

Atuação social do profissional de Educação Física em programas para idosos

Mesaque Silva Correia¹
Carlos Alberto Treff Junior
Maria Luzia de Jesus Miranda

Resumo

Este trabalho tem como objetivo descrever a atuação social do profissional de Educação Física em um Programa de Educação Física para Idosos implantado na Universidade São Judas Tadeu desde o ano de 2002, que utiliza as atividades físicas como ferramenta pedagógica para despertar no sujeito idoso o senso crítico, a autonomia, a criatividade, o autocuidado e a capacidade de fazer escolhas frente às mesmas. Para tanto, procedeu-se a uma observação participante da prática pedagógica dos educadores do Projeto Sênior. Encontrou-se que a prática educativa está baseada no diálogo verbal, emocional, cognitivo e, principalmente corporal a fim de instrumentar os idosos para a análise da realidade de expressão e incluí-los na experiência da reflexão e da ação individual e em grupo. Analisa-se como os aportes teóricos e filosóficos que fundamentam tal prática ocorrem na mediação desse processo educativo.

¹ Mesaque Silva Correia (mesaquecorreia@bol.com.br) é mestrando em Educação Física pela Universidade São Judas Tadeu/USJT; Membro do GREPES (Grupo de Estudo e Pesquisa Sênior), da Universidade São Judas Tadeu, no qual desenvolve pesquisas referentes à área da Educação Física, Educação e Envelhecimento.

Carlos Alberto Treff Junior (catreff@ig.com.br) é mestrando em Ciência do Envelhecimento pela Universidade São Judas Tadeu/USJT.

Maria Luzia de Jesus Miranda (odsmi@uol.com.br) é doutora em Psicologia pela Universidade de São Paulo. Professora da Universidade São Judas Tadeu. Idealizadora e Coordenadora do Projeto Sênior para Vida Ativa e do Grupo de Estudo e Pesquisa Sênior.

Trabalho desenvolvido sob orientação da Profª Drª Ana Martha de Almeida Limongelli, coordenadora do Projeto Sênior para Vida Ativa. Membro do GREPES (Grupo de Estudo e Pesquisa Sênior) e da Profª Velardi, coordenadora do Projeto Sênior para Vida Ativa e do Grupo de Estudo e Pesquisa Sênior.

PALAVRAS-CHAVE: Pedagogia Social - Atividade Física - Idosos.

**SOCIAL PERFORMANCE OF THE PHYSICAL EDUCATION PROFESSIONAL
IN A PROGRAM OF P. E. TO ELDERLY**

ABSTRACT

This work has as objective to describe the social performance of the physical education professional in a Program of Physical Education (P.E.) to Elderly implanted at São Judas Tadeu University since 2002, that uses the physical activities as a pedagogical tool to arouse in elderly person the critical sense, autonomy, creativity, self-care and the capability of make choices when it's necessary. So, it was made an observation not systematized about the pedagogical practice of the educators from Senior Project. It was find out that the educative practice is based on verbal, emotional, cognitive and mainly body dialogue in order to subsidize the elderly to the analysis of the reality from expression and include them in the reflection experience and in individual and in group action. It is analyzed as theoretical a philosophical support that validate this practice occur in the mediation of this educative process.

KEYWORDS: Social Pedagogy - Physical activity - Elderly.

INTRODUÇÃO

Sabe-se que a população idosa brasileira tem crescido de forma exacerbada, com estimativas que indicam uma elevação desses índices para as próximas décadas, o que se atribui para um prolongamento da vida, provavelmente relacionado a um maior e melhor controle de doenças infectocontagiosas e crônico-degenerativas, além do controle da natalidade por questões sociais nos países em desenvolvimento como o Brasil, gerando a necessidade de mudanças na estrutura social, para que estas pessoas não fiquem a margem da sociedade, alienadas, inatividade e incapazes fisicamente, conseqüentemente sem qualidade de vida e autonomia para fazer escolhas.

Esta necessidade social e humana tem levado o poder público e sociedade civil organizada a fomentarem políticas e serviços de atendimento a essa população, no sentido de contribuir para que continue integrada a sociedade de forma produtiva e participativa.

Muitas pesquisas e diferentes propostas de ações que tratam da educação do idoso têm sido desenvolvidas por diversas instituições e grupos sociais. Propostas estas que são derivadas de diferentes concepções de ensino que se tem definido para a educação da pessoa idosa. Uma dessas vertentes tem como objetivo trabalhar a educação do idoso em uma perspectiva emancipatória, centrada no engajamento individual e coletivo, no respeito à diversidade de saberes, nos limites e possibilidades de cada sujeito e no fortalecimento da autonomia e do senso crítico.

Um Programa de Educação Física que tem encaminhado suas ações pedagógicas nas esteiras desses princípios é o Projeto Sênior para a Vida Atida implantado na Universidade São Judas Tadeu- USJT/SP, o qual se sustenta numa pedagogia interativa que busca aplicar a pedagogia de Paulo Freire: "Quem ensina aprende ao ensinar e quem aprende ensina ao aprender" (2009, p.23).

Neste sentido, o presente artigo tem como objetivo descrever a atuação social do profissional de Educação Física do Projeto Sênior para Vida Ativa/USJT. Para tanto, procedeu-se a uma observação participante (Vianna, 2003) da prática pedagógica dos educadores do Projeto Sênior.

OS IDEÁRIOS DA PEDAGOGIA SOCIAL NA PRÁTICA DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA

A pedagogia social é entendida como uma ciência pedagógica que luta em prol de uma educação para a democracia, a liberdade, a igualdade e a autonomia. É uma “educação não formal”¹ que prioriza o atendimento educacional aos grupos menos favorecidos e em condição de risco. É uma ciência, de caráter teórico-prático, que se refere à socialização do sujeito, tanto a partir de uma perspectiva normalizada como de situações especiais (inadaptação social), assim como aos aspectos educativos do trabalho social (DÍAZ, 2006).

Neste sentido, a pedagogia social almeja contribuir para que o indivíduo se integre no meio social com capacidade crítica para ver e compreender a realidade assumindo a responsabilidade de ser um agente de mudança no contexto a qual está inserido. Pois para Paulo Freire (1971) o homem como ser da ação e da reflexão, ocupa a posição de ‘ad-mirador’ do mundo. Como um ser da atividade que é capaz de refletir sobre si e sobre a própria atividade que dele se desliga, o homem é capaz de afastar-se do mundo para ficar nele e com ele. ‘Ad-mirar’ significa na realidade significa objetivá-la, apreendê-la como campo de sua reflexão.

Esta prática de educação social tem permeado as mais diversas áreas do conhecimento, fazendo com que os profissionais destas áreas fundamentem suas ações nos princípios desta ciência e ampliem as possibilidades de atuação junto às comunidades. A educação física como área pedagógica tem se embebido desses ideais e seus profissionais tem buscado “escrever pedagogias” para além das instituições educativas institucionalizadas. Pedagogia estas que se preocupam com o contexto no qual os sujeitos envolvidos no processo de reflexão-ação-reconstrução estão inseridos, criando assim novas possibilidades de aprendizagens, interações e inclusões sociais.

O trabalho pedagógico com vertente emancipatória que vem sendo desenvolvido nos programas de educação física para idosos é o reflexo da incorporação dos ideários da pedagogia social por esse profissional, uma vez que, no caso da educação para idosos, é necessário que se reflita sobre o direito das pessoas a processo dessa natureza, considerando-se este período da vida

como um momento que se pode viver com autonomia. Esta que é garantida, na maior parte das vezes, por processos de aprendizagens que gerem condições para o autoconhecimento, para que o indivíduo seja capaz de adotar um comportamento, sendo consciente do porque irá adotá-lo, quais recursos pessoais e ambientais serão necessários para isso e como poderá agir segundo seus valores, necessidades e desejos. Para que, assim, possa se sentir capacitado para agir porque quer (e se quiser) e não movido pelo medo “inevitável”. (VELARDI, 2003, p. 13).

Além disso, o profissional da educação física tem utilizado a atividade física como ferramenta pedagógica para problematizar situações e contextos, com o objetivo de fazer com que o idoso tenha uma postura crítica e autônoma frente às atividades propostas, podendo adotá-las ou não.

PROJETO SÊNIOR PARA A VIDA ATIVA – A PEDAGOGIA FREIREANA COMO SUPORTE PARA A AÇÃO PEDAGÓGICA

Considerações sobre o projeto

As educadoras e pesquisadoras *Maria Luiza de Jesus Miranda* e *Marília Velardi* embebidas das questões sobre os processos de envelhecimento e os benefícios da atividade física para a população idosa, a partir do ano de 2000 iniciaram os primeiros movimentos para implantação de um programa de educação física para idosos na Universidade São Judas Tadeu/SP. O primeiro passo foi a criação de um Grupo de Estudo para qualificar graduados, graduandos e interessados em atuar com essa população.

Oriundas da vivência no Programa Autonomia para Atividade Física (PAAF) da EEFÉ – USP, que tinha como objetivo dar condições ao idoso para autogerir um programa de atividade física, sendo voltado para seu autocuidado, assim como pretendia levar o idoso a aprender sobre a importância da atividade física no processo de envelhecimento, fazendo o idoso perceber as atividades físicas adequadas para si e como realizá-las, levando para o seu cotidiano os novos conhecimentos como possibilidade de melhorar sua qualidade de vida. (OKUMA, 1998). A partir da participação no grupo de organizadores do PAAF, as

educadoras vislumbraram as possibilidades de criação de um programa de educação física com essas mesmas características e ideais.

Depois de muitos diálogos e ultrapassagem de obstáculos, no ano de 2003 foi implantado o programa que se destina ao atendimento a idosos da classe trabalhadora, moradores das proximidades da Universidade São Judas Tadeu e fisicamente independentes. Pois, o envelhecimento não é uma prerrogativa daqueles que têm melhor nível socioeconômico tampouco daqueles que tem maiores níveis de escolarização (MIRANDA; VELARDI no Prelo).²

Hoje, depois de sete anos de sua implantação, o Projeto Sênior para a Vida Ativa tem um modelo pedagógico bem definido, e busca desenvolver uma prática educacional que esteja coerente com a construção da autonomia, que leve o idoso a adoção da atividade física de forma consciente e responsável, fazendo dela uma ferramenta para melhoria de sua qualidade de vida e de um envelhecer saudável.

Aportes teóricos e filosóficos que fundamentam a prática pedagógica a prática dos educadores do projeto

O Projeto Sênior para a Vida Ativa se sustenta na teoria da velhice bem-sucedida, no ideário da promoção da saúde, e na pedagogia da autonomia, alicerçada nos estudos de Paulo Freire e das considerações de Coll e colaboradores para a organização didática dos conteúdos desenvolvidos em aula. (GEREZ, 2007) Os educadores do projeto partem do pressuposto que as intenções educativas, mais do que as atividades institucionalizadas, levadas a cabo no ambiente educacional por seus atores (agentes de saúde, educadores, educandos e demais envolvidos) determinam o tipo de aprendizagem capaz de modificar comportamentos. Mais do que isso, podem ou não levar o indivíduo à autonomia (MIRANDA; VELARDI em Prelo).

Ao adotarem a *teoria da velhice bem sucedida* encorparam no projeto a crença de que as pessoas têm um potencial de reserva nas suas diferentes dimensões, o que proporciona o desenvolvimento contínuo e pleno ao longo de sua vida, desde que seus potenciais sejam trabalhados. O que significa dizer que na velhice existe a possibilidade de desenvolvimento e que sua estimulação

poderá contribuir significativamente para a qualidade de vida do idoso mesmo na presença de algumas limitações físicas (BALTES e BALTES, 1991, NERI, 1993; 1999).

Os ideários da *promoção da saúde* são incorporados no programa e fundamentam a visão dos educadores sobre saúde e suas práticas educativas junto aos idosos. Neste sentido, o conceito de saúde é incorporado como um conceito positivo que leva em consideração os recursos sociais, pessoais e físicos. Recursos estes que são determinados por fatores pessoais, sociais, ambientais e econômicos. O que permite o desenvolvimento de uma abordagem educacional em saúde não coercitiva, mas dialogável com uma pedagogia de soluções de problemas, na qual o educador e o idoso procuram utilizar a saúde como um recurso para se viver melhor.

A concepção de autonomia que fundamenta as ações no projeto advém da área da promoção da saúde e da filosofia. Na promoção da saúde, a autonomia é concebida de forma que seus modelos de definições não se limitam a identificar os obstáculos associados à dependência física ou social. (MIRANDA; VELARDI no Prelo). Além disso, para esses educadores a autonomia é tida como a base do processo educativo, e, por esse motivo, caminham nas esteiras freireana para fundamentação de suas ações, a qual compreende que ser autônomo é ser livre para ser o que é.

Portanto, acredita-se que a perspectiva educacional que pode ser coerente com a busca da autonomia que vem sendo desenvolvida no Sênior é aquela que concebe a função do educador como de instaurar métodos que tem a tarefa de despertar no educando a curiosidade, aquela que estimula a busca constante do conhecimento, portanto não submissa, e então, por extensão, formadora do senso crítico. (MIRANDA; VELARDI no prelo).

A pedagogia social freireana materializada nas ações educativas do projeto sênior

O conhecimento exige uma presença curiosa do sujeito em face do mundo. Requer sua ação transformadora sobre a realidade. Demanda uma busca constante. Implica uma intervenção. Reclama a reflexão crítica a cada um sobre o ato mesmo de conhecer, pelo qual se reconhece conhecendo e, ao reconhecer-se assim, percebe o 'como' de seu conhecer e os condicionamentos a que está submetido seu ato (PAULO FREIRE, 1971, p. 34)

Os apontamentos freireanos acima sinalizam bem a pedagogia que durante sete anos vem sendo desenvolvida pelos educadores do Projeto Sênior. Pedagogia essa não estática, mas dinâmica e flexível, que se valendo do diálogo busca problematizar situações e contextos, fazendo com que a população idosa atendida pelo programa faça escolhas conscientes e responsáveis frente à atividade física e outros problemas que por ventura surgirem no percurso de sua vida.

O diálogo desenvolvido no programa extrapola a verbalização. É cultivado o diálogo emocional, cognitivo e principalmente corporal. Através das ações pedagógicas educadores e idosos dialogam com o seu corpo, reconhecendo o mesmo e se reconhecendo, possibilitando identificar os limites e as possibilidades de cada um. Esse diálogo ocorre através de expressões faciais, dos movimentos das mãos, dos braços, das pernas, da cabeça, do quadril, do contato com o corpo do outro. Esses movimentos possibilitam o idoso sentir, perceber, conhecer melhor e aceitar seu corpo com seus limites e possibilidades.



Foto 1: Contato com outro corpo

A pedagogia do diálogo corporal, o reconhecimento de si e suas possibilidades.



Foto 2: Movimento Corporal



Foto 3: Sentir o corpo

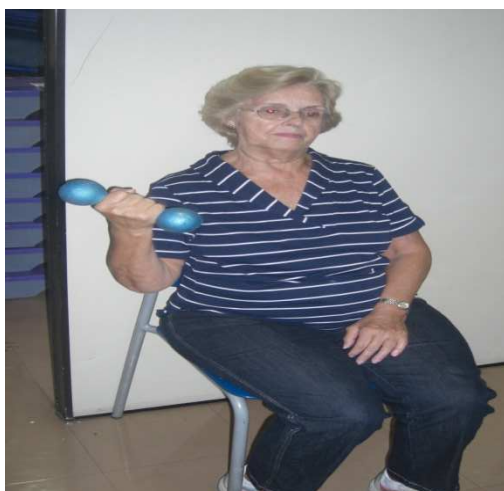


Foto 4: Reconhecimento das possibilidades

FONTE: MESAQUE, S. C. Arquivo Pessoal, 2010.

Neste sentido, mais importante do que fazer atividade física para não ter doenças é aprender sobre ela para que se enriqueça a vida pensada para além do “silêncio dos órgãos”. Aprender para poder praticá-la não a partir de uma imposição, mas sim a partir de uma escolha que seja consciente (GEREZ, 2006, p.5).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta atuação do profissional de educação física do Projeto Sênior se fundamenta numa visão de homem como ser histórico, que se realiza no tempo e vai se localizando com lucidez no espaço e nas circunstâncias em que se vive, tendo a capacidade de criar, recriar e transformar a realidade. É por isso, que o objetivo da prática educativa é de dar instrumento aos idosos para a análise da realidade de expressão e incluí-los na experiência da reflexão e da ação individual e em grupo.

Neste sentido, percebe-se naturalmente que está equipe de profissionais tem utilizado sua prática social e política a favor da emancipação e da autonomia do sujeito idoso.

Notas:

¹ Educação que fica desvinculada do sistema educativo sistematizado e hierarquizada pelo Estado.

² MIRANDA, M. L. J; VELARDI, V. Projeto Sênior para a Vida Ativa: Universidade São Judas Tadeu (SP). (Texto não publicado).

Referências

BALTES, P. B.; BALTES, M. M. Psychological perspectives on successful aging: the model of selective optimization with compensation. In: **BALTES, P. B.; BALTES, M. M. (eds.). Successful Aging: perspectives from the behavioral sciences**. Cambridge: Cambridge University Press, p. 1-34, 1991.

DÍAZ, A. S. Uma Aproximação à Pedagogia – Educação Social. **Revista Lusófona de Educação**, ed. 7, 2006, p. 91-104.

FREIRE, P. **Extensão e Comunicação**. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1971.

FREIRE, P. **Pedagogia da autonomia**. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2009.

GEREZ, A. G. **A prática pedagógica em educação física para idosos e a educação em saúde:** Um olhar sobre o projeto sênior para a vida ativa – USJT. Dissertação de Mestrado. Universidade São Judas Tadeu – USJT, 2006.

GEREZ, A. G. et al. A prática pedagógica e a organização didática dos conteúdos de educação física para idosos no Projeto Sênior par a Vida Ativa da Universidade São Judas Tadeu: uma experiência rumo à autonomia. **Revista Brasileira de Ciência do Esporte**, v. 28, p. 221-236, 2007.

MIRANDA, M. L. J.; VELARDI, M. Projeto Sênior para a Vida Ativa da Universidade São Judas Tadeu. In.: FARINATTI, P. T. V. (org.). **Envelhecimento, Exercício e Promoção da Saúde:** bases teóricas e metodológicas. São Paulo, Manole. **No prelo.**

NERI, A. L. Qualidade de vida no adulto maduro: interpretações teóricas e evidências de pesquisas. In: NERI, A. L. (org.). **Qualidade de vida e idade madura.** Campinas: Papirus, 1993, p. 9-56.

NERI, A. L.; CACHIONI, M. Velhice bem-sucedida e educação. In: NERI, A. L.; DEBERT, G. G. (org.). **Velhice e Sociedade.** Campinas: Papirus, 1999.

PORTELLA, M. R. **A utopia do envelhecer saudável nas ações coletivas dos grupos de terceira idade:** Canais de aprendizagem para a construção da cidadania. Tese de Doutorado em Enfermagem. Florianópolis: Universidade Federal de Santa Catarina, 2002.

VELARDI, M. **Pesquisa e Ação em Atividade Física para Idosos.** Tese de Doutorado. Campinas: Faculdade de Educação Física – Unicamp, 2003

VIANNA, H.M. **Pesquisa em Educação – a observação.** Brasília: Plano, 2003.