Para Quivy a análise de conteúdo *“oferece a possibilidade de tratar de forma metódica informações e testemunhos que apresentam um certo grau de profundidade e complexidade e (...) permite quando incide sobre um material rico e penetrante, satisfazer harmoniosamente as exigências do rigor metodológico e da profundidade inventiva, que nem sempre são facilmente conciliáveis”* (2005: 227).

No tratamento dos textos provenientes da recolha dos dados foi mobilizada a técnica da análise de conteúdo, facto que encontra a sua justificação nas definições referidas anteriormente.

## **Parte IV**

### **4- Apresentação e discussão dos resultados**

Atribuímos ao presente capítulo a tarefa crucial de organizar, com clareza e pertinência, uma quantidade muito vasta de informações, tanto de natureza quantitativa, como de índole qualitativa, recolhidas no âmbito da aplicação dos inquéritos por questionários e das entrevistas aos sujeitos em estudo.

A combinação de instrumentos de recolha de dados qualitativos com outros quantitativos permitiu-nos recolher precisamente os dados que necessitávamos obter, isto é, os dados que, tanto os objetivos, como as grandes questões orientadoras do nosso estudo propunham que obtivéssemos.

A fim de se alcançar uma visão o mais abrangente e detalhada possível sobre a realidade em estudo e atingirmos, na análise e discussão dos resultados, uma leitura sinóptica dos principais fenómenos que a nossa pesquisa permitiu captar, procurámos em todas as etapas da apresentação e discussão dos resultados construir uma ponte de objetividade e rigor entre as componentes teórica e prática da nossa pesquisa, articulando os dados obtidos com os modelos teóricos explorados e com as questões e os objetivos orientadores do nosso estudo.

Ainda assim consideramos que o sucesso do nosso estudo dependerá, em grande medida, de uma seleção afinada e coerente de estratégias de apresentação e discussão dos dados já trabalhados que ofereçam ao leitor uma visão panorâmica e uma compreensão esclarecedora dos principais resultados proporcionados pela investigação.

Decidimos, por conseguinte, estabelecer um paralelismo entre as principais linhas de apresentação de resultados e o dispositivo de organização da componente teórica da nossa dissertação. Procurámos, deste modo, atingir um equilíbrio transparente entre os processos de obtenção e, posteriormente, de tratamento dos dados e as estratégias de divulgação dos mesmos.

A ordem de apresentação dos resultados inspirou-se na estruturação do inquérito por questionário e do guião da entrevista e da matriz de tratamento da informação recolhida. Por sua vez, tanto o inquérito por questionário como o guião da entrevista, bem como as suas aplicações, apoiaram-se nos objetivos definidos para o estudo.

O inquérito por questionário teve como principal tarefa ajudar-nos a retratar e descrever o perfil dos seniores que frequentam a Universidade Sénior de Elvas, bem como o posicionamento destes em relação à instituição, em termos da perceção que têm sobre o funcionamento da mesma e o impacto que ela produz em diversos aspetos das suas vidas.

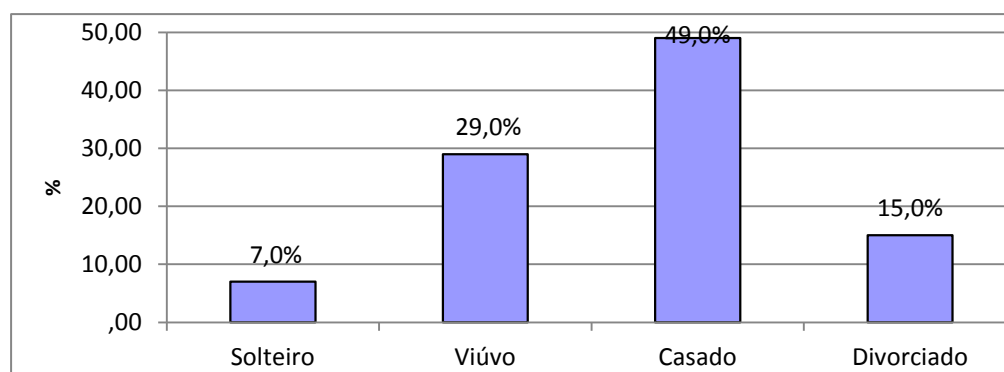
A Universidade Sénior de Elvas parece ser mais atrativa para o género feminino do que para o género masculino. Pelo desequilíbrio observado, constatamos que a Universidade Sénior de Elvas parece identificar e satisfazer com mais eficiência as necessidades, os interesses e as aspirações dos indivíduos do género feminino, o que poderá estar relacionado com a natureza e o perfil da sua oferta formativa e recreativa.

De realçar que apenas 25% dos inquiridos têm idade igual ou superior a 65 anos. Assim, a grande maioria dos inquiridos que frequentam a Universidade Sénior de Elvas têm menos de 65 anos, sendo que 30% dos inquiridos têm entre 45 e 55 anos: estes dados atestam a capacidade da Universidade Sénior de Elvas captar um público que ainda não entrou na terceira idade e confirmam a tendência de as Universidades Seniores, em Portugal, serem, na atualidade, maioritariamente procuradas por indivíduos que transitam para uma situação de reforma ou pré-reforma (Marconcin, 2009).

A esmagadora maioria dos inquiridos (53%) tem como habilitações o 3º ciclo do ensino básico e o ensino secundário. De registar uma proporção significativa de inquiridos que têm apenas o 1º ciclo do ensino básico (30%), o que reforça a importância da Universidade Sénior de Elvas na captação e inclusão de públicos pouco qualificados. Apenas 2% dos inquiridos são licenciados. Assim sendo, a Universidade Sénior de Elvas parece ter programas que estão mais vocacionados para indivíduos com níveis baixos e intermédios de escolarização.

A maioria dos inquiridos reside na zona histórica (33%), sendo que 7% dos inquiridos residem no Bairro de S. Pedro, 9% residem na Boa Fé, 17% residem em Santa Luzia, 6% residem na Quinta dos Arcos e no Bairro Europa.

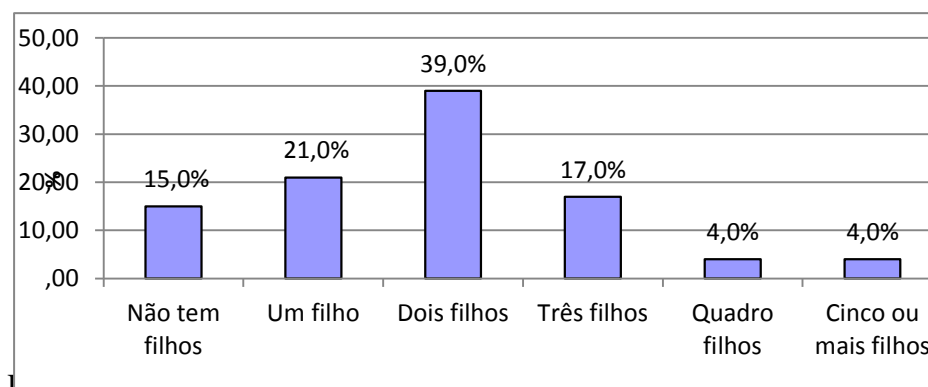
**Gráfico 1- Estado Civil dos Respondentes**



Fonte: inquérito aos alunos da Universidade Sénior de Elvas

De salientar que 49% dos inquiridos são casados, enquanto 51% são viúvos, divorciados ou solteiros, o que sublinha o papel potencial da Universidade Sénior de Elvas não apenas no alargamento dos contactos sociais mas também no combate à solidão e ao isolamento. Estes dados estão em conformidade com o que Marconcin (2009) nos avança sobre o importante papel assumido pelas Universidades Seniores na prevenção do isolamento social.

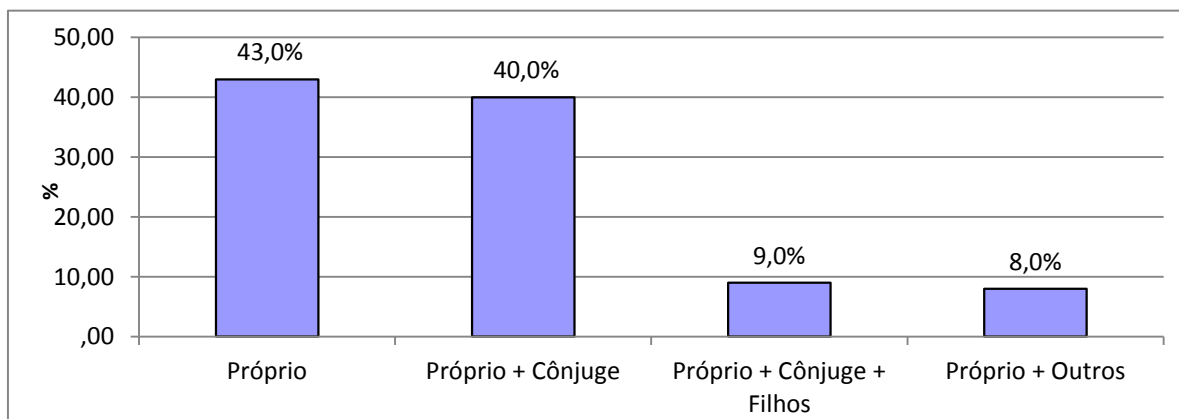
**Gráfico 2- Número de Filhos dos Respondentes**



Fonte: inquérito aos alunos da Universidade Sénior de Elvas

Cerca de 39% dos inquiridos têm dois filhos, 17% têm três filhos, 21% têm um filho; 15% não têm filhos e 4% dos inquiridos tem quatro filhos e superior a cinco filhos. Mais uma vez se destaca o papel potencial da Universidade Sénior no alargamento dos contactos sociais dos seus utilizadores: 36% dos inquiridos não têm filhos ou têm apenas um filho.

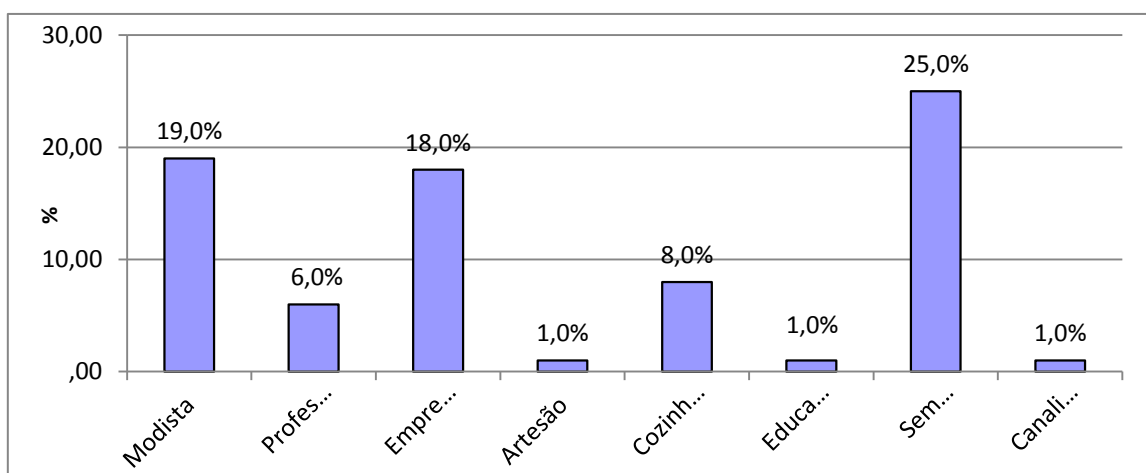
**Gráfico 3- Composição do Agregado Familiar dos Respondentes**



Fonte: inquérito aos alunos da Universidade Sénior de Elvas

Os presentes dados são esclarecedores quanto à importância potencial da Universidade Sénior de Elvas no alargamento dos contactos e dos relacionamentos sociais dos seus utilizadores: 43% dos inquiridos constituem por si mesmos, o seu próprio agregado familiar e 40% dos inquiridos vivem com o cônjuge. Constatamos, por conseguinte, que a Universidade Sénior de Elvas é preferencialmente procurada por pessoas que vivem sozinhas ou que vivem apenas com o seu cônjuge. Apenas 9% dos inquiridos vivem com o cônjuge e com filhos.

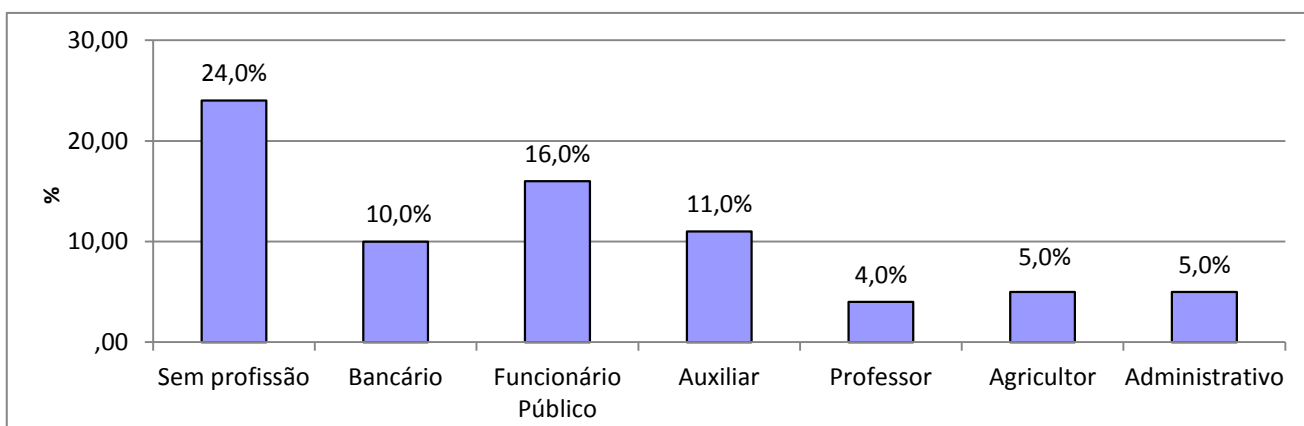
**Gráfico 4- Atividade Profissional / Condição perante o Trabalho dos Respondentes que se Encontram Ativos**



Fonte: inquérito aos alunos da Universidade Sénior de Elvas

Quanto à atividade profissional dos inquiridos que ainda se encontram ativos no mercado de trabalho, constatámos que a esmagadora maioria (62%) exercem profissões ou condições perante o trabalho que exigem baixas qualificações como modista, empregado de mesa ou doméstica. Estes dados estão em conformidade com os dados que ilustravam as habilitações dos inquiridos.

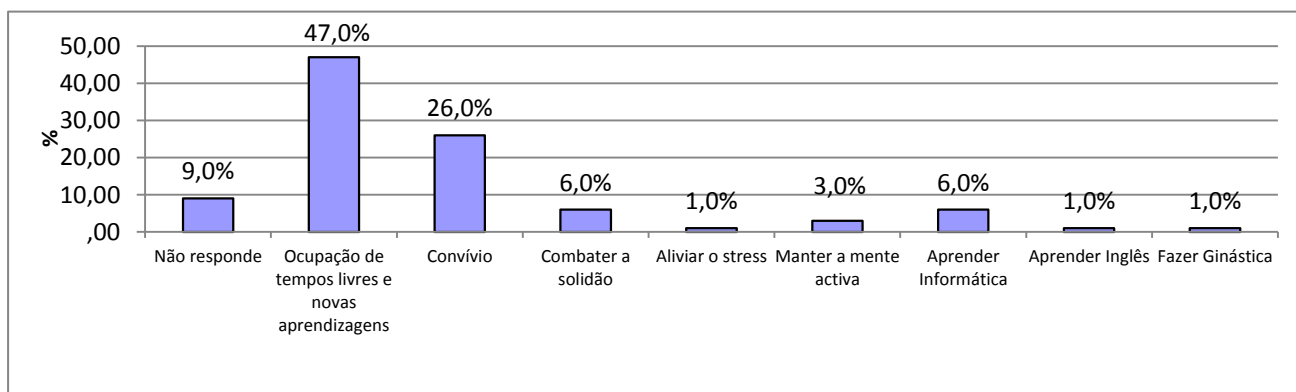
**Gráfico 5- Última Profissão / Última Condição perante o Trabalho dos Respondentes Reformados**



Fonte: inquérito aos alunos da Universidade Sénior de Elvas

Quanto à última profissão dos inquiridos, constatámos que 40% correspondem a pessoas que desempenhavam cargos profissionais, por norma, pouco exigentes em termos de qualificações (doméstica, auxiliar, agricultor). Não obstante, 35% dos inquiridos exerciam profissões de escolarização intermédia ou superior (bancário, funcionário público, professor, administrativo).

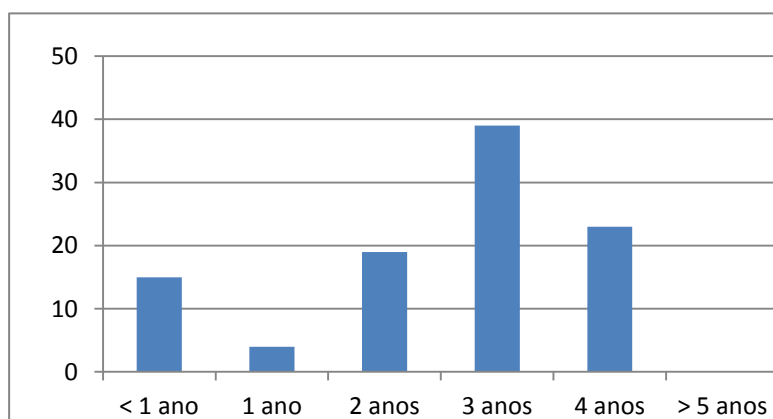
**Gráfico 6-Motivos de Iniciação na Universidade Sénior**



Fonte: inquérito aos alunos da Universidade Sénior de Elvas

Quanto ao principal motivo que levou os inquiridos a inscreverem-se na Universidade Sénior de Elvas, 47% dos mesmos responderam tratar-se da ocupação de tempos livres e novas aprendizagens. De referir ainda que 26% dos inquiridos referiu o convívio como motivo de inscrição na universidade sénior, o que volta a reforçar o papel da Universidade Sénior de Elvas na ampliação e no aprofundamento das relações sociais. De destacar ainda que 6 % dos inquiridos identifica a solidão como o motivo que os levou a inscreverem-se na instituição educativa. Verifica-se ainda uma percentagem de 6% de inquiridos que referiram inscrever-se na Universidade Sénior de Elvas para aprender informática. Este dado é elucidativo do papel das Universidades Seniores na literacia das novas tecnologias da informação, junto das populações seniores.

**Gráfico 7- Tempo frequentado na Universidade Sénior de Elvas**

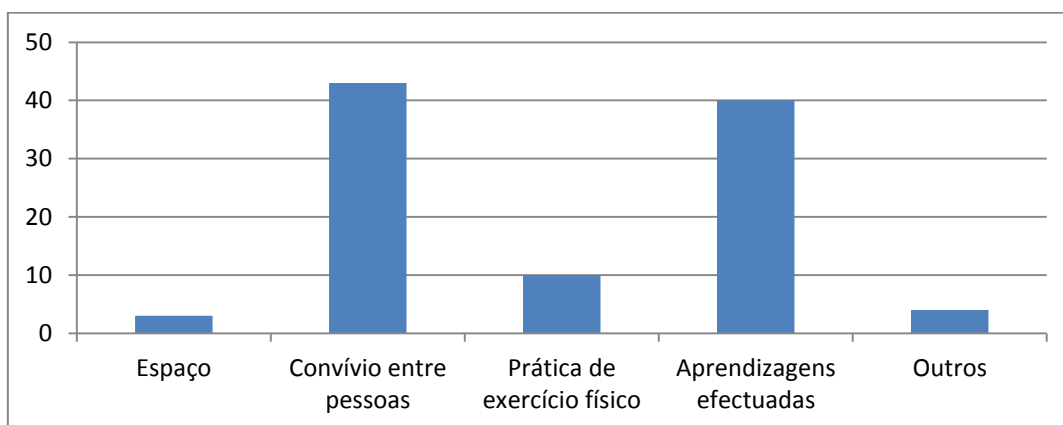


**Fonte: inquérito aos alunos da Universidade Sénior de Elvas**

De registar que a esmagadora maioria dos inquiridos frequenta a Universidade Sénior de Elvas há 2 ou mais anos, o que confere uma legitimidade acrescida à sua própria visão da instituição, que se assume, desta forma, como o somatório de um acumular de experiências diversas num horizonte temporal significativo. 39% dos inquiridos frequenta a universidade Sénior há 3 anos, 23% frequenta-a há 4 anos, 19% frequenta-a há 2 anos, 15% frequenta-a há menos de 1 ano e nenhum dos inquiridos a frequenta há 5 ou mais anos. Este aspeto contribui para que as informações recolhidas sejam mais consistentes, na medida em que foram cedidas por inquiridos que, por frequentarem a Universidade Sénior de Elvas há 2 ou mais anos, dispõem de condições

temporais para a conhecerem melhor. Por outro lado, nota-se que a Universidade Sénior de Elvas não foi tão bem sucedida na conquista de novo público no último ano, comparando com a sua performance, nesse domínio, há dois ou mais anos.

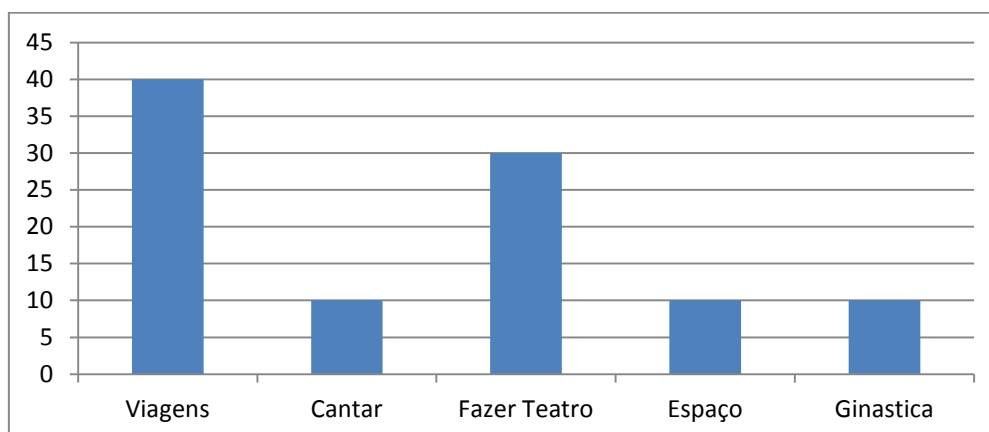
**Gráfico 8- Aspectos mais valorizados pelos inquiridos na Universidade Sénior de Elvas**



Fonte: inquérito aos alunos da Universidade Sénior de Elvas

Os aspectos mais valorizados pelos inquiridos na Universidade Sénior de Elvas são o convívio entre as pessoas e as aprendizagens efetuadas. Dos inquiridos, 43% identificaram o convívio entre as pessoas como o aspecto que mais valorizam na Universidade Sénior de Elvas e 40% considerou as aprendizagens efetuadas como o aspecto mais valorizado. Os dados em questão destacam a importância educativa e social da Universidade Sénior de Elvas na vida dos inquiridos.

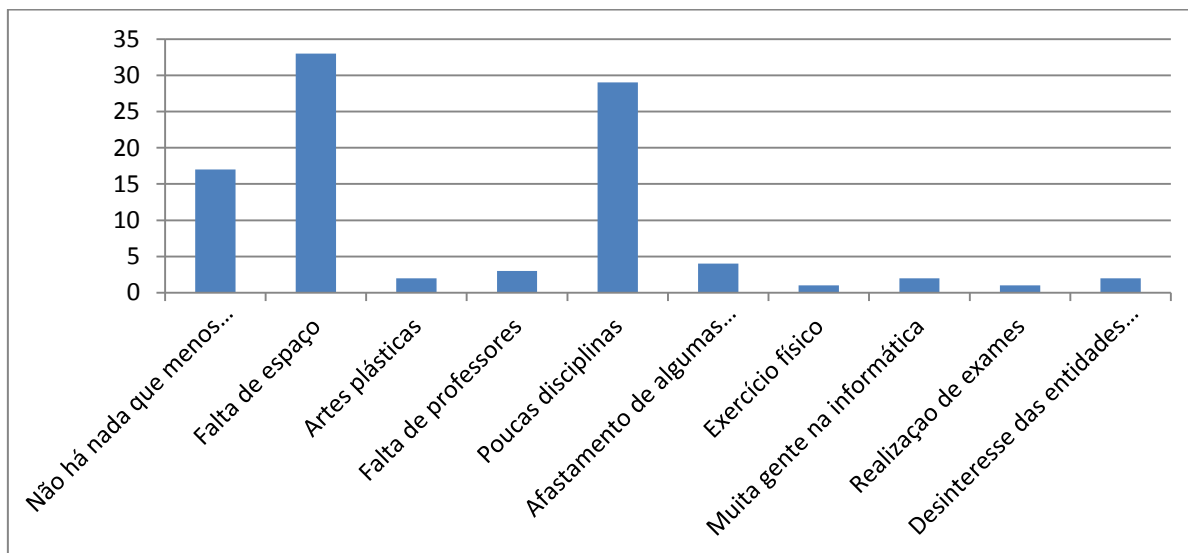
**Gráfico 9- Outros aspectos valorizados na Universidade Sénior de Elvas**



Fonte: inquérito aos alunos da Universidade Sénior de Elvas

Dos 4% de inquiridos que valorizaram outros aspetos na Universidade Sénior de Elvas, 40% dos inquiridos identificaram as viagens e 30% identificaram o teatro. De referir ainda que existe uma percentagem de 10% dos inquiridos que considerou o espaço como o aspeto mais valorizado.

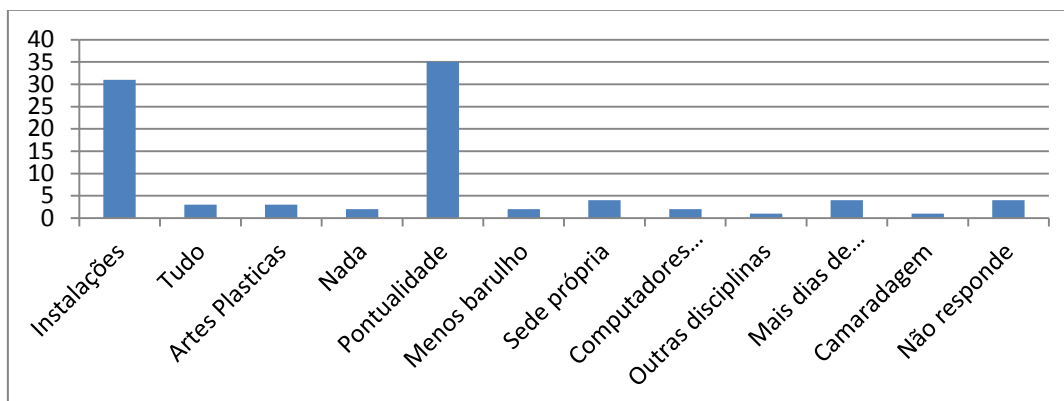
**Gráfico 10- Aspetos menos valorizados na Universidade Sénior de Elvas**



Fonte: inquérito aos aos alunos da Universidade Sénior de Elvas

Quanto aos aspetos menos valorizados pelos inquiridos na Universidade Sénior de Elvas, encontram-se a falta de espaço e a existência de poucas disciplinas, sendo que o primeiro é identificado por 17% dos inquiridos e o segundo por 28% dos inquiridos.

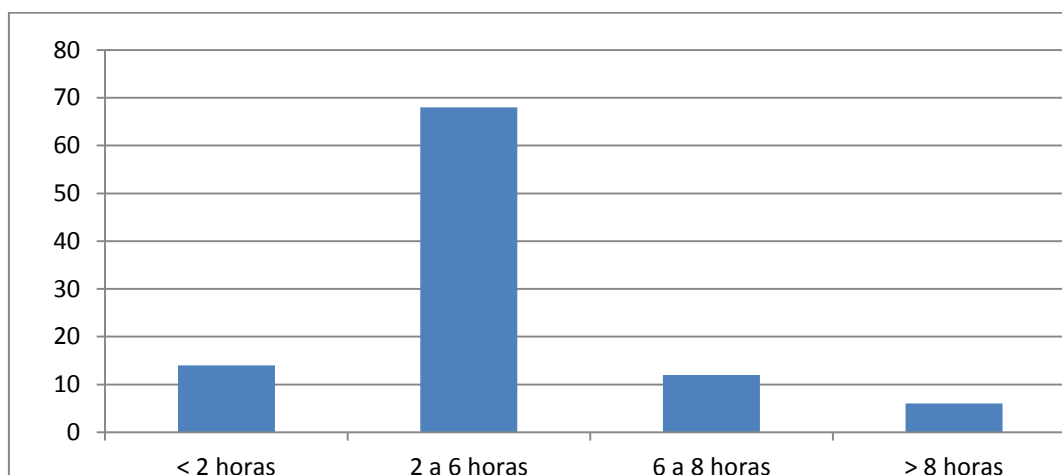
**Gráfico 11- Sugestões de melhoramento para a Universidade Sénior de Elvas**



Fonte: inquérito aos aos alunos da Universidade Sénior de Elvas

As principais áreas a serem melhoradas na Universidade Sénior de Elvas, de acordo com os inquiridos, são as instalações e a pontualidade, sendo que as instalações são citadas por 31% dos inquiridos e a pontualidade por 35% dos inquiridos.

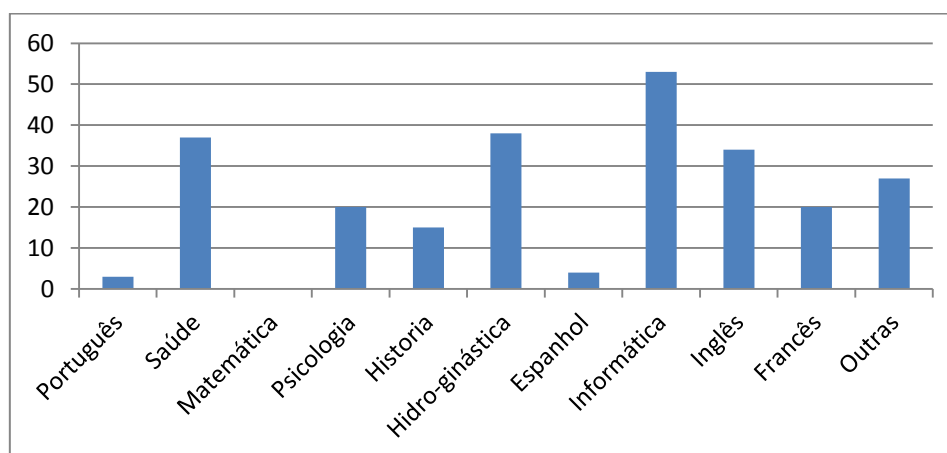
**Gráfico 12- Horas de permanência semanais médias na Universidade Sénior de Elvas**



Fonte: inquérito aos alunos da Universidade Sénior de Elvas

A esmagadora maioria dos inquiridos, isto é, 68%, permanece em média 2 a 6 horas na Universidade Sénior de Elvas, 14% dos inquiridos permanece menos de 2 horas, 12% dos inquiridos permanece 6 a 8 horas e apenas 6% dos inquiridos permanece mais de 8 horas.

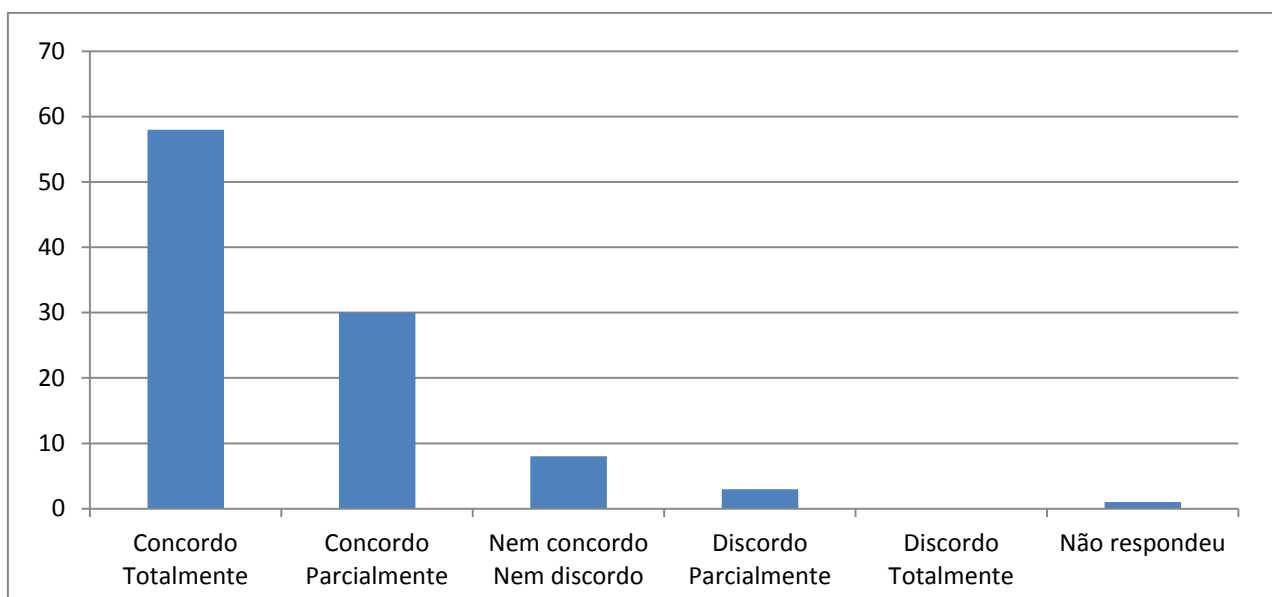
**Gráfico 13- Disciplinas mais frequentadas na Universidade Sénior de Elvas**



Fonte: inquérito aos alunos da Universidade Sénior de Elvas

As disciplinas mais frequentadas pelos inquiridos são a Informática, a Hidroginástica, a Saúde e o Inglês, todas elas frequentadas por uma percentagem superior a 30% dos inquiridos. De realçar que destas, a informática é a que mais se destaca, sendo frequentada por mais de 50% dos inquiridos. Estes dados realçam a apetência que os inquiridos têm pela busca de conhecimento nas áreas das novas tecnologias da informação e da língua inglesa, que desempenham um papel crucial no mundo contemporâneo. Por outro lado, os inquiridos parecem demonstrar também um interesse acrescido não apenas pela compreensão dos aspetos relativos à saúde mas também pela manutenção do seu próprio estado de saúde.

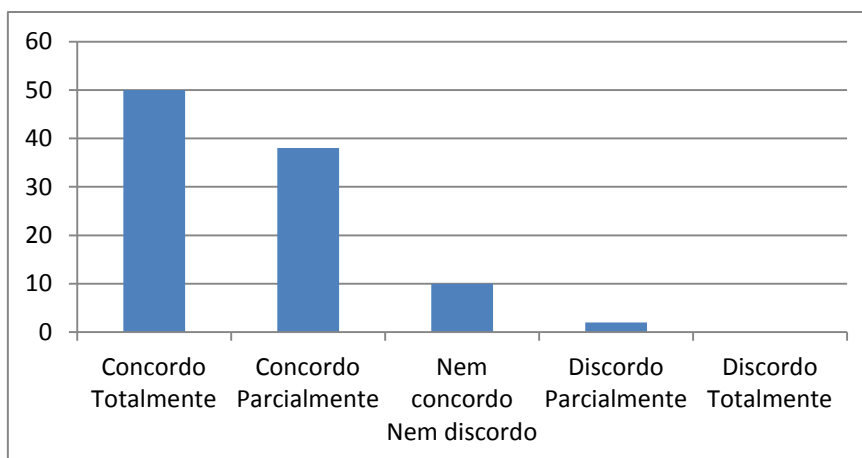
**Gráfico 14- Concordância em relação à satisfação das expectativas pela Universidade Sénior de Elvas**



**Fonte: inquérito aos alunos da Universidade Sénior de Elvas**

Mais de metade dos inquiridos concorda totalmente que a Universidade Sénior satisfaz as suas expectativas, 30% concorda parcialmente com essa premissa, 8% nem concordo nem discordo, 3% discorda parcialmente e 1% não respondeu.

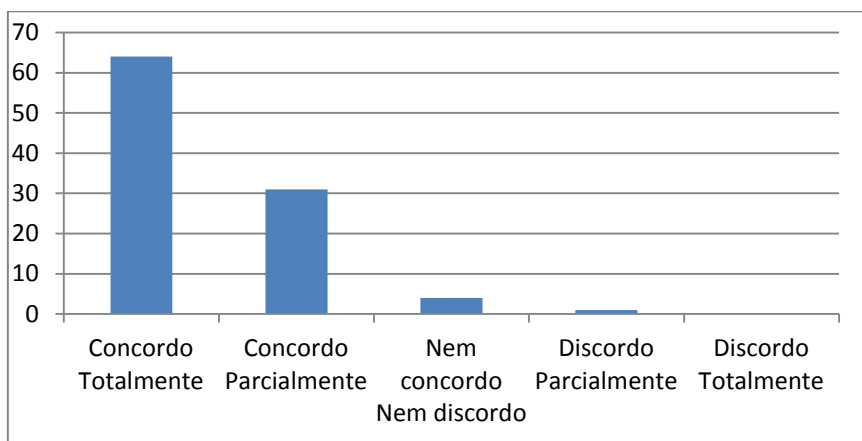
**Gráfico 15- Concordância em relação à satisfação das expectativas de lazer pela Universidade Sénior de Elvas**



Fonte: inquérito aos alunos da Universidade Sénior de Elvas

Quanto à satisfação das expectativas de lazer por parte da Universidade Sénior de Elvas, 50% dos inquiridos concorda totalmente, 38% concorda parcialmente, 10% não concorda nem discorda e 2% discorda parcialmente.

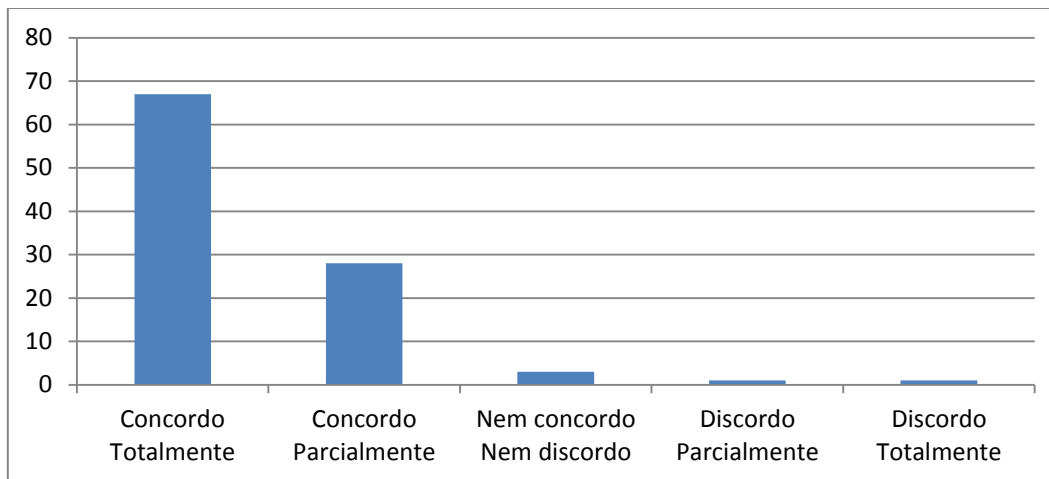
**Gráfico 16- Concordância em relação à satisfação das expectativas pela Universidade Sénior de Elvas**



Fonte: inquérito aos alunos da Universidade Sénior de Elvas

Quanto à satisfação das expectativas de aprendizagem por parte da Universidade Sénior de Elvas, 65% dos inquiridos concorda totalmente, 30% concorda parcialmente, 3% não concorda nem discorda e 2% discorda parcialmente.

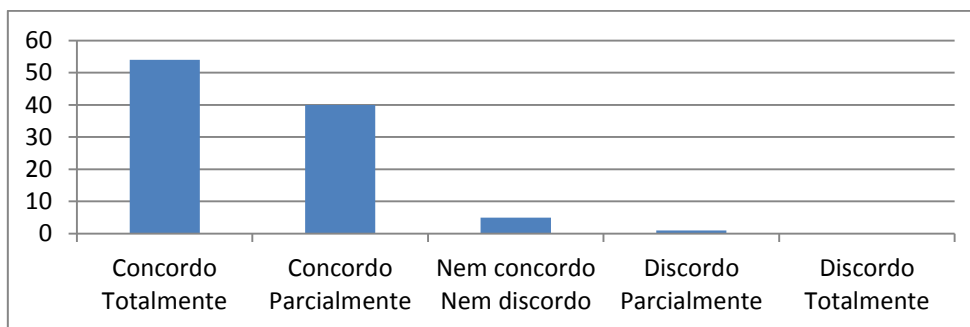
**Gráfico 17- Concordância em relação ao complemento e enriquecimento dos conhecimentos adquiridos anteriormente pela formação da Universidade Sénior de Elvas**



Fonte: inquérito aos alunos da Universidade Sénior de Elvas

No que respeita à concordância em relação ao complemento e enriquecimento dos conhecimentos adquiridos anteriormente pela formação da Universidade Sénior de Elvas, mais de metade dos inquiridos concorda totalmente, 28% concorda parcialmente, 3% não concorda nem discorda e 1% discorda parcialmente.

**Gráfico 18- Concordância em relação à adequação entre as metodologias de ensino praticadas na Universidade Sénior de Elvas e as necessidades e as expectativas dos alunos**

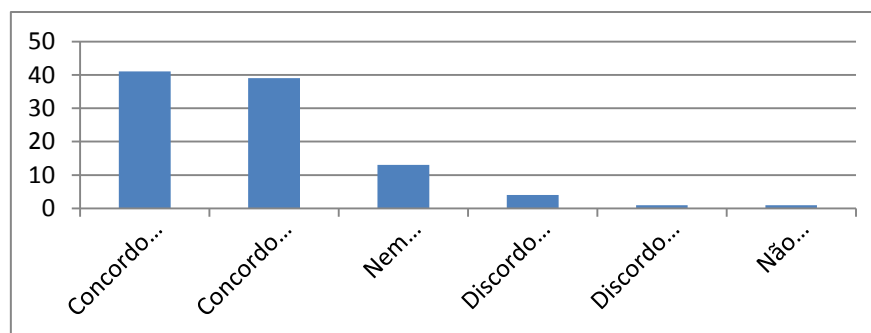


Fonte: inquérito aos alunos da Universidade Sénior de Elvas

No que respeita à concordância em relação à adequação entre as metodologias de ensino praticadas na Universidade Sénior de Elvas e as necessidades e as expectativas dos alunos

expectativas dos alunos, mais de 50 % dos inquiridos concorda totalmente, 40% concorda parcialmente, 5% não concorda nem discorda e apenas 1% discorda parcialmente.

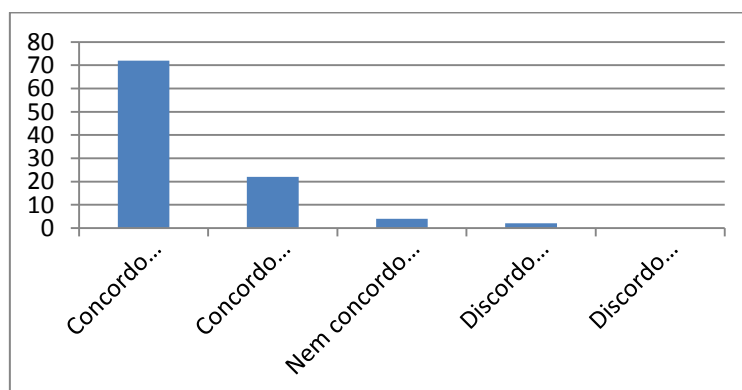
**Gráfico 19- Concordância em relação à promoção, por parte da Universidade Sénior de Elvas, de atividades extra-pedagógicas que suportem e melhorem as atividades pedagógicas**



Fonte: inquérito aos alunos da Universidade Sénior de Elvas

No que diz respeito à concordância em relação à promoção, por parte da Universidade Sénior de Elvas, de atividades extra-pedagógicas que suportem e melhorem as atividades pedagógicas, 42% dos inquiridos concordam totalmente, 38% concordam parcialmente, 12% não concordam nem discordam, 3% discordam parcialmente, 1% discordam totalmente e 1% não respondeu.

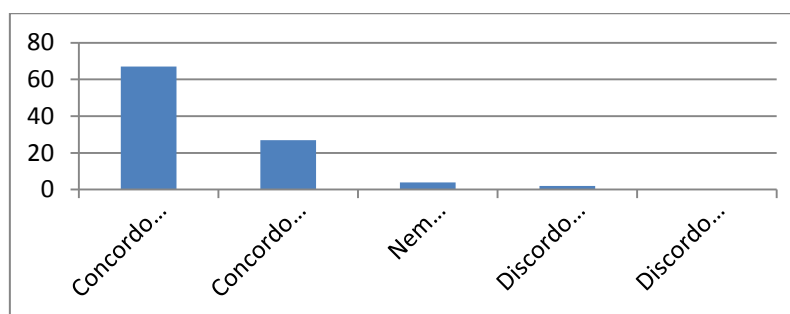
**Gráfico 20- Concordância em relação às metodologias de ensino utilizadas na Universidade Sénior serem diversificadas e estimulantes**



Fonte: inquérito aos alunos da Universidade Sénior de Elvas

No que diz respeito à concordância em relação às metodologias de ensino utilizadas na Universidade Sénior serem diversificadas e estimulantes, a maioria dos inquiridos admitem concordar totalmente, 22% concordam parcialmente, 5% não concordam nem discordam e 2% discordam parcialmente.

**Gráfico 21- Concordância em relação à frequência da Universidade Sénior de Elvas melhorar a qualidade de vida**



Fonte: inquérito aos alunos da Universidade Sénior de Elvas

Mais de metade dos inquiridos concordou totalmente que a frequência na Universidade Sénior melhorou a sua qualidade de vida (67%), 27% concordam parcialmente, 4% não concordam nem discordam e 2% concordam parcialmente.

#### **4.1 – Apresentação dos resultados qualitativos**

A presente seção tem a finalidade fulcral de apresentar, uma quantidade muito vasta de informações de natureza qualitativa, recolhidas no âmbito da aplicação das entrevistas aos sujeitos em estudo.

A realização das entrevistas permitiu-nos obter precisamente os dados qualitativos que o estudo exigia, a fim de complementar as ilações proporcionadas pela abordagem quantitativa e responder, dessa forma, às grandes questões orientadoras da nossa pesquisa.

Ainda assim, cremos que o sucesso do nosso estudo dependerá, em larga medida, da utilização de estratégias de apresentação e discussão dos dados qualitativos

que proporcionem ao leitor uma visão, o mais completa e imediata possível, dos principais resultados apontados pela investigação.

Decidimos, nesse sentido, por garantir um paralelismo entre as principais linhas de apresentação de resultados qualitativos e alguns eixos essenciais do processo de investigação, nomeadamente a matriz de codificação global da entrevista e os objetivos do estudo. O objetivo pretendido consistiu, precisamente, em alcançar uma coerência e inteligibilidade acrescidas entre os processos de tratamento de dados qualitativos e as estratégias de apresentação dos mesmos.

Por conseguinte, espera-se que o compêndio que serve os propósitos de apresentação dos resultados do nosso estudo forme uma unidade dotada de sentido, pois o mesmo deriva diretamente do guião da entrevista e da subsequente matriz de tratamento da informação recolhida. Por seu lado, o guião da entrevista, bem como a sua implementação, alicerçaram-se nos objetivos definidos para o estudo.

Criámos quatro grandes categorias de reflexão, análise e apresentação dos resultados obtidos:

- Auto-caracterização do entrevistado;
- Motivação para ingressar na Universidade Sénior de Elvas;
- Caracterização da Universidade Sénior de Elvas;
- Caracterização das experiências vividas na Universidade Sénior de Elvas.

#### **4.1.1 – Auto-caraterização dos entrevistados**

No que concerne à caracterização dos entrevistados interessa ressaltar que obtivemos depoimentos resultantes de indivíduos de diferentes géneros, idades e estados civis e com percursos de vida muito distintos:

- E1 - Tenho 53 anos, nasci e criei-me em Elvas. Estou desempregado. Tirei só a quarta classe, exerci vários ofícios ao longo da minha vida desde o campo à construção civil, fui ultimamente auxiliar num lar pelo POC mas o contrato terminou. Sou casado e infelizmente neste momento é a minha mulher que

trabalha num lar que é o ganha-pão da família, eu faço as tarefas domésticas e o tempo livre para a Universidade é pouco;

- E2 - Já completei os 64 anos e estou reformado há dois. Fui toda a vida bancário. Sou natural de Elvas. Pelas minhas contas, em termos de habilitações, devo ter o equivalente ao que é hoje o décimo segundo ano. Vivo com a minha esposa e com um filho maior mas ainda solteiro;
- E3 - Sou mulher e no meu tempo poucas eram as mulheres que estudavam, vá lá que os meus pais mandaram-me aprender a ler. Já fiz os setenta e cinco anos mas ninguém diz. Fiz só a terceira classe incompleta, nem três anos estudei, mas sei assinar o meu nome e sei ler devagar. Casei cedo, com 17 anos. Fui toda a vida doméstica. Agora estou reformada;
- E4 - Nasci em Elvas. Fui cozinheira, toda a vida. Primeiro trabalhei como sopeira na casa de uns senhores. Comecei a trabalhar aos dezasseis anos. Depois de casar fui para o restaurante. Tive um problema numa perna, primeiro varizes e depois uma ferida e tive de me reformar antes do tempo, mas foi melhor assim. Tenho agora 55 anos;
- E5 - Ainda tenho uma pequena horta, gosto de semear as minhas coisinhas, mas a saúde já não ajuda lá muito menina. Já fiz os setenta e os achaques começam a notar-se, é o reumatismo, são esses padecimentos de quando somos velhos. Negociava hortaliças. Já me reformei. Fui à escola no primeiro ano e no segundo depois os meus pais tiraram-me, ainda aprendi a assinar e a fazer algumas contas, deu-me jeito. Vivo com a minha mulher, fazemos para o ano as bodas de ouro;
- E6 - Sou natural de Elvas. Fui educadora de infância 33 anos. Reformei-me no ano passado, quando fiz os 55, foi cedo mas há que dar o lugar aos mais novos e não estou arrependida de ter comprado uns anos de reforma quando pude e te meter os papéis na altura que me pareceu a mais certa. Fiz o meu curso superior

em Lisboa, Estudei quando valia a pena, quando poucos estudavam e hoje tenho uma reforma compensadora. Sou solteira;

- E7 - Nasci, batizei-me e casei em Elvas, sou elvense de gema, com orgulho, gosto de viver aqui. Trabalho na função pública desde os meus 30 anos e tenho hoje 57, já lá vão 27, é muito. Se pudesse gostava de me reformar já e ter mais tempo livre para vir à Universidade Sénior, frequentar outras disciplinas, fazê-lo com mais frequência. Não estudei muito nem pouco, fiz o antigo sexto ano e há 3 anos inscrevi-me no CNO, antes de vir para a Universidade Sénior e tirei o nono ano, foi uma experiência compensadora, tive pena de não continuar. Estou divorciado.

### **Síntese**

De acordo com os dados atrás avançados, a Universidade Sénior de Elvas parece atrair um público relativamente heterogéneo, constatação que é, aliás, corroborada pelos dados obtidos através do inquérito por questionário.

Esta constatação parece-nos importante, na medida em que pode ser reveladora da existência de metodologias e práticas de trabalho ecléticas e diversificadas que contribuam para a criação de programas atraentes a diferentes tipos de público.

As ilações obtidas vão, precisamente, ao encontro do ponto de vista de Marconcin (2004: 52), segundo o qual, a Universidade Sénior abrem-se para todas as pessoas aposentadas, abolindo os exames de admissão e dispensam as qualificações prévias como pré-requisito ao ingresso. Tal situação contribui, de forma determinante, não apenas para um maior afluxo de público, mas também para a captação de pessoas com percursos escolares e profissionais muito diversificados.

#### **4.1.2- Motivação para ingressar na Universidade Sénior de Elvas**

Em relação ao ingresso na Universidade Sénior de Elvas, voltamos a identificar uma gama alargada de razões e critérios, por parte dos entrevistados. Houve casos em que a motivação subjacente ao ingresso na Universidade Sénior de Elvas consistiu na procura ativa de uma solução para problemas pessoais estruturantes, como o isolamento e a baixa participação social, resultante do desemprego ou da entrada na aposentação:

- E1 - Aquilo que me fez inscrever na Universidade Sénior foi o desemprego: não há nada pior do que uma pessoa não ter como ocupar o tempo, estar sem saber o que fazer, isso ainda é pior do que não receber um ordenado ao fim do mês é muito pior, só quem passa por isto é que sabe e não o desejo a ninguém apesar de haver cada vez mais pessoas assim, nas mesmas condições;
- E4 - Foi para desanuviar um bocadinho que vim, nem foi tanto para aprender. Soube por outras amigas que já cá vinham que na Universidade Sénior de Elvas faziam-se várias coisas e o convívio entre as pessoas eram muito bom e estava a passar por uma fase em que me sentia um bocado sozinha, foi por isso que vim, por haver aqui camaradagem e por haverem cá pessoas que estavam na mesma situação que eu e que se deram bem
- E7 - Vim mais para descomprimir um pouco do que propriamente para aprender. Fazia-me falta algo de novo, uma nova experiência de participação coletiva e de socialização e a Universidade Sénior ofereceu-me isso.

### **Síntese**

Há, ainda, quem destaque a importância das novas aprendizagens e das novas experiências possibilitadas pela Universidade Sénior, realçando tratar-se de situações pedagógicas e recreativas que ajudam a pessoa a dar sentido à sua vida, a conferir uma melhor utilidade ao tempo livre e até a recordar aspetos positivos da vida profissional:

- E2 - O que me trouxe à Universidade Sénior foi a vontade de continuar ativo, de aprender e experimentar coisas novas, de conhecer novas pessoas, novos professores, de dar vida à vida por assim dizer numa nova fase em que tenho mais tempo livre. Sempre gostei muito de me relacionar com pessoas e na Universidade Sénior de Elvas posso continuar a ter esse contacto próximo, faz-me colmatar algumas saudades que eu tenho dos tempos que passei no banco e que tinha um contacto muito próximo e permanente com diferentes pessoas;

Os entrevistados 3 e 5 identificaram a influência de familiares próximos ou pessoas significativas como um contributo preponderante para o seu ingresso na Universidade Sénior:

- E3 - Foram os meus filhos que me convenceram a mim e ao meu marido para nos inscrever-mos na Universidade Sénior. Eu não queria, mas os meus filhos lá me convenceram, um deles trabalha na Câmara, é engenheiro e também dá aulas cá e foi por isso que eu e o meu marido viemos;
- E5 - Vim porque a minha mulher me trouxe ela é que começou a ir primeiro com um casal nosso amigo e eles tanto insistiram comigo que eu vim e gostei e agora vamos os quatro, nem sempre vamos juntos, mas vamos quase sempre;

O entrevistado 6, por seu lado, destacou a credibilidade do corpo docente e a qualidade dos programas lúdicos e recreativos da Unidade Sénior como motivos principais que justificaram o seu ingresso na instituição:

- E6 - A Universidade Sénior de Elvas tem uma equipa de professores muito boa e além disso proporciona atividades que vão muito para além do ensino, tem programas diversificados, interessantes e estimulantes, foi por isso que vim;

**Síntese:**

A avaliação, os olhares e sentimentos relativamente à universidade sénior de Elvas, assumem no contexto deste trabalho, uma grande importância, porque nos poderão fornecer importantes pistas sobre a educação e a aprendizagem ao longo da vida, em particular na idade avançada.

### **4.1.3- Caracterização da Universidade Sénior de Elvas**

Relativamente à caracterização da universidade desde logo os docentes são apreciados de forma muito positiva e otimistas e o papel e importância da instituição é enaltecido enquanto agente educativo, recreativo e socializador, o que nos permite

inferir que existe, nos entrevistados, um nível elevado de satisfação face aos serviços oferecidos pela instituição:

- E1 - A Universidade Sénior de Elvas é um bom exemplo, penso eu, está bem equipada, tem bons professores e há sempre muitas coisas diferentes para escolher e fazer;
- E2 - A Universidade Sénior de Elvas é competente e criativa, vejo-a como uma referência, apesar de não conhecer outros exemplos concretos, mas penso que desempenha um ótimo trabalho e dignifica o trabalho social e educacional do concelho, contribui para a qualidade de vida da população sénior, é uma instituição de excelência,
- E3 - A Universidade Sénior de Elvas é uma dessas escolas feitas para pessoas de idade, mas não só, há cá pessoas mais novas do que eu e é uma boa escola, tem bons professores, boas instalações, está bem feita;
- E4 - Vejo a Universidade Sénior de Elvas como um exemplo a seguir, até porque há aqui alunos, como eu, que ainda nem sessenta anos têm e há cada vez mais pessoas assim nas mesmas condições e a Universidade Sénior de Elvas está também feita para elas. As instalações são boas e há camaradagem e respeito, acho que corre tudo de feição;
- E5 - Acho bem existir a Universidade Sénior de Elvas, acho que funciona bem e que se preocupa por agradar aos seus alunos e trata-os bem, vê-se que há interesse e é de graça que a podemos lá ir, assim melhor ainda;
- E6 - A Universidade Sénior de Elvas tem uma equipa de professores muito boa e além disso proporciona atividades que vão muito para além do ensino, tem programas diversificados, interessantes e estimulantes, foi por isso que vim;
- E7 - Para mim a Universidade Sénior de Elvas funciona como um ambiente quase familiar dada a informalidade, a proximidade e a espontaneidade nas

relações professor aluno e vice-versa. Tem um programa de qualidade e sabe atrair mais alunos de ano para ano porque corresponde aquilo que se espera de uma Universidade Sénior. Aqui o ensino não tira o lugar a outras atividades que também são importantes na terceira idade, como o exercício físico, é uma instituição completa, está no bom caminho.

**Síntese:**

É lícito, por isso, anuir que a Universidade Sénior de Elvas enquadra-se no paradigma de uma Universidade Sénior de terceira geração, tal como proposto por Marcocini (2009), na medida em procura dar resposta a uma população da “terceira idade” cada vez mais jovem e mais escolarizada, que começa a exigir cursos que possam ser reconhecidos, organizando programas conducentes a um diploma, podendo esses cursos ser frequentados livremente por aqueles que não pretendam ser avaliados.

Complementarmente, a Universidade Sénior de Elvas parece integrar-se, com naturalidade, no movimento das Universidades da/para Terceira Idade ou Universidades Seniores, difundido por todo o mundo, assumindo as características específicas do local onde está implantado e um modo de ensino particular face às necessidades e expectativas do seu público, mas mantendo o objetivo inicial da manutenção das capacidades físicas, psíquicas, cognitivas e sociais dos idosos (Marconcin, 2009).

#### **4.1.4 -Caracterização das experiências vividas na Universidade Sénior de Elvas**

Finalmente, as experiências vividas na Universidade Sénior de Elvas são classificadas com unanimidade, tanto na sua variante educativa, como na sua variante recreativa, como experiências positivas e enriquecedoras, tanto do ponto de vista individual, como social:

- E1 - Vejo que aqui há também uma preocupação em proporcionar outras atividades e experiências aos alunos que não seja só a do ensino propriamente dito e isso é bom. Acho importante ter outras coisas que cativem e tragam cá as pessoas, para além do ensino, e a Universidade Sénior de Elvas tem-las, até

porque é fundamental as pessoas distraírem-se e descomprimir um pouco dos estudos;

- E2 - A Universidade Sénior consegue proporcionar aos seus alunos, através das atividades extracurriculares digamos assim, experiências únicas que, de outro modo não teriam. Há um incentivo à prática de atividade física e ao combate ao sedentarismo, mas há também o despertar do interesse em catividades artísticas e isso parece-me fantástico para promover a auto-estima das pessoas, a sua capacidade de acreditarem em si;
- E3 - Penso que são boas, correm bem, nós gostamos é o que mais interessa, é porque são boas. Em havendo compreensão de parte a parte e nisso os professores têm sido impecáveis, corre tudo melhor, há vontade de continuar a vir, sentimo-nos bem. Para além das aulas, temos também outras atividades, como os professores lhe chamam, para variar e para nos mexermos um bocadinho e experimentarmos outras coisas que nunca tínhamos feito, são atividades divertidas, poem-nos à vontade, fazem-nos bem à saúde como a hidro-ginástica;
- E4 - Fazem-se outras coisas que também nos distraem e divertem e são importantes. Não é só matérias e decorar coisas, também nos distraímos com a hidrogenástica, por exemplo, tem-me feito muito bem às varizes, sinto as pernas menos inchadas. São coisas que nos fazem sentir melhor;
- E5 - Ora são boas, que hei-de dizer contra, não tenho nada a apontar-lhes. A gente aprende mais e melhor quando estamos contentes e vimos para aqui contentes, vê-se que fazem um bom trabalho, há um bom relacionamento entre os professores e a gente, eles são compreensivos connosco, explicam bem e levam-nos em atenção e muitos também aprendem connosco, coisas que nem sabiam que havia, que havia ou aconteceram no nosso tempo mas hoje já não há. Falamos de tudo e todos aprendemos uns com os outros. Faz-se de tudo um pouco para além de aprendermos. Temos hidrogenástica que sinto que me tem feito muito bem à coluna. Temos a oportunidade de experimentar coisas boas

que nem sabíamos que existiam e sempre dá para desanuviar de algumas aulas mais massudas;

- E6 - Considero as práticas pedagógicas da Universidade Sénior de Elvas irrepreensíveis. Há o foco em cada caso concreto, o ensino é personalizado, nem todos fazem as aquisições em simultâneo e os professores estão despertos para isso e gerem a agenda da aula conforme a capacidade de assimilação de cada pessoa, de modo a que ninguém fique para trás. Verifico também o apelo e a preocupação constante que têm com a participação ativa dos alunos no processo de aprendizagem, fomentando o debate, a troca de ideias e pontos de vista, sobretudo nas disciplinas de carácter mais social e cívico. Repito para as atividades lúdicas e recreativas o que já tinha dito para as atividades curriculares, são diversificadas e competentes e fazem-nos sentir muito bem, acho importante alternar períodos de aprendizagem, que exigem concentração e disponibilidade com outros de recreio e diversão e penso que a Universidade Sénior de Elvas sabe equilibrar bem as coisas. Aquilo que mais me impressionou, não foi uma aprendizagem isolada, mas o seu conjunto, a sua totalidade, plena de sentido e significado, não apenas pedagógico mas também pessoal. Conviver com outras pessoas com percursos distintos mas com uma enorme vontade de aprender é também muito gratificante e sinto que tenho aprendido muito com as suas experiências de vida;
  
- E7 - Fico particularmente sensibilizado, e isso marca-me obviamente, com a qualidade das aprendizagens e das competências que se podem adquirir num debate bem moderado, com diferentes pontos de vista onde cada um esgrime os seus argumentos. Gosto muito de participar nestas atividades e sinto que as mesmas têm contribuído muito para o meu crescimento até como cidadão mais esclarecido e com maiores preocupações cívicas e de cidadania. Além disso, sempre gostei de ver os debates na televisão entre os políticos e agora, poder participar neles na universidade sénior, é muito gratificante, é uma experiência extraordinária.

**Síntese:**

Constatamos, por conseguinte, que, de acordo com os dados recolhidos, a Universidade Sénior de Elvas proporciona aos seus alunos experiências pedagógicas e recreativas de elevada qualidade e diversidade, que preenchem as suas necessidades de aprendizagem, convívio e diversão e satisfazem as suas expectativas em relação ao papel desempenhado pela instituição. Esta constatação empírica, reservada ao caso particular da Universidade Sénior de Elvas, também está em conformidade com as fontes utilizadas.

Tal como a literatura preconiza em relação às demais Universidades Seniores, os objetivos da Universidade Sénior de Elvas estão sintonizados com as mudanças nas novas formas de estar e viver dos reformados, as quais se distinguem por uma postura de maior participação em atividades cívicas, culturais, educacionais e recreativas resultante de uma perceção de maior necessidade de inserção na vida social.

Segundo Marconcin (2009: 53), os seniores não admitem a posição de isolamento, antes tão comum, têm ânsia de novas experiências, novas aprendizagens e isso contribui para o aumento de instituições que atendam essas necessidades. A Universidade Sénior de Elvas parece, pelos depoimentos dos entrevistados, ter interpretado com clareza o seu desiderato social e educacional, agindo em conformidade com o aumento da procura de serviços especializados nesta área.

Por outro lado, os dados obtidos confirmaram que, à semelhança do que a literatura avança, verifica-se por parte dos idosos, a necessidade de ampliarem e potenciarem a sua rede de contactos sociais, na medida em que a família começa-se a distanciar e os filhos e os netos, em função das suas ocupações profissionais, deixam frequentemente de estar próximos. Esta reconfiguração familiar predispõe os idosos a procurar encetar novos contactos e novos relacionamentos sociais, externos ao círculo familiar, que os leve a conhecer novas pessoas e a relacionarem-se satisfatoriamente com as mesmas, no sentido de compensarem o enfraquecimento dos laços sociais no círculo familiar mais alargado e combaterem, desta forma, possíveis cenários de isolamento e os respetivos sentimentos de solidão.

## Conclusões do Estudo

Atribuímos ao presente capítulo o papel crucial de constituir a sinopse prática da nossa dissertação, na medida em que congregará, de uma forma sistematizada, as principais ilações adiantadas pelo estudo, relativamente à natureza, às configurações e às implicações práticas das experiências de formação e recreação vividas pelos indivíduos estudados, no âmbito da sua frequência na Universidade Sénior de Elvas.

Tendo em conta a pertinência do seu objeto de estudo, a pesquisa que realizámos adiciona à sua condição académica uma vertente didática importante, na medida em que disponibilizará informações relevantes aos responsáveis da Universidade Sénior de Elvas, no que respeita à compreensão das visões que os beneficiários da instituição têm dos processos formativos e recreativos aí desenvolvidos, contribuindo dessa forma para a adequação dos programas às expectativas e necessidades dos idosos que a frequentam.

Uma vez finalizado o nosso estudo e após terem sido apresentados os principais resultados alcançados através do mesmo, a primeira ilação importante a salientar é a de que a estratégia metodológica adotada adaptou-se com coerência e eficácia aos objetivos e às questões orientadoras da dissertação, como aliás, propõe Guerra (2006), possibilitando-nos, com isso, traçar um quadro de conclusões sólidas sobre um fenómeno extenso e complexo e ainda relativamente pouco documentado na literatura especializada, a perceção que as pessoas que frequentam uma Universidade Sénior têm sobre os contributos de uma instituição desta natureza nas suas vidas.

O estudo dos contributos da Universidade Sénior de Elvas na vida dos indivíduos que a frequentam impôs que a nossa pesquisa se apoiasse numa configuração metodológica, capaz de combinar técnicas quantitativas e outras qualitativas de modo a recolher e interpretar, em diferentes tempos, mas, sobretudo a partir de diferentes subjetividades, informações diversas e complementares, imprescindíveis à compreensão do fenómeno que nos propusemos investigar. Por optarmos, recorrer ao desenho empírico de um estudo de caso, a partir de um enfoque direto nas opiniões que os indivíduos em estudo tinham sobre o fenómeno estudado, cremos ter alcançado uma compreensão mais profunda e credível sobre o mesmo.

A abordagem bibliográfica e metodológica da nossa pesquisa ancorou-se ao longo de todo o estudo nas temáticas intersectadas e nas discussões mobilizadas pela

pesquisa, de forma a corresponder com precisão aos objetivos do estudo e responder com pertinência às suas questões orientadoras.

A Universidade Sénior de Elvas afirma-se como um espaço educativo dinâmico, empreendedor e plurifacetado, inserindo-se, com naturalidade na categoria de Universidade Sénior de terceira geração, tal como adiantado por Marconcini (2009), na medida em que se revela capaz de dar resposta a uma população cada vez mais jovem e mais afastada da idade convencionada para a terceira idade.

Além de atrair uma faixa significativa de indivíduos com menos de 65 anos, tal como o inquérito por questionário revelou, apresenta programas diversificados que procuram, mais do que satisfazer diferentes preferências e expectativas nos seus beneficiários, prestar um verdadeiro serviço à comunidade, melhorando objetivamente as condições de vida proporcionadas à população sénior e pré-sénior residente no concelho de Elvas.

Os dados avançados pelo inquérito por questionário são perentórios em demonstrar que a grande maioria dos inquiridos (77%) têm menos de 65 anos, registando-se inclusivamente uma fatia expressiva de 30% cuja idade está compreendida entre os 45 e os 55 anos.

Estes resultados apontam para uma suposta influência positiva dos níveis médios altos de sabedoria, na transição para a reforma, em condições em que uma boa transição possa estar ameaçada.

Recordamos que Baltes e colaboradores, como resultado das suas investigações, desenvolveram um modelo psicológico de envelhecimento bem-sucedido, baseado em ganhos e perdas, que denominam Optimização, Selectiva com Compensação (SOC), indicando o desempenho sábio, como um exemplo deste mecanismo. Ardel (1997), por sua vez, defende que a sabedoria é, na velhice, um importante preditor da satisfação com a vida. E que, nos primeiros anos de vida das pessoas, as tarefas desenvolvidas na infância e na idade adulta requerem a aquisição de conhecimento intelectual, mas nos anos posteriores, torna-se mais vantajoso a aquisição de sabedoria.

A entrada para a Universidade Sénior é considerada como uma oportunidade para desenvolver actividades diversificadas, a realização de actividades desportivas, de lazer e culturais.

As palavras de Simões (2000) adequam-se perfeitamente ao que encontramos neste estudo: *“da ideia do indivíduo passivo, sentado no banco do jardim, a ver as*

*peças passar, vai-se chegando a um cidadão dinâmico, desejoso de participar na vida da comunidade”,* cujas condições de vida lhe permitem “*maior confiança no futuro e estimulam-no a aproveitar, de maneira pessoalmente mais enriquecedora, os anos mais longos da aposentação*” (p. 155).

Por outro lado, em geral, também se destaca nas entrevistas um grande autoconhecimento e uma grande capacidade de reflexão e auto-reflexão. Lembramos que na perspectiva de Ardel (2004), a auto-reflexão ajuda a pessoa a perceber, de forma humilde os seus limites. E, nesse sentido, as pessoas sábias, estão, também, do ponto de vista afetivo, mais preocupadas com assuntos universais, do que simplesmente com o seu bem-estar. Julgamos que este retrato se adequa à nossa amostra, uma vez que nas diversas entrevistas, foi sobressaindo uma preocupação relativamente ao outro, refletindo interesses altruístas. Para Ardel (2004), este aspeto está relacionado com a satisfação com a vida e com a serenidade, na medida em que permite à pessoa aceitar as limitações da vida, nomeadamente, ao nível das alterações físicas e a morte. Nas entrevistas notamos que as alterações físicas tendem a ser encaradas com alguma naturalidade. Para Macdonald (1981, cit. por Alves, 2009: 112) “*as pessoas sábias atingem uma compreensão mais apurada de si próprias, elas estão atentas às suas forças e fraquezas e desenvolvem estratégias capazes de as controlar e promover*”. Pensamos encontrar aqui, na capacidade de adaptação às mudanças biológicas inerentes ao envelhecimento, à capacidade de viver com as contradições e à adaptação na mudança, algumas das características do pensamento dialético. Recordamos que, segundo Pascual-Leone (1990), o pensamento pós-formal conduz a uma compreensão mais apurada das contradições, imperfeições e aspectos negativos da natureza humana e, simultaneamente, leva a que se seja compassivo e atencioso para com os outros.

E, especificamente, no que diz respeito ao fenómeno educativo, são cidadãos que permanecem envolvidos em processos de aprendizagem intencional e que reconhecem, em si próprios, capacidade para continuar a aprender. A frequência da universidade sénior não é caracterizada como um mero momento de lazer ou de convívio, mas, pelo contrário, surge com o objetivo bem definido de aprender. Esta vertente é bem acentuada e valorizada, surgindo em todas as entrevistas. Aprender informática, inglês, história ou psicologia, não é para estes seniores um mero passatempo, mas uma necessidade e um objetivo! Parece pois que o conceito de si como educandos ao longo da vida está bem arraigado nos seniores investigados.

A aposentação, uma das transições mais importantes do ciclo de vida, não pode ser ignorada pela educação, que, antes de mais, deve “*empenhar-se em destruir mitos que em torno dela se geram*” (Simões, 2006: 100),

*porque as investigações têm mostrado que “a maioria das pessoas se adapta, satisfatoriamente, à aposentação e se sente feliz na mesma. Para muitos, pode até representar melhorias em vários aspetos da sua vida – na saúde física e mental, na prestação de cuidados a familiares, no envolvimento em favor da comunidade”.*

Ora, o nosso estudo reforçou, precisamente, o que acabou de ser afirmado.

Por outro lado, os depoimentos recolhidos através das entrevistas classificam, com unanimidade, as experiências vividas na Universidade Sénior de Elvas, tanto na sua variante educativa, como na sua variante recreativa, como experiências positivas e enriquecedoras, quer do ponto de vista individual, quer do ponto de vista social, o que demonstra o elevado grau de diversificação das atividades e os programas desenvolvidos, de modo a satisfazer um público, também ele, diversificado, em termos de idade.

Ainda assim, é de realçar a percentagem significativa de inquiridos com o ensino básico que frequentam a Universidade Sénior (30%), dado este que traduz, na nossa opinião, um esforço acentuado da instituição em acolher e integrar, nas dinâmicas e nas práticas desenvolvidas, pessoas com um nível de escolaridade mais baixo, minimizado as barreiras de acesso e promovendo a inclusão e a igualdade de oportunidades, afirmando-se, tal como Marconcini (2009) preconiza e advoga, como uma instituição aberta, que dispensa exames ou qualificações prévias para o ingresso.

Outra constatação que não podemos deixar de realçar consiste no facto de a maioria dos inquiridos (47%) considerar a ocupação de tempos livres e a efetuação de novas aprendizagens como o principal motivo subjacente à inscrição na Universidade Sénior de Elvas, sendo que esta é, de acordo com a literatura, a finalidade primordial de qualquer Universidade Sénior e foi ela que, de um ponto de vista histórico e sociológico, esteve na génese deste tipo de instituições educativas. Assim, a Universidade Sénior de Elvas, apesar de ter uma história recente, parece corresponder, na plenitude, aos princípios e à filosofia do movimento que marcou o aparecimento das primeiras Universidades Seniores, na década de cinquenta e sessenta do século passado.

O convívio inter-pessoal, bem como as novas aprendizagens proporcionados pela Universidade Sénior de Elvas constituem os aspetos mais valorizados pelos

inquiridos, relativamente a esta instituição de ensino, o que fortalece e legitima a conclusão anterior de que a Universidade Sénior de Elvas desempenha com sucesso as principais tarefas que são esperadas de uma Universidade Sénior, nomeadamente a manutenção de níveis de participação social elevados e do estímulo à aprendizagem ao longo da vida, sobretudo em idades mais avançadas.

Interessa realçar também o importante papel de catalisador social desempenhado pela Universidade Sénior de Elvas, visto que 43% dos inquiridos que a frequentam assumem viver sós. A participação nas atividades pedagógicas e recreativas desenvolvidas pela Universidade Sénior de Elvas, constitui para estas pessoas uma oportunidade para conviverem com outras, que também a frequentam e para combaterem, deste modo, o isolamento social e a solidão, fenómenos vulgares e recorrentes nas populações com idades mais avançadas.

Por seu lado, as disciplinas mais procuradas pelos inquiridos são as que dizem respeito às novas tecnologias da informação, nomeadamente à informática, as que englobam a aprendizagem ou o aperfeiçoamento de uma língua estrangeira, como o Francês e o Inglês e as que promovem uma melhoria do conhecimento e do controlo sobre o estado de saúde de cada um, como a disciplina de Saúde e as práticas de Hidroginástica. Os dados recolhidos apontam para a prevalência de níveis elevados de interesse e participação nestas disciplinas, podendo-se desse modo, inferir sobre a importância da Universidade Sénior de Elvas na disseminação de conhecimentos práticos e pertinentes no âmbito da info-inclusão, da saúde e do desenvolvimento ou aprofundamento de conhecimentos linguísticos, em línguas de domínio internacional, diferentes da nativa.

Os dados proporcionados pela nossa pesquisa confirmam a pertinência do ponto de vista de Vicente (1992), segundo o qual, a questão da formação do indivíduo idoso para fruição dos diversos benefícios a ele disponibilizados na velhice, assim como a conformidade da oferta com procura, deve ser pensada e discutida. Interessava, por conseguinte, em estudos posteriores, avaliar a dinâmica causal da relação entre o interesse demonstrado pela população sénior em determinadas áreas do conhecimento e a oferta curricular das Universidades Seniores.

A falta de instalações próprias e de pontualidade dos professores são alguns dos aspetos que os inquiridos criticam na Universidade Sénior de Elvas. Interessa, contudo, ressaltar que os professores trabalham em regime de voluntariado.

Ensinar e aprender na Universidade Senior de Elvas surge como uma dualidade e uma ponte que se estabelece entre a sabedoria e a educação, salientando Lyster (1996, cit. por Alves, 2009) que verificou na investigação que desenvolveu, que as pessoas sábias indicaram como importante o prazer de aprender. Recordamos, agora, os principais pontos de contacto entre a sabedoria e as principais perspectivas teóricas de educação de adultos, de que falámos. Dewey, principal autor da perspectiva pragmatista da educação de adultos, acredita na plasticidade humana, encarando o desenvolvimento como um processo sem limites e baseado na experiência. Da perspectiva humanista, destacamos a crença nas potencialidades humanas, sendo que o objetivo da educação de adultos, não é a simples transmissão de conhecimentos, mas o desenvolvimento global do educando. Da pedagogia crítica, salientamos o enfoque no desenvolvimento da capacidade reflexiva e crítica do educando. Já no caso da aprendizagem transformativa, esta defende que as situações desafiantes são ponto de partida para processos de mudança, designados de aprendizagem transformativa. Esta teoria alia a reflexividade e a transformação, dois pilares da educação de adultos.

A sabedoria *“oferece benefícios diretos ao indivíduo”*, as pessoas sábias *“parecem ser capazes de encontrar um sentido e um significado nas águas turbulentas da vida”* e utilizam *“as experiências emocionais negativas como catalisadores para o crescimento emocional”* (Alves, 2009:177). Ora sendo uma qualidade tão desejada e útil, e havendo uma tão forte relação com a educação, os sistemas educativos, devem orientar-se para estratégias de desenvolvimento da sabedoria. A proposta é que a sociedade se empenhe na educação permanente, contribuindo para processos de desenvolvimento bem sucedido. Neste sentido, as universidades seniores têm uma importante missão a seu cargo.

Na passagem da educação ao longo da vida para a aprendizagem ao longo da vida, sobressai uma perspectiva economicista e virada para as necessidades do mercado de trabalho. Ora, sabendo nós, que as sociedades têm utilizado a idade como importante critério de categorização, definindo tempos de vida, para estudar, trabalhar e para a aposentação, em pleno domínio da aprendizagem ao longo da vida, as sociedades têm esquecido que a idade da reforma é arbitrária e não pode de modo algum significar o fim dos processos de aprendizagem.

Pensamos que ao estarem envolvidos em processos de aprendizagem, os sujeitos da nossa amostra contribuirão, assim, para uma velhice plena e realizada. Possa a

sociedade estar preparada, quer para aproveitar os recursos dos adultos de idade avançada, que pela sua experiência podem ser óptimos educadores, quer para voltar a respeitar os princípios da educação permanente, concretizando os seus ideais.

Pensamos que envolver as pessoas em aprendizagens significativas, pode contribuir para melhorar a sua qualidade de vida, manter o seu nível de autonomia e contribuir para que se sintam valorizadas e continuem a dar contributos para a sociedade. Permitir que os idosos se dediquem ao que gostam, representa uma mais-valia para todos: para os idosos, mas também para a sociedade em geral e para os sistemas de ensino em particular. O desafio é fazer com que o envelhecimento se processe cada vez com mais qualidade de vida, a nível físico e mental e pensamos que a Educação, organizada em sistemas formais ou não, tem aqui um papel a desempenhar.

No âmbito da discussão que nos encontramos a realizar, não podemos deixar de referir algumas limitações do nosso estudo. Antes de mais, a dimensão da amostra não nos permite generalizar as conclusões e, nesse sentido, pensamos ser de grande importância, que em estudos futuros se recorra a amostras maiores. Relativamente aos estudos futuros, consideramos que os estudos longitudinais poderão permitir estudar o papel quotidiano da Universidade Sénior de Elvas na experiência dos idosos, o que será de grande relevo, uma vez que a relação entre a sabedoria e a idade, sendo das mais estudadas, é também das que mais dúvidas levanta. Baltes e Smith (2008) sugerem mesmo que, os estudos microlongitudinais são essenciais para se perceber a ontogénese e as funções da aprendizagem ao longo da vida. Estes estudos podem ser usados para investigar questões sobre o papel da exposição (directa ou indirecta) a eventos particulares, no conhecimento relacionado com a sabedoria. Podem inclusivamente ajudar a esclarecer se as pessoas aprendem ou não, com decisões insensatas. O comportamento insensato é, aliás, uma das temáticas que Baltes e Smith (2008) indicam como relevante para estudos futuros.

Tendo em conta o nosso estudo, e ainda no que diz respeito a investigações futuras, pensamos ser pertinente tentar perceber se existem diferenças no desempenho obtido em dilemas que avaliam a sabedoria, entre reformados envolvidos em contextos de aprendizagem (como as universidades seniores e eventualmente os Centros Novas Oportunidades) e aqueles que não participam nestas actividades de aprendizagem, como é o caso de adultos que estejam institucionalizados.

## **Bibliografia:**

Afonso, N. (2005). *Investigação naturalista em educação. Um guia prático e crítico*. Porto: Edições Asa.

Albarello, L., Digneffe, F., Hiernaux, J.P., Maroy, C., Danielle, R. e Saint-eorges, P. (1997). *Práticas e métodos de investigação em Ciências Sociais*. Lisboa: Gradiva.

Alves, P J. P. (2009). *Sabedoria. Definição, multidimensionalidade e avaliação*. Dissertação de Doutoramento não publicada. Coimbra: Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação.

Ardelt, M. (1997). *Wisdom and life satisfaction in old age*. The Journals of Gerontology: Series B Psychological sciences and social sciences, 52(B) 1, 15-27.

Ardelt, M. (2004). Wisdom as Expert Knowledge System: a critical review of a contemporary operationalization of an ancient concept. *Human Development*, 47 (5), 257-285.

Andrews, F.; Withey, S. (1976). *Social indicators of well-being: American perception of life quality*. New York: Plenum;

Baltes, P. B., Reese, H. W., & Lipsit, L.P. (1980). *Life-span developmental psychology*. Annual Review of Psychology, 31, 65-110.

Baltes, P. B. (1987). *Theoretical propositions of the lifespan development psychology: On the dynamics between growth and decline*. Developmental Psychology, 23, 611-696.

Baltes, P.; Baltes, M. (1990). *Successful aging. Perspectives from the behavioral sciences*. NY: Cambridge. University Press;

Baltes, P. B., & Smith, J. (2008). The fascination of wisdom. Its nature, ontogeny and function. *perspectives on psychological science*, 3(1), 56-64.

Bardin, L. (1977). *Análise de conteúdo*. Lisboa: Edições 70.

Barreto, J. (1998). *Aspectos psicológicos do envelhecimento* In *Psicologia*, vol. 6, n.º 2. Lisboa: Editora Afrontamento, pp. 159-170;

Bastian, Hannelore, (2003). Cursos de saúde para idosos na Alemanha. Documento policopiado apresentado na Conferência Internacional “Envelhecer em saúde”, que decorreu em Lisboa na Universidade Lusófona a 8 de Agosto

Bell, Judith (1997). *Como realizar um projecto de investigação. Um guia para a pesquisa em ciências sociais e da educação*. Lisboa: Gradiva.

Bogdan, R. e Biklen, S. (1994). *Investigação qualitativa em educação. Uma introdução à teoria e aos métodos*. Colecção Ciências da Educação, 12. Porto. Porto Editora.

Borges, M. (1987). *Introdução à Psicologia do Desenvolvimento*. Porto: Jornal de Notícias;

Botelho, M. (2000). *Autonomia Funcional em Idosos. Caracterização multidimensional em idosos utentes de um centro de saúde urbano*. Porto: Laboratórios Bial;

Brandburn, N. (1969). *The structure of psychological well-being*. Chicago: Aldine;

Cachioni, M. (2003). *Quem educa idosos? Um estudo sobre professores de universidades da terceira idade*. São Paulo: Alínea;

Campbell, A.; Converse, P.; Rodgers, W. (1976). *The quality of American life*. New York: Russel Sage Foundation;

Carbonell, A.; Aparicio, V.; Delgado, M. (2009). *Efectos del envejecimiento en las capacidades físicas: implicaciones en las recomendaciones de ejercicio físico en personas mayores* In Revista Internacional de Ciencias del Deporte, nº 17 – Octubre, 2009. Madrid: International Journal of Sport Science, pp. 1-18;

Carmo, H.; Ferreira, M. M. (1998). *Metodologia da investigação: guia para auto-aprendizagem*. Lisboa: Universidade Aberta.

Clark, A. (1998). *The positive externalities of higher unemployment: evidence from household data*. France: Universite dOrleans;

Comissão Europeia (2007). *Juntos para a saúde: uma abordagem estratégica para a UE (2008-2013)*. Bruxelas: Comissão das Comunidades Europeias;

Diener, E. (2000). “Subjective well-being: the science of happiness and a proposal for a national index”. In *American Psychologist*, n.º 55. Washington: American Psychological Association, pp.34-43;

Diener, E. (1994). “Assessing subjective well-being: progress and opportunities”. In *Social indicators research*, n.º 31. New York: Springerpp;

Diener, E.& Lucas, R. (1992). “Personality and subjective well-being” In Kahneman, D.; Diener, E. & SCHAWARZ, N. *Well-being: the foundation of hedonic psychology*. New York: Russell Sage Foundation;

Diener, E.; Diener, M.; Diener, C. (1995). “Factors predicting the subjective well: being of nations”. In *Journal of Personality and Social Psychology*, n.º 69 Washington: American Psychological Association, pp. 851-864;

Diener, E. & Suh, E. (1997). “Measuring quality of life: economic, social and subjective indicators” In *Social indicators research*, n.º 40. New York: Springerpp, pp. 189-216;

Diener, E.; Suh, E.; Lucas, R.; Smith, H. (1999). “Subjective well-being: three decades of progress” In *Psychological Bulletin*, n.º 2. Washington: American Psychological Association, pp. 276-302;

Erikson, E. (1976). *Infância e Sociedade*. Rio de Janeiro: Zahar Editores;

Fernandes, A.; Gil, A.; Gomes, I. (2007). “Envelhecimento Activo. Um Novo Paradigma” In *Revista Fórum Sociológico*, n.º 17. Lisboa: FCSH-UNL, pp.43-63;

Ferreira, A. (2007). *O ensino e a formação na terceira idade: as Universidades para a Terceira Idade*.

<http://www.rutis.pt/documentos/conteudos/ensino%20terceira%20idade%20ana%20carvalho.pdf>; em 22/11/2012

Flick, U. (2004). *Introducción a la investigación cualitativa*. Madrid: Ediciones Morata;

Foddy, W. (1996). *Como perguntar – teoria e prática da construção de perguntas em entrevistas e questionários*. Lisboa: Celta;

Fonseca, A. (2004). *Desenvolvimento humano e envelhecimento*. Lisboa: Climepsi Editores;

Fortin, M. (2009). *Fundamentos e etapas do processo de investigação*. Loures: Lusodidacta;

Freund, A. M., & Baltes, P. B. (2000). The orchestration of selection, optimization and ompensation: An action-theoretical conceptualization of a theory of developmental regulation. In W. J. Perrig & A. Grob (Eds.), *Control of human behavior, mental processes, and consciousness: Essays in honor of the 60th birthday of August Flammer* (pp. 35–58). Mahwah, NJ: Erlbaum.

Glendenning, F. (1985). *Educational gerontology: international perspectives*. London: Croom Helm;

Gonçalves, D.; Martin, I.; Guedes, J.; Cabral, F; Fonseca, A. (2006). *Psicologia, Saúde & Doenças*, n.º7. Lisboa: Sociedade Portuguesa de Psicologia da Saúde, pp. 137-143;

Guerra, I. (2006). *Pesquisa qualitativa e análise de conteúdo – sentido e formas de uso*. Parede: Principia;

Heckhausen, J., Dixon, R. A., & Baltes, P. B. (1989). Gains and losses in development throughout adulthood as perceived by different adult age groups. *Developmental Psychology*, 25, 109–1

Instituto Nacional de Estatística (2009). Estatísticas demográficas 2008. [http://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine\\_destaquas&DESTAQUESdest\\_boui=56907523&DESTAQUESmodo=2](http://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_destaquas&DESTAQUESdest_boui=56907523&DESTAQUESmodo=2); em 15/09/2011

Instituto Nacional de Estatística (2004). Projeções de População Residente - Portugal e NUTS II - 2000-2050. [http://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine\\_publicacoes&PUBLICACOESpub\\_boui=378125&PUBLICACOESmodo=2](http://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_publicacoes&PUBLICACOESpub_boui=378125&PUBLICACOESmodo=2); em 15/09/2011

Jacob, Luís, (2003). Caracterização das UTIs. Retirado da World Wide Web <http://www.rutis.org/nis> em 25/11/2012.

Jacob, Luis. (2005). *A importância das Universidades da Terceira Idade na qualidade de vida dos seniores em Portugal*, Revista Medicina e Saúde, Agosto (92), 16-17.

Jacob, L. (2007). *Universidades da Terceira Idade. Uma resposta social ou educacional?* Acedido a 22 de Novembro de 2011 em <http://www.rutis.pt/documentos/conteudos/Social%20ou%20educacional.pdf>;

Kilpatrick, J. (1998). *Journal for research in Mathematics Education*, nº 98. Reston, VA: National Council of Teachers of Mathematics;

Lemieux, A. (1998). “The university of the third age: role of senior citizens” In *Educational Gerontology*, nº 21. London: Taylor & Francis Author Services, pp. 337-344;

Lemieux, A., (1999). *La gérontagogie et les programmes universitaires pour les personnes du troisième âge. Perspective pour les Facultés d'Éducation*, in International Conference on Elder University Programs: Education, Research, Social Reengagement and Collaboration Networks, Granada, Dezembro.

Lemieux, A.; Boutin, G.; Sánchez, M. & Riendeau, J. (2003). *The faculties of education in the traditional universities and the third age universities: A model of partnership*. Versão policopiada, pp. 9

Lemieux, A. & Martinez, M. (2000). “Gerontology beyond words: a reality” In *Educational Gerontology*, n.º 26. London: Taylor & Francis Author Services, pp. 475-498;

Lima, M. P. (2004). *Envelhecimento e perdas. Como posso não me perder?* *Psychologica*, 35, pp.133-145.

Lima, M. P. (2010). *Envelhecimento(s)*. Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra.

Ludke, M. e André, M. (1986) E. D. A. *Pesquisa em educação: abordagens qualitativas*. São Paulo: EPU.

Marchand, H. (2005). *Psicologia do adulto e do idoso*. Coimbra: Editora Quarteto;

Marconcin, P. (2009). Bem-estar subjectivo e a prática desportiva em idosos – Alunos de Universidades Seniores do Porto. Dissertação de mestrado não publicada, Universidade do Porto (Curso de Mestrado em Ciências do Desporto), Porto;

Martins, R. (2006). “Envelhecimento e Políticas Sociais” In *Educação, Ciência e Tecnologia*, nº 32 – Fevereiro, 2006. Viseu: ESS/ISPV, pp. 126-140;

Mills, E., (1993). *The Story of Elderhostel*, University Press of New England, Hanover, NH

Monteiro, M.; SANTOS, M. (2003). *Psicologia*. Porto: Porto Editora;

Monteiro, N., & Félix, Neto (2008). *Universidade da Terceira Idade: Da solidão à motivação*. Porto: Livpsic. Edição electrónica.

Morin, E. (1981). *As grandes questões do nosso tempo*. Lisboa: Editorial Notícias

Myers, D. & Diener, E. (1995). “Who is happy?” In *Psychological Science*, vol. 6. Washington: Association for Psychological Science, pp. 10-19;

Nazareth, J. M. (2009). *Crescer e envelhecer. Constrangimentos e oportunidades do envelhecimento demográfico*. Lisboa: Editorial Presença.

Nordstrom, Nancy. The learning in retirement movement in North America. Retirado da World Wide Web: <http://www.elderhostel.org/about/default.aspx> em 25/11/2012

Novo, R. (2000). *Para além da eudaimonia: o bem-estar psicológico em mulheres na idade adulta avançada*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian;

Oliveira, J. H. B. (2005). Sabedoria: definição, dimensionalidade e educabilidade. *Revista Portuguesa de Pedagogia*, Ano 39, nº2, 151-173.

Oliveira, J. H. B. (2008). *Psicologia do Envelhecimento e do Idoso* (3ª ed.). Porto: LivPsic.

Osório, A. (2005). *Educação permanente e educação de adultos*. Lisboa: Horizontes Pedagógicos;

Pascual-Leone, J. (1990). *Wisdom: toward organismic processes*. In R. Sterberg (Ed.), *Wisdom: Its nature, origins and development* (pp. 244-278). Cambridge: Cambridge Press.

Peixoto, Clarisse, (1997). *De volta às aulas ou de como ser estudante aos 60 anos in Terceira Idade – Desafios para o terceiro milénio*. Unati-UERJ, Rio de Janeiro.

Peterson, D. (1990). “A history of the education of older learnig” In Sherrom, R. e Lumsden, D. *Introduction to Educational Gerontology*. New York: Hemisphere;

Pinto, Maria da Graça, (2003). *As Universidades da Terceira Idade em Portugal: Das origens aos novos desafios do futuro*. Documento apresentado na Conferência Internacional Envelhecer em saúde, que decorreu em Lisboa na Universidade Lusófona a 8 de Agosto.

Pinto, M. G. C. (2006). *Da importância de programas destinados à educação de seniores na sociedade de hoje: As universidades da terceira idade em Portugal*. [www.rutis.org](http://www.rutis.org). em 09 de Abril de 2012.

Ponte, J. (1994). *O estudo de caso na investigação em educação matemática* In *Quadrante*, vol. 3, nº1. Lisboa: Associação de Professores de Matemática, pp. 3-18;

Quivy, R.& Campenhoudt, L. V. (1992). *Manual de investigação em Ciências Sociais*. Lisboa. Gradiva. ((2ª edição)

Quivy, R. (2005). *Manual de Investigação em Ciências Sociais*. Lisboa: Gradiva.

Rutis (2010). III Congresso Mundial de Envelhecimento Activo. <http://www.rutis.org/cgi-bin/reservado/scripts/command.cgi/?naction=4&mn=EkpFuVZlEynEumlwlj>; em 14/10/2012

Santrok, J. (1996). *Adolescence*. Iowa (EUA): Brown & Benchmark;

Silva F. (1999). *Crenças em relação à velhice, bem-estar subjectivo e motivos para frequentar Universidade da Terceira Idade*. Dissertação de mestrado não publicada, Universidade Estadual de Campinas (curso de mestrado em Gerontologia), Campinas, SP;

Simões, A. (2000). *Educação de adultos: Da aprendizagem formativa à aprendizagem transformativa*. In M. A. Veiga & J. Magalhães (Orgs.), Professor Doutor José Dias Ribeiro-Homenagem (pp. 809-822). Braga: Universidade do Minho.

Simões, A. (2006). *A nova velhice. Um novo público a educar*. Porto: Âmbar.

Simões, A. (2006a). *Factos e factores do desenvolvimento intelectual do adulto*. *Psychologica*, 42, 25-43.

Spiriduso, W. (2005). *Dimensões físicas do envelhecimento*. Barueri SP: Manole;

Sprinthall, N.; Collins, W. (1994). *Psicologia do adolescente. Uma abordagem desenvolvimentista*. Lisboa: F.C.G;

Sprinthall, N.; Sprinthall, R. (1993). *Psicologia educacional. Uma abordagem desenvolvimentista*. Lisboa: McGraw-Hill;

Sternberg, R. (1990). Understanding wisdom. In R. J. Sternberg (Ed.), *Wisdom: Its nature, origins, and development* (pp.3-9). Cambridge: Cambridge University Press.

Thompson, Jean; Swindell, Richard, (1995). An International Perspective of the University of the Third Age. Griffith University, Documento Policopiado.

Vandenplas-Holper, C. (1998). *Le développement psychologique a l'age adulte et pendant la vieillesse*. Paris: Presses Universitaires de France.

Vandenplas-Holper, C. (2000). *Desenvolvimento psicológico na idade adulta e durante a velhice: maturidade e sabedoria*. Porto: ASA;

Veenhoven, R. (1984). *Conditions of Happiness*. D. Reidel: Dordrecht;

Veloso, Esmeraldina, (2002). Políticas e contextos educativos para os idosos: um estudo sociológico numa Universidade da Terceira Idade em Portugal Tese de Dissertação para a obtenção do grau de Doutor na Universidade do Minho. Retirado da World Wide Web: <http://hdl.handle.net/1822/908> em 25/11/2012.

Veloso, E. (2004). *Políticas e contextos educativos para idosos: um estudo sociológico numa Universidade da Terceira Idade em Portugal*. Tese de doutoramento não publicada, Universidade do Minho (curso de doutoramento em Educação), Braga;

Vicente, R. (1992). *Educação permanente: o desafio da terceira idade*. Revista Psicologia Argumento, 10 (12): 61-65;

Wilson, W. (1967). "Correlates of avowed happiness" In *Psychological Bulletin*, vol. 67, n.º 4 – April, 1967. US: American Psychological Association, pp. 294-306;

World Health Organization (2002). *Active Ageing: a policy framework*. [http://whqlibdoc.who.int/hq/2002/WHO\\_NMH\\_NPH\\_02.8.pdf](http://whqlibdoc.who.int/hq/2002/WHO_NMH_NPH_02.8.pdf); em 22/11/2012

World Health Organization (1997). "The Heidelberg guidelines for promoting physical activity among older persons" In *Journal of Aging and Physical Activity*, n.º 5. Illinois, United States: Human Kinetics Publishers, pp. 2-8.

### **Sites consultados:**

<http://www.rutis.org> em 25/11/2012