

AS RELAÇÕES DO IDOSO NO COTIDIANO

BENALVA SILVA VITORIO*

Civilização é, antes de tudo, vontade de convivência.
José Ortega y Gasset

RESUMO

Trata-se de pesquisa¹ teórica e empírica vinculada ao projeto **A arte da convivência** do Grupo de Pesquisa, Comunicação e Cidadania, constituído por professores e alunos de cursos de graduação da Universidade Católica de Santos, instituição proponente deste trabalho, realizado nos municípios de Santos e São Vicente, Região Metropolitana da Baixada Santista, Estado de São Paulo. A partir da interação com idosos do Lar Vicentino Assistência a Velhice, Repúblicas Renascer e Vitória, Curso de Extensão para a Terceira Idade / UniSantos, os membros do Grupo ouviram suas histórias com objetivo de compreender relacionamentos e convivência que eles estabelecem com as novas tecnologias, a família, os amigos, a sociedade e a vida. Por meio de metodologia qualitativa, a coleta de dados compreende observação participante, entrevista e/ou depoimento com os sujeitos pesquisados. O método para entender as relações sociais dos idosos foi ancorado em princípios e procedimentos da Análise de Discurso da Escola Francesa. Ao descrever o contexto imediato para a compreensão do contexto amplo, configuramos as condições de produção do discurso em relação à memória (o já-dito), onde intervêm a ideologia, o inconsciente, o esquecimento, a falha, o equívoco.

PALAVRAS-CHAVE

Idoso, relacionamento, cotidiano.

ABSTRACT

This is an empirical and theoretical research linked to the project “The art of living” of the Communication and Citizenship research group, composed of teachers and students of undergraduate courses at Universidade Católica de Santos, proponent institution of this work, conducted in the cities of Santos and São Vicente, Metropolitan Region of Baixada Santista, São Paulo State. From the interaction with elders of the Vincentian Home Old Age Assistance, Old Age Home Renascer and Vitória and Extension Course for the Third Age (Universidade Católica de Santos), the research group members heard their stories in order to understand relationships and coexistence they establish with new technologies, family, friends, society and life. By using qualitative methodology, data collection

* Bacharel em Jornalismo pela Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras da Sociedade Visconde de São Leopoldo, doutora em Ciências da Comunicação pela Escola de Comunicações e Artes da USP, PhD pela Universidade de Coimbra e Universidade Aberta de Lisboa, Portugal. Professora da Universidade Católica de Santos, onde ministra disciplinas nos cursos de graduação de Enfermagem, Jornalismo, Nutrição, Relações Internacionais; coordena e ministra disciplina no Curso de Extensão para a Terceira Idade; líder do Grupo de Pesquisa Comunicação e Cidadania; integrante da Cátedra Sérgio Vieira de Melo.

comprised participant observation, interview and/or statement collection of the researched subjects. The method to understand the social relations of the elderly anchors itself in the principles and procedures of the French School of Discourse Analysis. Describing the immediate context for understanding the broad contexts, we set the conditions for the production of speech concerning memory, where ideology, unconscious, forgetfulness, failure, and misconception intervene.

KEYWORDS

Elderly, relationships, daily life.

RETRATO

Eu não tinha este rosto de hoje,
 assim calmo, assim triste, assim magro,
 nem estes olhos tão vazios,
 nem o lábio amargo.
 Eu não tinha estas mãos sem força,
 tão paradas e frias e mortas;
 eu não tinha este coração
 quem nem se mostra.
 Eu não dei por esta mudança, tão simples,
 tão certa, tão fácil:
 em que espelho ficou perdida minha face?

Cecília Meireles (1958, p. 10)

A pergunta da poetisa e jornalista Cecília Meireles em *Retrato* (rodapé) coloca o sujeito na dimensão do tempo. No presente, a face refletida no espelho desperta a nostalgia do passado e “a consciência de si mesmo”, muito mais do que a fotografia, que “nos proporciona uma consciência de alteridade”, mesmo quando a representação é da nossa própria imagem, como Barthes (1984, p. 25) compreendeu a distinção entre dois desencadeadores de percepção, espelho e fotografia.

O espelho, segundo Eco (1989, p. 17), “não traduz”, ele “registra aquilo que o atinge da forma que o atinge”, sem manipulação e sem mentira. Portanto, só resta ao sujeito aceitar a imagem refletida no espelho e entendê-la como o enigma proposto por Elias (1998, p. 62), ou seja: “o futuro de hoje é o presente de amanhã, e o presente de hoje é o passado de amanhã”.

Ao entender o enigma do tempo fica mais fácil aceitar as marcas que ele deixa em nossa existência. Compreender a conjugação entre passado, presente e futuro requer equilíbrio que transparece nas atitudes do homem, quando consegue controlar a raiva, resolver divergências sem violência e sem destruição; quando tem paciência para renunciar ao prazer imediato, a fim de alcançar vantagem mais adiante; quando tem perseverança no que está empenhado, superando oposição e adversidades; quando a abnegação atende às necessidades alheias; quando tem capacidade para enfrentar o desagradável e a decepção sem amargura e revolta; quando a humildade transparece

no perdão e a razão não dá lugar ao discurso da vitória. Quando alcança tudo isso, o homem atinge a maturidade (VITORIO, 2003, p. 118).

Assim, a maturidade configura-se como estado consciente de rever as significações que atribuímos aos fatos de nossa história, viabilizando aberturas para novas construções, novos caminhos no trânsito da vida. Contudo, neste fluxo há diferentes itinerários e cada sujeito escolhe o seu. Dependendo do roteiro para a construção da vida, o tempo de ser idoso poderá ser de encanto ou desencanto. Para que haja desencanto, considera Lahud Loureiro (1999, p. 79), “é preciso ter havido, ou haver ainda, encantos e que, no momento da vida, os reencantos são possíveis e desejáveis em qualquer idade, até mesmo na velhice”.

A evolução dos conceitos sobre a idade sucinta questionamentos por parte de Bento (1999, p. 17) ao desenhar o “figurino da realidade de vida dos idosos”.

Enquanto até há três ou quatro décadas os indivíduos com cinqüenta e mesmo com quarenta anos já eram vistos como velhos, hoje essa classificação se aplica apenas - e com reservas - para além dos sessenta anos, ou seja, registra-se uma evolução dos conceitos, justificando que se pergunte: são realmente “velhos” ou idosos? A partir de quando é que uma pessoa deixa de ser um adulto ativo e passa a ser um ancião? Por que é que se fala de seniores ou idosos e não de adultos mais velhos?

Para a Organização Mundial de Saúde (OMS) a pessoa idosa é aquela que estiver na faixa etária dos 60 aos 74 anos de idade, velha quem está entre os 75 e 89 anos, acima dos 90 anos pertence à fase de grande velhice. Já a Organização das Nações Unidas (ONU) classifica os idosos em três grupos: pré-idosos, entre 54 e 64 anos; idosos jovens, entre 65 e 79 anos; e os idosos de idade avançada, a partir de 80 anos (BARRETO, 1999, p. 55).

No Brasil, de acordo com o Artigo 2º da Lei nº 8.842, de 4 de janeiro de 1994, considera-se idoso a pessoa maior de sessenta anos de idade. Porém, convenções sócio-demográficas classificam as pessoas com mais de 60 anos como idosos nos países em desenvolvimento e com mais de 65 anos nos países desenvolvidos. Tais estudos consideram que o ciclo da vida está relacionado ao gênero, classe social, saúde, educação, fatores de personalidade, história passada e contexto sócio-histórico, elementos importantes que se mesclam com a idade cronológica para determinar diferença entre os idosos (NÉRI, 2001, p. 45).

Além dos fatores apontados acima, deve-se considerar também a subjetividade do ser humano para que se sinta ou não pertencente a um segmento identificado como idoso ou velho e que apresente padrões de comportamento esperados para uma determinada categoria etária.

Idoso ou velho? Eis a questão que promove discussão, devido a estereótipos que marcam a vida do sujeito, de acordo com a idade e formas de encarar os anos na vida. Para Ricardo (1996, p. 243), há distinção nas duas formas de considerar a pessoa na fase do envelhecimento.

Idosa é a pessoa que tem muita idade, velha é a pessoa que perdeu a jovialidade. A idade causa a degenerescência das células; a velhice causa a degenerescência do espírito. Por isso, nem todos idosos é velho e há velho que ainda nem chegou a ser idoso.

O envelhecimento, contudo, causa alterações progressivas e irreversíveis ao longo dos anos: morfológicas, bioquímicas, fisiológicas, comportamentais e psicossociais, dificultando o sujeito de se adaptar ao ambiente familiar e social. Causa também desequilíbrio alimentar e nutricional. Há situações que podem afetar a alimentação do idoso, como a morte de uma pessoa querida, as condições de moradia, a sensação de abandono, problemas financeiros, perda de independência ou de autonomia, depressão. Essas situações podem provocar desinteresse pela vida e o idoso perde a vontade de preparar as refeições e até mesmo de se alimentar. Aliada à alimentação deficiente, a redução de exercícios físicos provoca a diminuição da massa muscular, que é mais rápida que a diminuição de gordura (MARUCCI, ALVES, GOMES, 2011).

Entre as mudanças que mais interferem no estado nutricional do idoso, os especialistas apontam as seguintes: diminuição do metabolismo basal, redistribuição da massa corporal, alterações no funcionamento do sistema digestivo, alterações na percepção sensorial e diminuição da sensibilidade à sede. Com exceção das duas primeiras, as outras podem interferir diretamente no consumo alimentar (CAMPOS, MONTEIRO, ORNELAS, 2000).

Mudança fisiológica significativa no idoso está no paladar, com a redução do olfato e das papilas gustativas, o que dificulta o sabor da comida. Para sanar esse problema, recomenda-se o enriquecimento dos alimentos para ressaltar o sabor (STANGA, ALLISON, VANDEWOUBE, 2008).

Para avaliar o estado nutricional do sujeito, que passa por alterações com a idade, emprega-se o índice de massa corporal (IMC), calculado com base na fórmula $IMC = \text{Peso kg}/\text{altura(m)}$. Os pontos de corte do IMC do idoso são superiores aos do adulto, devido à maior susceptibilidade do sujeito dessa faixa etária, que precisa de mais reserva de tecidos para proteger da desnutrição. Os critérios de diagnóstico nutricional para a avaliação do idoso são: $IMC < 22 \text{ kg/m}^2$ é considerado magreza; IMC de 22 a 27 kg/m^2 é diagnosticado como eutrófico e $IMC > 27 \text{ kg/m}^2$ o diagnóstico é de excesso de peso, pontos de corte estipulados pelo *Nutrition Screening Initiative* em 1994 (KAMINURA, et. al, 2014).

A alimentação saudável do idoso deve ser semelhante à de um adulto, ou seja, conter diariamente alimentos de todos os grupos alimentares: **grupo 1:** arroz, batata, pão, massa e mandioca, que fornecem a principal fonte de energia do corpo humano que são os carboidratos; **grupo 2:** verduras e legumes, fonte de vitaminas, minerais e fibras, importantes na manutenção do organismo (sistema imunológico e digestório); **grupo 3:** frutas e sucos de frutas, fornecem vitaminas, minerais, fibras e carboidratos; **grupo 4:** leites, queijos e iogurtes, que fornecem principalmente proteínas, importante na formação e manutenção de células e tecidos e minerais (majoritariamente cálcio) e vitaminas; **grupo 5:** carnes e ovos, ricos em proteínas,

algumas vitaminas (maioria complexo B) e alguns minerais como o ferro; **grupo 6:** leguminosas (feijão, soja, ervilha, lentilha e grão-de-bico), ricos em proteínas e alguns minerais como o ferro; **grupo 7:** óleos e gorduras (azeite, óleo, manteiga e margarina), responsáveis pela manutenção da temperatura, transporte de vitaminas lipossolúveis, sabor as preparações e sensação de saciedade, devendo-se dar preferência as gorduras insaturadas presente em óleos vegetais e azeite; **grupo 8:** açúcares e doces, fornecem carboidratos simples/refinados de baixo valor nutricional, que devem ser consumidos com moderação (ANDRADE, 2014).

Afinal, quem é o idoso, como sujeito do seu tempo? Como ele se relaciona com o Outro e consigo próprio? De que forma estabelece a convivência no cotidiano? Em que condições ele vive e produz o seu discurso sobre a família, os amigos, a sociedade e a vida?

Da convivência com idosos em diferentes espaços do cotidiano, observamos que muitos se transformam longe da família: retomam a auto-estima, adquirem o poder da palavra e das atitudes, livram-se da “cumplicidade” opressora da família, como registra Beauvoir (1990, p. 268).

A família inteira se torna cúmplice. Mina-se a resistência ao ancião, oprimindo-o com cuidados exagerados que o paralisam, tratando-o com benevolência irônica, falando-lhe em linguagem infantil, e até mesmo troando, por trás dele, olhares de entendimento, e deixando escapar palavras ferinas. Se a persuasão e astúcia fracassaram em fazê-lo ceder não se hesita em mentir-lhe ou em recorrer a um golpe de força.

O afastamento da família representa um desses “golpes” mascarado no discurso de que “é o melhor para todos”. Assim, “convence-se o velho a entrar provisoriamente numa casa de aposentados, onde é abandonado”, pois “não serve para nada”, como aponta Beauvoir (1990, p. 268). Porém, nem todos são confinados em asilo, abrigo, casa e clínica de repouso. Há idosos que se preparam para o estágio da vida em que não poderão contar com a família e organizam o seu canto com seus encantos. Entre os que moram sozinhos há aqueles que buscam companhia em atividades esportiva, de lazer e de atualização do conhecimento, como forma de convivência e preenchimento do tempo.

Pressupomos, a exemplo de Lahud Loureiro (1998, p. 17), que ser idoso é apenas uma fase diferente de vida, “quem sabe a última, mas ainda viva”. Sendo assim, acreditamos que, se as suas capacidades expressivas, sensibilidades, intuição e memória forem ativadas, poderão ocorrer mudanças em sua visão de mundo e de vida, encontrando novos interesses, aspirações e formas para prosseguir a caminhada ao lado do Outro, com mais tolerância ao novo, ao diferente, vivenciando o intercâmbio de valores.

Nesse sentido, essa pesquisa tem como objetivo geral compreender o cotidiano do idoso e as relações que ele estabelece com a vida, em duas cidades da Região Metropolitana da Baixada Santista, Santos e São Vicente. Especificamente, esperamos contribuir para a reinserção do idoso em seus

papéis sociais, aliviando a solidão e as perdas psicológicas, motoras e afetivas, associadas às manifestações somáticas da velhice.

A justificativa para a realização desse trabalho deve-se ao aumento da expectativa de vida de brasileiros com idade acima de 65 anos. Segundo estimativa com base no Censo Demográfico do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), divulgado em agosto de 2013, há tendência de aumentar a população dessa faixa etária, que passará de 14,9 milhões (7,4% do total), em 2013, para 58,4 milhões (26,7% do total), em 2060.

No período referido, a expectativa média de vida do brasileiro deve passar de 75 para 81 anos. De acordo com o IBGE, as mulheres continuarão vivendo mais do que os homens. Em 2060, a expectativa de vida delas será de 84,4 anos, contra 78,03 dos homens. Atualmente elas vivem, em média, até os 78,5 anos, enquanto eles, até os 71,5 anos.

No gráfico abaixo registramos o percentual de idosos no Brasil, no estado de São Paulo, na Região Metropolitana da Baixada Santista e nas duas cidades contempladas na pesquisa (Santos e São Vicente), que permite a comparação de crescimento das pessoas nas faixas etárias acima dos 60 e dos 80 anos, conforme dados do IBGE.

ANO 2000			ANO 2010		
Local	60 e mais	80 e mais	Local	60 e mais	80 e mais
Brasil	8,5%	1,1%	Brasil	10,8%	1,5%
Est. S. Paulo	9,4%	1,1%	Est. S. Paulo	11,6%	1,6%
RMBS	10,2%	1,2%	RMBS	13,1%	1,8%
Santos	15,6%	2,0%	Santos	19,2%	3,4%
São Vicente	8,5%	0,9%	São Vicente	11,2%	1,5%

Tabela 1

Fonte: IBGE, Censo Demográfico 2000 e 2010.

De acordo com os dados acima, observamos o índice significativo de idosos na Região Metropolitana da Baixada Santista, constituída, por ordem alfabética, pelos seguintes municípios: Bertioga, Cubatão, Guarujá, Itanhaém, Mongaguá, Peruíbe, Praia Grande, Santos e São Vicente. Conforme o levantamento mais recente do IBGE, a cidade de Santos, por exemplo, tinha 80.353 pessoas com mais de 60 anos, em 2010, o que correspondia a 19,2% da população do Município.

Para o desenvolvimento dessa pesquisa, a metodologia compreende duas etapas. Na primeira, os membros do Grupo realizaram contato com idosos de três instituições: Lar Vicentino de Assistência a Velhice, em São Vicente; Repúblicas de Idoso Renascer e Vitória, em Santos; Curso de Extensão para a Terceira Idade, da Universidade Católica de Santos.

Por meio de visitas programadas, estabelecemos a aproximação inicial com os sujeitos pesquisados para a convivência da equipe de pesquisa, principalmente os alunos da graduação, com os idosos. No Lar Vicentino, pro-

movemos dois eventos no primeiro semestre de 2014: comemoração do Dia das Mães e Festa Junina. Nas Repúblicas, participamos de reunião entre os idosos residentes e assistentes sociais da Prefeitura de Santos. No Curso de Extensão para a Terceira Idade, da Universidade Católica de Santos, o contato foi natural e espontâneo, na medida em que tanto pesquisados quanto pesquisadores fazem parte dessa Instituição de Ensino Superior.

Na segunda etapa, após observação participante, os alunos da equipe de pesquisa, orientados pelos professores, registraram as histórias de vida e as experiências dos idosos, por meio de entrevistas não estruturadas e/ou depoimentos, com o devido consentimento dos sujeitos pesquisados. Como critério de inclusão, a amostra, além de voluntária, deveria apresentar condições psíquicas para acompanhar o raciocínio do trabalho proposto. As entrevistas, realizadas em outubro de 2014, foram gravadas e, posteriormente, transcritas para tabulação e análise. Com adesão dos entrevistados, o Grupo registrou imagens para ensaio fotográfico.

Consideramos que, por meio da palavra e da rememoração, além de revelar a sua opinião, o idoso refletiu sobre as questões propostas. Assim, os depoimentos proporcionam ao sujeito pesquisado a oportunidade para acionar a memória, podendo pensar, lembrar, relacionar fatos e conscientizar-se, mesmo que seja tomada de consciência provisória. Além desses benefícios, esperamos contribuir para que o idoso se reconheça cidadão, com direitos para assegurar igualdade e diferença como parte do processo democrático. Na diferença e não fora dela, na relação com o Outro, são construídas as identidades.

A amostra inicialmente seria constituída por quinze idosos, cinco de cada uma das instituições referidas. Contudo, nas Repúblicas só conseguimos a adesão de quatro voluntários para a entrevista. Por se tratar de pesquisa qualitativa, que busca o aprofundamento no que examina, a amostra de catorze sujeitos pesquisados permitiu compreender o sentido do que registramos na convivência com os idosos, com base nos princípios e procedimentos da Análise de Discurso da Escola Francesa, “que não procura um sentido verdadeiro através de uma ‘chave’ de interpretação”, como explica Orlandi (1999, p. 21). “Não há esta chave, há métodos, há construção de um dispositivo teórico”. Portanto, não há uma verdade oculta no texto. Há gestos de interpretação que o constituem e que o pesquisador deve ser capaz de compreender com apoio do seu dispositivo de análise.

A partir do texto, resultado das entrevistas e/ou depoimentos, o Grupo realizou a análise das condições de produção do discurso em relação à memória (o saber discursivo, o já-dito), onde intervêm a ideologia, o inconsciente, o esquecimento, a falha, o equívoco. Na análise, descrevemos o contexto imediato para a compreensão do contexto amplo, que configuram as condições de produção do discurso.

Como futuro discursivo, membros do grupo teceram considerações a respeito desse trajeto, resultando na conjugação de palavras, sentidos e sujeitos em diferentes contextos. Nesse sentido, lembramos as palavras de Bosi (1994, p.38).

Nesta pesquisa fomos ao mesmo tempo sujeito e objeto. Sujeito enquanto indagávamos, procurando saber. Objeto quando ouvíamos, registrávamos, sendo como que um instrumento de receber e transmitir a memória de alguém, um meio de que esse alguém se valia para transmitir suas lembranças.

O trabalho está estruturado em três partes. Na primeira, a APRESENTAÇÃO consiste no relato dos passos empreendidos no trajeto como guia orientador do que pretendíamos alcançar, iluminando o sujeito da pesquisa.

A segunda parte – CONDIÇÕES DE PRODUÇÃO DO DISCURSO – representa o DESENVOLVIMENTO do trabalho, no qual apresentamos o contexto imediato e analisamos o contexto amplo. O primeiro contexto diz respeito ao lugar de convivência dos sujeitos pesquisados, a tabulação dos dados referentes às respostas que deram com base no roteiro de entrevista, bem como a análise das implicações da alimentação e saúde na vida dos entrevistados.

CONDIÇÕES DE PRODUÇÃO DO DISCURSO

As condições de produção do discurso compreendem a situação, os sujeitos e a memória, em dois sentidos. No primeiro, sentido estrito, são consideradas as circunstâncias da enunciação no contexto imediato. No segundo, sentido amplo, as condições de produção incluem o contexto sócio-histórico, ideológico (ORLANDI, 1999, p. 30).

Nesse nosso trabalho, o contexto imediato são as instituições onde foram realizadas as entrevistas (Universidade Católica de Santos / Curso de Extensão para a Terceira Idade, Repúblicas Renascer e Vitória, Lar Vicentino de Assistência a Velhice), os sujeitos pesquisados (idosos) e a resposta dos mesmos às questões formuladas no roteiro de entrevista.

As entrevistas foram realizadas pelos alunos da graduação, orientados pelos professores, no segundo semestre de 2014. O tempo de gravação das entrevistas dependeu da disponibilidade e condições físicas e psicológicas dos sujeitos pesquisados.

Contexto imediato: lugar de convivência e os sujeitos pesquisados

Curso de Extensão para a Terceira Idade / UNISANTOS

No período letivo, de segunda a quinta-feira, período vespertino, no *campus* Dom Idílio José Soares, da Universidade Católica de Santos, no bairro Vila Mathias, Santos, circulam alunos com perfil diferenciado daqueles que frequentam as Instituições de Ensino Superior para adquirir um diploma, entrar no mercado de trabalho, conquistar a realização profissional. Eles são os alunos do Curso de Extensão para a Terceira Idade, na faixa etária acima dos 50 anos, que buscam a universidade para atualizar conhecimentos, adquirir novos saberes, construir amizades, conviver com a Diferença, sem preocupação com provas, exames, notas, aprovação ou reprovação. Exigem,

contudo, o certificado no final do quarto semestre de frequência no curso, o que não representa partida, mas a continuidade enquanto queiram permanecer como alunos da Terceira Idade. Semestralmente, estão matriculados no curso cerca de 80 alunos, que contam com o trabalho de professores da Instituição de diferentes áreas do conhecimento, ministrando disciplina com o mesmo empenho e rigor da graduação.

Nos alicerces desse curso está a Universidade Aberta para a Terceira Idade, programa criado em 1991, no extinto *campus* Pompeia, no bairro do mesmo nome, em Santos. Iniciativa da Vice-Reitoria Acadêmica da UniSantos, a proposta teve como objetivo “colocar a Universidade a serviço da comunidade”, diante da “considerável quantidade de dependências ociosas, sobretudo no período vespertino”. Inicialmente, a criação do programa não se destinava especificamente às pessoas da terceira idade, mas para aquelas “preocupadas em se manter dinamicamente atualizadas e em contato com as principais tendências do pensamento moderno”. Contudo, os que procuraram o programa “eram pessoas que, de alguma forma, já haviam cumprido com suas obrigações no sistema produtivo e/ou familiar, normalmente na faixa etária classificada como terceira idade” (SANTOS, 1997, p. 9).

Nos 24 anos de existência, o programa passou por transformações para atender às necessidades dos alunos e adequar-se ao ritmo da modernidade no sistema de ensino: mudança de *campus* e de nomenclatura, aprimoramento da grade curricular e alteração na constituição de turmas. Contudo, a UniSantos preserva no Curso de Extensão para a Terceira Idade os mesmos objetivos formalmente fixados quando da criação da Universidade Aberta para a Terceira Idade, contribuindo para a inserção do idoso no meio familiar e na sociedade, com qualidade de vida e orgulho de pertencer ao meio acadêmico.

No mês de outubro de 2014, durante o intervalo entre as aulas, das 15h20 às 15h40, cinco alunos do Curso de Extensão para a Terceira Idade, como voluntários, todos do sexo feminino, concederam entrevista aos estudantes da graduação, membros do Grupo de Pesquisa, no pátio interno do *campus* Dom Idílio José Soares. De acordo com a tabulação dos dados, os sujeitos pesquisados apresentam o perfil descrito abaixo.

a) Maria Ede Catalani Antunes, conhecida como Dedé, presidente do Grêmio do Curso de Extensão para a Terceira Idade, 71 anos, viúva, com formação em Direito, nasceu em São Paulo, Capital. Mora sozinha no bairro Itararé, São Vicente, há 10 anos. Adora a cidade onde vive, mas considera o prefeito “péssimo”. Sente-se feliz onde mora devido à praia, ao sol, ao clima, às festas e aos amigos. Realiza as seguintes atividades no cotidiano: caminhada na orla da praia (na areia e na água), viagem, leitura, convívio na Internet, frequência a teatro e cinema.

Quanto à saúde, apresenta o seguinte perfil: tem hipertensão arterial sistêmica (HAS), hipercolesterolemia (colesterol alto) e estado nutricional de eutrofia é normal, de acordo com o IMC (índice de massa corporal, calculado com base na fórmula $IMC = \text{peso em kg} / \text{altura}^2$ em metros). Toma medicamento para o controle da pressão arterial e do colesterol.

Quanto à alimentação, realiza quatro refeições por dia: desjejum, almoço, lanche da tarde e jantar. No desjejum, consome fruta com aveia e leite, além de leite puro, café com leite e pão com margarina. No almoço, a refeição consiste de arroz, feijão e salada. No lanche da tarde, come “bolachinhas integrais” e no jantar lanche light, não especificando a composição do lanche, ou sopa, no inverno. Não fez referência ao lanche da manhã.

No que diz respeito aos relacionamentos: habitual, há 20 anos, com as novas tecnologias; ativa e harmoniosa com a família; próximo e social com os amigos em festa, jantar e passeio; respeitoso com a sociedade. Embora considere que teve decepção na atividade profissional, como advogada, devido à burocracia, considera que seu relacionamento com a vida é de esperança e amor.

Espera futuro melhor para a família, respeito dos amigos, mudança das pessoas no Poder, alegria da vida. Do passado remoto, lembra-se da alegria da infância e da juventude. As lembranças próximas estão relacionadas à realização profissional, como aspecto positivo; e a morte do marido, que continua a lamentar. Se idoso é o sujeito inerte, sem atividades, trancado em casa, não se considera idosa. Considera cidadão o sujeito que participa da sociedade, promove mudanças. No seu entender, a convivência na vida é conflituosa, mas deveria ser de troca, o que é difícil, porque não há interesse da maioria das pessoas de participar “sem sair da zona de conforto”.

b) Teresinha Rebouças – 81 anos, viúva, professora aposentada. Nasceu em São Paulo (capital) e mora em Santos há 40 anos, onde vive sozinha desde a morte do marido. Sente-se feliz onde mora, porque as filhas estão próximas. Como atividade faz caminhada, viaja, frequenta a universidade como terapia, lê jornais e cuida da casa.

Embora seja hipertensa (pressão alta), não mencionou uso de medicamento. Tem “excesso de peso”, de acordo com a classificação do IMC. Realiza cinco refeições por dia. O desjejum consiste de leite com fruta; o lanche da manhã e da tarde, de frutas ou suco; o jantar, lanche ou leite com aveia. Antes de dormir, toma leite morno.

No que diz respeito aos relacionamentos, considera-se “viciada” na Internet (Facebook), procurando “ser moderna” para conviver com a família. Quanto aos amigos, fez referência aos da universidade como uma “fraternidade”. Com a vida tem relação de alegria, esperança, mas também de desencanto.

Na sua concepção, a família representa amor e ajuda mútua; os amigos, perdão e paciência; a sociedade deveria ter pessoas mais verdadeiras. Espera que a vida possa lhe proporcionar viagens em cruzeiro marítimo. Do passado, carrega lembrança remota da criação das filhas como realização pessoal. As lembranças próximas estão relacionadas à doença e morte do marido e da mãe, como sacrifício e abnegação da sua parte.

Considera que ser idoso é aceitar o que viveu e cidadão é aquele que vê o presente e o futuro como decorrência dos acontecimentos passados.

Considera-se cidadã, porque participa na resolução dos problemas sociais, citando como exemplo a reivindicação de passarela em frente ao *campus* da UniSantos.

c) Sylvia Aparecida Vieira de Oliveira – 63 anos, casada, aposentada, com formação em Pedagogia e Psicologia. Nasceu em São Paulo (capital) e há 35 anos mora em São Vicente com o marido. Entre as atividades que desenvolve no cotidiano, destacou natação, pilates, zumba, viagem, teatro, jantar fora, cuidados com a casa.

Seu estado nutricional é de eutrofia (peso normal), de acordo com o IMC. Não fez referência a doença e uso de medicamentos. Faz quatro refeições diárias. No desjejum, come pão e/ou biscoito e toma suco e café. No almoço, ingere salada e carne; no jantar, come os mesmos alimentos do almoço ou faz um lanche. Embora tenha informado que faz o lanche da tarde, não especificou que tipo de alimentos consome

Considera harmonioso o relacionamento com a família, com a Internet (Facebook e e-mail), com os poucos amigos do tempo de escola e do trabalho. Procura se atualizar com leitura de jornal e revista para se relacionar com a sociedade. Considera-se de bem com a vida na convivência com amigos, procurando algo diferente.

Espera da família que os filhos tenham aprendido os valores que transmitiu, mas está aberta à decisão deles. Dos amigos, espera companheirismo e apoio mútuo; da sociedade, humanização e civilidade; da vida, saúde para ser independente. Como lembrança remota do passado, carrega a sua imagem de adolescente magra, que não gostava. Quanto à lembrança próxima, a satisfação de sua filha ter escolhido a sua profissão, professora, como exemplo positivo da sua parte.

Na sua concepção, ser idoso é decorrência natural da vida. Portanto, gosta de aproveitar sua idade: não paga transporte, paga metade do preço em atividades culturais, apontou entre outras vantagens. Considera que o cidadão deve ser responsável, exercer direitos e deveres, embora a sociedade esteja a viver fase de valores negativos. Em sua opinião, a convivência na vida deveria ser de troca constante de experiência, como evolução conjunta.

d) Maria Aparecida Ortiz Peres – 72 anos, viúva, aposentada, formada em Serviço Social e Pedagogia (UniSantos). Nasceu em Angra dos Reis /RJ, reside em Santos há 30 anos, devido à transferência de trabalho de São Paulo para Cubatão. Vive com a irmã e a sobrinha desde que o marido morreu, sentindo-se em fase de adaptação a uma situação provisória, porque cada uma gosta de viver no seu canto. Entre as atividades que desenvolve no cotidiano apontou caminhada, viagem, teatro, cinema e afazeres domésticos.

Seu estado nutricional é de eutrofia (peso normal), de acordo com o IMC. Não mencionou doença e uso de medicamentos. Realiza quatro refeições diárias. O desjejum consiste de iogurte com farelos, pão, café com leite e fruta (mamão ou pêra). No almoço, consome verduras e legumes, carne vermelha cozida, frango ou peixe. No jantar, toma sopa

no inverno e vitamina ou suco com “lanchinho na chapa”, no verão. O lanche da noite consiste de fruta, leite ou iogurte.

Entre seus relacionamentos está o contato com as novas tecnologias, confessando que participa de tudo, inclusive namora na Internet. Com a família e os amigos, a relação é harmoniosa. Sabe ouvir e tem sempre o ombro amigo. Considera-se participativa na sociedade, estabelecendo relação de amor, esperança, renovação e sonho com a vida. Espera compreensão e apoio da família, aceitação dos amigos e tem confiança nos dirigentes políticos. Do passado remoto, lembra do carinho do pai na sua infância. Já do passado recente, fez reverência às lembranças boas da convivência na universidade.

Ser idoso, na sua concepção, está nos anos de trabalho registrados na carteira profissional, tempo para fazer o que não foi possível antes, viver conforme o que plantou quando jovem. Quanto a ser cidadão, é participar das atividades com direitos garantidos. Portanto, no seu entender, a convivência na vida deve ser harmoniosa, calma e com bom senso.

e) Dacy Soares Pereira – 79 anos, viúva. Nasceu em Jataí/GO, morou em Mato Grosso e Minas Gerais. Há 26 anos reside sozinha em São Vicente, no bairro Itararé, que considera **um paraíso**, apesar do barulho. Entre as atividades que desenvolve no cotidiano indicou hidroginástica, leitura e afazeres domésticos.

Não foi possível classificar seu estado nutricional de acordo com o IMC, porque não indicou seu peso e altura. Da mesma forma, não apontou doença e fez referência a uso de medicamento. Realiza duas refeições diárias, desjejum e almoço. De manhã, come pão integral com queijo branco, café com leite e fruta (mamão, laranja) ou suco. No almoço, come arroz vermelho ou arroz branco com feijão e salada. Às vezes, substitui esses alimentos por comida asiática: yakissoba e carne asiática.

No que respeita aos relacionamentos no cotidiano, só fez referência à família, que considera bom. Na sua concepção, a família é a **base de tudo**; os amigos representam **pouca coisa**. Espera mudança da sociedade e agradece à vida. Do passado remoto, guarda lembranças das dificuldades da Segunda Guerra Mundial. As lembranças próximas estão relacionadas à frequência no Curso de Extensão para a Terceira Idade, onde aprendeu a viver o presente. Considera que ser idoso é natural na vida, idade que o sujeito deve cuidar do corpo. Ser cidadão, no seu parecer, é cultivar a honestidade e desenvolver a participação. Não opinou sobre o que considera ser preciso para a convivência na vida.

Repúblicas Renascer e Vitória

A primeira república de idosos da Secretaria de Assistência Social (SEAS) da Prefeitura de Santos foi criada em 1996, como projeto pioneiro nesse tipo de residência, que funciona como a de estudantes. As Repúblicas Renascer e Vitória foram criadas em junho de 2000. Funcionam com regulamento e estatuto interno, decididos pelos idosos, semelhante aos de um condomínio, com direitos e deveres dos moradores. Para a manutenção do imóvel

há divisão de tarefas entre os residentes, por meio de escala. Por decisão em grupo, cada um tem suas responsabilidades, que são revezadas para que todos façam um pouco de tudo.

De acordo com Celiana Souza Nunes do Nascimento, chefe da SEAS, os residentes das repúblicas pagam aluguel simbólico “para que sintam que não vivem de favor e também para que as repúblicas não se transformem em instituição asilar”. O valor inicial do aluguel, em 1996, foi de R\$35,00 por mês. Atualmente pagam R\$97,00 de aluguel, de acordo com o reajuste do salário mínimo. Considerando a divisão dos gastos com água e luz, o boleto mensal é de, aproximadamente, R\$130,00. Entre eles, alguns são aposentados, outros ainda trabalham fora. O que recebem como rendimento é usado para suas próprias despesas com lazer, remédios, alimentação e outros gastos. Cada morador cuida da sua refeição, uns preparam na república, outros comem fora da residência.

A Prefeitura de Santos, como mantenedora das casas, promove reuniões periódicas dos moradores com assistentes sociais e a coordenação das repúblicas, bem como passeios e cursos externos, para não atrapalhar a rotina dos idosos que não queiram participar. Em 2011, integrantes do Ministério de Desenvolvimento Social e Combate à Fome estiveram na cidade para preparar um manual com orientações técnicas para que outras cidades desenvolvessem ações semelhantes.

Atualmente, há três repúblicas para idosos na cidade de Santos: Renascer e Vitória, no bairro Vila Mathias, com oito e dez moradores, respectivamente, e a Bem Viver, no bairro Encruzilhada, com dez moradores. Para morar em uma república é preciso ter 60 anos ou mais, renda fixa entre um e dois salários mínimos, sem família no município ou com vínculos familiares rompidos, viver em condições precárias, ter autonomia física e psíquica.

Atendidas às condições acima, o processo de seleção consiste em entrevista, visita ao local onde vive o candidato, se houver, com prioridade para aqueles em situação de vulnerabilidade social, idosos assistidos pela rede assistencial do município. Não há período de inscrição determinado, sendo indeterminado o tempo de espera por uma vaga, que só acontece quando morre algum ocupante ou há transferência do idoso para outra instituição. Atualmente, a lista de espera é de 32 pessoas, 20 mulheres e 12 homens. A responsável da seção Repúblicas da Prefeitura de Santos acredita que a procura por parte das mulheres é maior porque elas vivem mais e os homens se cuidam menos.

De acordo com informação de Celiana Nascimento, o imóvel onde funciona as Repúblicas Renascer e Vitória está à venda e a prefeitura procura outra casa para abrigar os idosos. “O problema é encontrar casas de quatro ou cinco quartos. Se não conseguir, temos que alugar três casas de três quartos para totalizar as dezoito vagas”, considerou a responsável pelas Repúblicas.

Conforme a tabulação dos dados, os quatro sujeitos pesquisados nas Repúblicas Renascer e Vitória, três do sexo feminino e um do sexo masculino, apresentam o perfil descrito abaixo.

a) Maria Alice Costa, 87 anos, viúva. Nasceu em Pelotas/RS, vive na República Vitória há 14 anos. Sem condições para pagar o valor de mercado para alugar uma residência e sem parentes em Santos, vive nesse lugar porque não tem alternativa. Foi a primeira a morar nessa República. Tenta conviver com os outros moradores na brincadeira, sem mágoa. Ginástica é a única atividade física que desenvolve no cotidiano. Informou que, antes da cirurgia na mão, realizada há 14 anos, fazia caminhada. Vê televisão, gosta de fazer palavras cruzadas, mas enxerga pouco. Faz as atividades domésticas como condição para morar na república, de acordo com a sua informação.

De acordo com o IMC, apresenta excesso de peso e, segundo sua informação, é hipertensa (pressão alta), tem má circulação e varizes. Toma medicamentos para essas duas doenças. Diariamente faz cinco refeições e come os seguintes alimentos: no desjejum, pão com manteiga e café com leite; no almoço, frango, macarrão, farofa ou picadinho com legumes e batata frita; no lanche, pizza ou cocada; no jantar, sopa de macarrão e arroz; no lanche da noite, água com açúcar.

Não tem relacionamento com as novas tecnologias e gostaria de ter “ma Net”. As quatro crianças que ela criou, hoje adultos, constituem a sua família e se dá bem com elas. Sobre os relacionamentos com amigos, disse que, na república, quando não pode fazer faxina é ofendida. Portanto, considera que **amigo só Deus**. Na sociedade, só se relaciona com os animais, cachorro e gato. Contudo, considera bom o seu relacionamento com a vida.

Não espera nada da família e não soube explicar o que representam os amigos em sua vida. Da sociedade espera alegria e fica triste quando toma conhecimento dos problemas sociais. Da vida, espera tudo de bom. Como lembrança remota fez referência ao tempo em que tomava conta das crianças que criou considerada boas recordações que perduram, pois a lembrança próxima está associada ao reconhecimento dos filhos adotivos. Ser idoso, na sua concepção, é cultivar lembrança do passado; enquanto ser cidadão é levar a vida na brincadeira para continuar a convivência com as pessoas.

b) Maria José Tavares, 73 anos, solteira. Nasceu em Aracaju/SE, vive na República Vitória há 13 anos por opção, desde os 60 anos, onde se sente bem. No cotidiano exerce as seguintes atividades: caminhada, assiste programação televisiva - mas cochila -, faz compras no mercado, costura por distração, lê e faz limpeza leve da casa.

A entrevistada informou somente o peso corporal e por esse motivo não foi possível realizar o diagnóstico nutricional, de acordo com o IMC. Disse que não tem problemas de saúde e não toma medicamentos. Diariamente faz seis refeições. No desjejum come pão ou bolacha; no lanche da manhã, café com biscoito. Almoça no Restaurante Popular **Bom Prato**, onde come um desses alimentos: carne moída, linguiça acebolada, feijoada, frango, panqueca ou almôndega. Não especificou o que come no lanche da tarde. Seu jantar consiste de macarrão instantâneo com

frango desfiado com lentilha ou pão com queijo tipo mussarela. No lanche da noite toma chá de camomila ou chá de erva doce.

Não se relaciona com as novas tecnologias. Considera boa a relação com a família, mas gosta de viver na república, onde se dá bem com os moradores. Sente-se respeitada pela sociedade e procura manter boas relações com a vida. Da família nada espera; dos amigos, que sejam felizes; da sociedade, respeito; da vida, durar até os 80 anos. Só tem lembranças boas e sente-se bem como idosa. Considera-se cidadã porque ainda vota e convive bem com a vida.

c) Jorge Luiz Borda, 62 anos, solteiro. Nasceu em Santos/SP, há seis meses mora na República Vitória, porque o aluguel é simbólico e não tem condições financeiras para arcar com as despesas em outro lugar. Sente-se bem vivendo na república, onde tem boa convivência. Considera os problemas e as diferenças normais, pois vive em família. No cotidiano assiste a programação televisiva e ouve rádio. Não pratica esporte.

O entrevistado relatou que sofre de insônia grave e intolerância à lactose. Toma os seguintes medicamentos: longactil® (controle das manifestações das desordens psicóticas), nitrapan® (distúrbios do sono) e amytril® (antidepressivo). Não foi possível realizar o diagnóstico nutricional do entrevistado, com base no IMC, porque ele não informou a sua altura. Disse que faz quatro refeições diárias, mas não informou o que come nos lanches da manhã e da tarde. O desjejum consiste de café com pão puro. O almoço é variado: picadinho, frango frito ou assado, bife acebolado ou linguíça calabresa. No jantar, pão e café; no lanche da noite, bolacha.

Seu relacionamento com as novas tecnologias se restringe ao celular. Embora a família só o visite no seu aniversário, considera boa a relação mantida com ela. Não tem contato com amigos e dá-se normalmente com a sociedade. Considera ser triste o relacionamento que tem com a vida. Nada espera da família e dos amigos, gosta das pessoas no seu relacionamento social. Na sua concepção, a vida representa luta, aprendizado e evolução. Do passado, lembra das brincadeiras de criança e do disco voador e seus tripulantes (E.T.) que disse ter visto na adolescência. No seu entender, ser idoso representa experiência de vida e gozar os direitos preferenciais, já cidadão é ter direitos e a convivência na vida deve ser harmoniosa.

d) Maria Arlete da Silva, 73 anos, solteira. Nasceu em Minas Gerais e há 12 anos mora na República. Gosta de viver no local e só sai para o mercado. Não pratica atividade física e sua única distração é a televisão. Nunca gostou de estudar e não sente prazer na leitura. Faz todas as atividades domésticas na república.

A entrevistada apresenta estado nutricional de excesso de peso, de acordo com o IMC. Disse ser hipertensa (pressão alta) e tomar medicamento para controlar a pressão. Informou que faz seis refeições por dia, consumindo os seguintes alimentos: no desjejum, café com leite e pão com manteiga; no lanche da manhã, banana ou laranja; no almoço, arroz,

feijão, carne, salada e batata; no lanche da tarde, fruta (banana ou laranja) e **belisca alguma coisa**; no jantar come pão, bolo ou bolacha, acompanhado de café com leite; no lanche da noite come pão e **belisca** algum alimento.

No que respeita às novas tecnologias, só tem relacionamento com a televisão. Eventualmente se relaciona com a família e não tem amigos. Não acredita na sociedade atual e considera a vida maravilhosa para quem tem dinheiro. Espera bondade da família, dos amigos e da sociedade nada espera; da vida deseja o melhor possível. A família (pai, mãe e oito irmãos) povoa a sua mente ao lembrar as festas nas datas comemorativas. Considera triste a condição de idoso, se não houver saúde. Não soube definir o que representa ser cidadão e a convivência na vida, em sua opinião, deve ser de harmonia entre as pessoas.

Lar Vicentino Assistência à Velhice

Criado em 13 de abril de 1950, por um grupo de senhoras beneméritas, o Lar Vicentino de Assistência à Velhice, está localizado no bairro Parque São Vicente. Como instituição filantrópica, sem fins lucrativos, o Lar é mantido com a mensalidade paga pelos residentes, verba da Prefeitura da cidade e doações da população.

Há duas formas de o idoso ingressar no Lar Vicentino: encaminhado pela Prefeitura de São Vicente ou por vontade espontânea, do idoso ou de sua família. O idoso que, espontaneamente, decide morar no local paga mensalidade de R\$2.280,00. Os residentes encaminhados pela prefeitura, que vivem em situação de risco, pagam valor até 70% da sua aposentadoria. Atualmente, há dois idosos encaminhados pela Prefeitura e que não pagam mensalidade ao Lar Vicentino. Com capacidade para até 65 idosos, no momento o Lar conta com 59 residentes, 19 homens e 40 mulheres.

De acordo com Mayara Alves da Silva, assistente social do Lar Vicentino, não há lista de espera no momento. Porém, informou que não tem acesso à lista de espera da prefeitura, que tem número limitado de vagas a candidatos para viver na instituição. Os profissionais são contratados e pagos pelo Lar Vicentino. Há 45 profissionais, cinco deles com formação superior: uma enfermeira padrão, duas fisioterapeutas, uma nutricionista e uma assistente social. Em cada um dos quatro turnos de trabalho, os residentes contam com quatro profissionais: técnica de enfermagem, auxiliar de enfermagem e cuidadora, além da enfermeira padrão que coordena as atividades. A carga horária é de 12 horas de trabalho por 36 horas de folga. O Lar Vicentino conta com apoio de voluntários para serviços gerais (limpeza e lavagem de roupa), manutenção, enfermagem, cozinha e administração.

Conforme a tabulação dos dados, os cinco sujeitos pesquisados no Lar Vicentino, quatro do sexo feminino e um do sexo masculino, apresentam o perfil descrito abaixo.

- a) Aparecida Franzoni Lopes, 92 anos, viúva. Nasceu em Santa Bárbara do Oeste/SP e há cinco anos vive no Lar para fazer companhia à irmã. Ocupa seu tempo no cotidiano com pintura e crochê.

Além de hipertensão arterial e colesterol alto, a entrevistada contou que sofre com **problemas nos ossos** e no estômago, mas não soube explicar o tipo de doença. Informou que toma medicamentos para as doenças referidas. Seu estado nutricional é de sobrepeso, de acordo com o IMC. Faz seis refeições diárias, consumindo os seguintes alimentos: no desjejum frutas (mamão, melancia, banana), pão com manteiga e café com leite; no lanche da manhã, frutas (banana, manga ou laranja) e doces; no almoço, arroz, feijão e carne; no lanche da tarde, pão com manteiga; no jantar, sopa sem sal. Não informou o que come no lanche da noite.

No que se refere aos relacionamentos, considera bom com a família, com os amigos e com a sociedade. Com a vida, sua relação é de instabilidade, alternando alegria e tristeza. Ela espera visita e carinho da família, amizade dos amigos, o melhor da sociedade. Da vida, nada espera. Do passado, lembra o nascimento do filho. Em sua opinião, ser idoso significa solidão; cidadão, estar de bem com a vida e ter estudo. A convivência na vida, no seu entender, significa respeito entre as pessoas.

b) Elsa Bevilacqua Bertozzi, 90 anos, viúva, nasceu em São Paulo/SP, mora há 3 anos no local porque tem assistência médica. Sente-se bem onde vive e considera os residentes como amigos e irmãos. No seu cotidiano, pratica ginástica, participa das festas internas e dos passeios. Pinta, reza, lê e escreve letras de músicas antigas. Lava a sua roupa íntima.

A entrevistada contou que sofre com uma ferida, que não especificou o local, e com má circulação. Toma medicamentos para a circulação, antialérgico, analgésico e remédio para dormir, além de vitamina e cálcio. A classificação do seu estado nutricional é de eutrofia, de acordo com o IMC. Informou que faz quatro refeições por dia, constituídas pelos seguintes alimentos: desjejum, café com leite e pão com manteiga; almoço, arroz, feijão e carne (picadinho, panqueca, escondidinho, risoto) e salada; jantar, sopa; lanche da noite, pão com manteiga ou sopa, fruta ou doce (oferecido por uma amiga).

Não tem relacionamento com as novas tecnologias, dá-se muito bem com a família, com os amigos e com a sociedade. Alegria caracteriza sua relação com a vida. Espera carinho da família, compreensão dos amigos, tudo de bom da sociedade e felicidade da vida. Do passado, lembra das viagens. Considera que ser idoso é envelhecer com saúde e educação é a base para a cidadania e a convivência na vida.

c) Tereza Cantarelli Martins, 75 anos, viúva, nasceu em Piracicaba/SP e há 15 anos mora no Lar para não depender dos filhos. Adora o local de residência, onde se dedica à pintura, ginástica e passeios.

Informou que sofre de diabetes, **veia entupida**, hipertensão arterial e rinite. Toma remédio para controlar a pressão, a diabetes e insulina (duas vezes ao dia). Apresenta excesso de peso, conforme o IMC. Faz quatro refeições por dia, quando come os seguintes alimentos: desjejum, leite com groselha e pão; almoço, coxinha de frango, arroz, feijão, peixe frito, abobrinha e pimentão; jantar, sopa de macarrão com feijão e legumes;

lanche da noite, leite com groselha, pão com rosbife ou pão com salame. Disse que não come no lanche da manhã e no da noite.

Não se relaciona com as novas tecnologias e não conseguiu responder sobre a relação com a família. Já com os amigos e com a sociedade considera ter bons contatos e sente alegria de viver. Nada espera da família e da sociedade. Conta com a compreensão dos amigos e não respondeu o que espera da vida. Do passado, lembra da infância e considera boa a condição de idosa. Em sua opinião, cidadão é ser honesto e trabalhador e para conviver na vida é preciso entendimento e compreensão.

d) Clóvis Christofoletti, 69 anos, nasceu em Santos/SP e há 25 anos vive no Lar, onde sente-se bem e considera bom lugar para se viver. No cotidiano não pratica nenhuma atividade.

O entrevistado contou que sofre com problemas nos ossos, mas não esclareceu o tipo de doença e de medicamentos que toma. Por não informar o peso corporal, não foi possível classificar seu estado nutricional, de acordo com o IMC. Faz apenas três refeições diárias. O desjejum consiste de café com pão e manteiga; o almoço, arroz, feijão e macarrão; jantar, sopa.

Não tem proximidade com as novas tecnologias. Estabelece bom relacionamento com a família e os amigos. Convive de forma normal com a sociedade e sente alegria em viver. Da família espera o melhor e da vida, felicidade; deseja felicidade aos amigos e o sentido da sociedade é a convivência. Na lembrança carrega as brincadeiras da infância e considera ótimo ser idoso. Cidadão, no seu entender, é o sujeito compreensivo e educado e para conviver na vida é preciso respeito.

e) Elvira Cipolli, 92 anos, nasceu em Queluz/SP e há um ano vive no Lar na companhia do filho. Adora viver no local, que considera “o melhor lugar do mundo para idosos”.

A entrevistada disse sofrer de câncer, mas não indicou o tipo dessa doença, nem mencionou se toma medicamento. Como não informou seu peso e estatura, não foi possível classificar seu estado nutricional, de acordo com o IMC. Disse que faz três refeições diárias, ingerindo os seguintes alimentos: desjejum, café com leite e pão com manteiga; almoço, feijão e banana; lanche da manhã, banana. Não mencionou os lanches da tarde e da noite, nem o jantar.

Da família, dos amigos e da sociedade espera convivência e aceitação; da vida espera a morte. Do passado lembra a sua primeira comunhão. Ser idoso, em sua opinião, é estar preparado para a morte, cidadão é o sujeito respeitoso e a convivência na vida requer comunicação e escuta.

Refeições e medicamentos

Por se tratar de uma instituição assistencial onde vivem idosos com fragilidade física e psíquica, conversamos com a assistente social Mayara Alves da Silva, funcionária do Lar Vicentino, sobre refeição e medicamentos dos residentes nesse local. A entrevista foi realizada em março de 2015, pela

Profa. Dra. Renata Doratioto Albano, os alunos Patrick Herman Paterlini e Tamiris Stefano Teixeira, do curso de Nutrição.

De acordo com a assistente social, no Lar Vicentino são servidas seis refeições diárias aos residentes: desjejum (pão francês com margarina, café com leite, fruta), lanche da manhã (vitamina), almoço (arroz, feijão, carne branca ou vermelha, verdura ou legume, fruta), lanche da tarde (pão francês com margarina ou bolo, café com leite), jantar (sopa) e lanche da noite (mingau). O pão francês, segundo a nutricionista, é entregue diariamente na instituição em dois horários: 6h30 e 14h. Esclareceu também que, apesar da proposta para mudar o cardápio, os idosos não aceitaram a mudança.

A preparação dos alimentos conta com a supervisão de um nutricionista, no período da manhã, de segunda a sexta-feira. Alimento não saudável, como salsicha (*hot dog*), é servido apenas em ocasião especial. As frituras não são servidas aos idosos e todos os alimentos são preparados com pouco sal, porque são mais saudáveis e muitos residentes sofrem de hipertensão arterial e diabetes. Além disso, há o cuidado com a consistência dos alimentos, com preferência ao desfiado, moído, purê ou porque há residentes com dificuldade para mastigar e deglutir. Complemento alimentar em pó, tipo “*Sustagem®*”, é fornecido pela família dos idosos e administrado na instituição.

As refeições são servidas no refeitório, exceto o lanche noturno (mingau), que é servido nos quartos, pois os funcionários da cozinha terminam suas tarefas às 18 horas. Porém, alguns idosos, por alguma deficiência, realizam todas as refeições em seus quartos. Dos 59 residentes no Lar Vicentino, segundo a assistente social da instituição, 40 apresentam Alzheimer ou algum transtorno mental.

Parentes e visitantes dos residentes levam alimentos nos dias de visita. Embora os idosos sejam orientados a consumir os alimentos no mesmo dia em que chegam ao Lar, muitos deles guardam os alimentos em locais inapropriados, como o guarda roupa, para comer em outro dia ou oferecer ao(s) parceiro(s) de quarto. Os mais independentes vão para a rua e compram alimentos. Mesmo sendo orientados do que podem e devem comer, adquirem alimentos não saudáveis, com alto teor de gorduras, sal e açúcar, como linguiça, salame, rosbife, groselha. Como alguns residentes têm geladeira no quarto, os funcionários da instituição periodicamente verificam e retiram desse eletrodoméstico alimento impróprio para o consumo.

Em relação aos medicamentos, a assistente social informou que a enfermeira chefe da Instituição supervisiona a administração dos mesmos pelas técnicas de enfermagem nos quatro horários ao longo do dia. Garantiu que todos os idosos recebem a medicação nos horários padronizados. Porém, se necessário, serão medicados em outro horário.

Da alimentação e saúde

Entre os idosos entrevistados para a realização desse trabalho, alguns admitiram comer feijoada, macarrão instantâneo, pizza, rosbife, salame, batata frita e linguiça, alimentos considerados não saudáveis devido ao alto teor de gordura saturada e *trans*, que fazem mal à saúde por elevar os níveis de

LDL-colesterol, considerado a fração ruim do colesterol, e diminuir o HDL-colesterol, considerada a fração boa do colesterol. Esses alimentos também apresentam alto teor de sódio, que pode elevar os níveis de pressão arterial (BRASIL, 2014b).

Quanto ao número de refeições diárias, 100% dos idosos entrevistados disseram que tomam o café da manhã, 42,86% que fazem o lanche da manhã, 100% que almoçam, 42,86% que fazem o lanche da tarde, 85,71% que jantam e 78,57% que fazem a ceia.

De acordo com Ramos e Alvarez (2010), a alimentação do idoso deve ser fracionada, de cinco a seis refeições/dia, em pequenas quantidades, além do incentivo à prática de atividade física regular, para envelhecimento com melhor qualidade de vida.

Na presente pesquisa não foi avaliado o número de porções de cada grupo alimentar referido anteriormente. Para efeito de análise, o número de citações dos entrevistados para cada grupo alimentar foi considerado como número de porções.

O quadro abaixo resume o resultado, conforme as referências dos entrevistados:

Grupos alimentares	Número de porções recomendadas para uma dieta de 2000 kcal.	Total de porções recomendadas para os 14 idosos entrevistados	Número de citações (=número de porções) da presente pesquisa X 14 (total de idosos)
Grupo 1	06	84	40
Grupo 2	3	42	8
Grupo 3	3	42	30
Grupo 4	3	42	17
Grupo 5	1	14	16
Grupo 6	1	14	10
Grupo 7	1	14	8
Grupo 8	1	14	3

Observa-se, no quadro acima, que dos grupos alimentares apenas o grupo 5 (carnes e ovos) alcançou o número de porções recomendado. Dos 14 idosos entrevistados no presente estudo, 42,85% foram diagnosticados como eutróficos, ou seja, com peso normal, de acordo com o IMC; 21,43% apresentaram excesso de peso. Como 35,71% dos entrevistados não informaram o peso e/ou a estatura, não foi possível calcular o estado nutricional dos mesmos com base no IMC, índice de massa corporal.

Em relação às doenças, 71,43% dos entrevistados admitiram ter problema de saúde, 7,14% consideraram ser saudáveis e 21,42% não deram informação sobre esse assunto. As doenças referidas foram: hipertensão arterial, diabetes, colesterol elevado, má circulação, problemas nos ossos e no

estômago (sem especificação), intolerância à lactose e câncer. Em relação ao uso de medicamentos, 57,14% disseram tomar remédio, 14,29% não tomar e 35,71% não tocaram nesse assunto.

Pesquisa VIGITEL (Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico), realizada em 2013, por meio de entrevista telefônica em amostra probabilística da população adulta e idosa residente em domicílios servidos por linha fixa de telefone em cada cidade, com objetivo de monitorar a frequência e a distribuição de fatores de risco e proteção à DCNT (Doença Crônica Não Transmissível), nas capitais dos 26 estados brasileiros e no Distrito Federal, constatou o seguinte quadro clínico das pessoas em duas faixas etárias: Na primeira, entre 55 e 64 anos, 62,7% tinham excesso de peso e 24,4% apresentavam obesidade; 50,3% eram hipertensos; 17,1% eram diabéticos e 36,7% tinham dislipidemia, ou seja, gordura no sangue. Quanto a segunda faixa etária, igual ou superior a 65 anos, 56,3% apresentavam excesso de peso e 20,2% estavam obesos, 60,4% eram hipertensos, 22,1% eram diabéticos e 36,6% tinham gordura no sangue (BRASIL, 2014).

Contexto amplo: discurso e efeitos de sentidos

Da narrativa à escuta

Dar voz ao idoso para que colocasse sua visão de mundo e de vida exigiu dos alunos de graduação, como componentes do Grupo de Pesquisa Comunicação e Cidadania, o desenvolvimento de uma arte: a da escuta. Ouvir a narrativa de histórias que nem sempre contemplavam o roteiro da entrevista foi, provavelmente, desafio inaugural para muito deles, como atividade acadêmica fora da sala de aula.

Como escreveu Bosi (1994, p. 84) em seu estudo a respeito das “lembranças de velhos” que “contam a história vivida e sofrida por eles”, quando a idade começa a dar sinais dos anos, é preciso saber entender “a arte de contar histórias” para que não se perca “a arte de trocar experiências”.

Da narrativa à escuta, a arte também contemplou a transcrição das longas conversas gravadas, a tabulação dos dados da entrevista, a análise de discurso daqueles que, voluntariamente, prontificaram-se a fazer parte da amostra do nosso trabalho. Como disse o poeta Vinicius de Moraes, “a vida é arte de encontro, embora haja tantos desencontros na vida”.

No trajeto dessa pesquisa, a arte do encontro entre jovens universitários e idosos ligados a três instituições, em diferentes condições de vida, inspirou Rosilandy Carina Candida Lapa, aluna do curso de Relações Internacionais e membro do Grupo, a considerar o seguinte.

Foi inevitável traçar comparação entre os idosos dos três locais. Uma das minhas maiores surpresas foi descobrir que a minha entrevistada (da Universidade Católica de Santos) com idade superior a alguns idosos do Lar Vicentino, está muito mais disposta e feliz no seu papel na sociedade. Naquele momento, montei o quebra cabeça em minha mente e eu pude compreender

que a convivência realmente é uma arte. Para muitos uma pintura com nuances cinza elaborada dentro de uma masmorra sem qualquer tipo de luz, enquanto para outros um belo quadro de Monet pintado ao ar livre, contando com muitos pincéis e cores para auxiliar a sua composição.

A percepção da estudante confirma a nossa premissa de que o meio universitário pode representar oportunidade para que os jovens aprendam a arte da convivência, além da sala de aula, dos espaços comuns do *campus* e até mesmo dos locais de residência, participando de atividades reais em comunidades onde possam viver com a diferença, confrontando face a face com o Outro. Como espaço da produção do conhecimento, a universidade deve também incentivar a aprendizagem da arte de conviver e partilhar em relação à alteridade externa, evitando o perigo apontado por Bauman (2004, pp. 134-135).

Quanto mais as pessoas permanecem num ambiente uniforme, na companhia de outras “como elas”, com as quais podem “socializar-se” de modo superficial e prosaico, sem o risco de serem mal compreendidas nem a irritante necessidade de tradução entre diferentes universos de significações, mais se tornam propensas a “desaprender” a arte de negociar um *modus convivendi* e significados compartilhados.

O **ambiente uniforme** de dois dos três locais onde convivem os idosos entrevistados – Lar Vicentino e República – comprova a posição do sociólogo polonês quanto à arte de negociar convivência e compartilhar significados. Por outro lado, os idosos entrevistados na UniSantos convivem em ambientes diferenciados, na companhia de pessoas distintas, com as quais **travam** batalhas cotidianas de aprendizado, de reconfiguração de convivência e de construção/reconstrução de significados da vida, da sociedade e da condição de viver nos anos de existência.

Nesse sentido, a amostra representa a arte de viver com suas contradições, esperanças, desencantos, de acordo com as condições de produção no contexto imediato (lugar de convivência) e no contexto amplo, quando o dizer aciona a memória, trabalhada em relação ao discurso, ou seja, a memória discursiva, como explica Orlandi (1999, p. 31): “o saber discursivo que torna possível todo dizer e que retorna sob a forma do pré-construído, o já-dito que está na base do dizível, sustentando cada tomada da palavra”.

No nosso percurso de trabalho, que foi **da voz ao texto**, empreendemos a tarefa da leitura, como questiona Chauí (1979, p. 21): “o que é ler senão aprender a pensar na esteira deixada pelo pensamento do outro?” Em sua resposta, encontramos nosso caminho pautado no que realizamos cotidianamente. “Ler é retomar a reflexão de outrem como matéria-prima para o trabalho de nossa própria reflexão”.

Eis, portanto, o modo como procedemos à leitura de discursos proferidos pelos sujeitos pesquisados, no sentido de compreender o funcionamento do texto, enquanto objeto simbólico. Texto, segundo Orlandi (1999, p. 69),

“não é definido pela sua extensão, pode ser uma só letra até muitas frases, enunciados, páginas etc.”. Sendo assim, considera que “não é a extensão que delimita o que é um texto”, mas “o fato de, ao ser referido à discursividade, constituir uma unidade em relação à situação”.

Como “o discurso é uma dispersão de textos e o texto é uma dispersão do sujeito” (ORLANDI, 1999, p. 70), buscamos compreender as relações do idoso no seu cotidiano, por meio do dizer a respeito da convivência e representação da vida, da família, da sociedade, conforme os recortes abaixo.

Convivência

é pagar nossas dívidas passadas, o que é muito difícil; é aceitar as pessoas como são; cada um dá o que tem. A gente morre procurando a verdade de cada um de nós. É muito mais fácil ser ludibriado, amar quem não nos ama – Elvira Cipolli, Lar Vicentino.

é troca, participação, sair da zona de conforto – Maria Ede Catalani Antunes (Dedé) – UniSantos.

otimismo para vivenciar as dificuldades. É como uma vitamina que se toma pela manhã para viver o dia todo – Teresinha Rebouças, UniSantos.

troca constante de experiências, porque ninguém é igual ao Outro – Sylvia Aparecida Vieira, UniSantos.

renovar sempre os sonhos, porque quem se acomoda na vida se torna velho, morre. Harmonia, tranquilidade, bom senso, de forma integrada – Maria Aparecida Ortiz, UniSantos.

não tenho amigos. Convivo com o pessoal que mora aqui – Maria Arlete da Silva, República.

Convivência, no nosso entender, reflete as formas de relacionamentos que o sujeito estabelece em seu cotidiano e quanto mais se enclausura no seu **mundo**, no seu canto, maior é o desencanto com o Outro, o que transparece na memória discursiva dos sujeitos pesquisados, conforme exemplos apontados acima.

Nas formações discursivas em destaque, ou seja, no “sentido determinado pelas posições ideológicas colocadas em jogo no processo sócio-histórico em que as palavras são produzidas”, segundo Orlandi (1999, p. 42), a palavra convivência muda de sentido de acordo com as posições daqueles que a empregam. Assim, compreendemos que conviver significa dívida para com o Outro, desconhecimento do Outro, relação enganosa, doação sem reciprocidade, para quem vive isolado em uma instituição beneficente. Já os que circulam por diferentes meios e ambientes, inclusive frequentando a universidade, convivência representa otimismo, significando troca, participação, renovação de sonhos, harmonia, bom senso. Mas há quem distinga convivência da amizade, pois ao afirmar que não tem amigos complementa frisando que convive com quem mora na república. Amizade, no nosso en-

tender, representa laços profundos entre as pessoas, mesmo que não haja convivência contínua.

Nas formações ideológicas nas quais as posições desses idosos entrevistados se inscreveram, construímos sentidos a respeito da convivência, oscilando entre a desconfiança e o otimismo em relação ao Outro. Como somos condenados a conviver com o Outro, o Diferente, segundo princípios da Sociologia, as relações no cotidiano podem constituir elos de confiança, de receio e até mesmo de ausência, dependendo da “arte de negociar” a convivência, da história de vida do sujeito e, principalmente, do trabalho da ideologia, que produz “evidências, colocando o homem na relação imaginária com suas condições materiais de existência” (ORLANDI, 1999, p. 46).

Representação / Sentido

Da família

Eu vim para cá por causa da família. Não quero atrapalhar a vida dos meus filhos - Tereza Cantarelli Martins, Lar Vicentino

Minha família me acha ‘pirada’, porque estou na universidade - Teresinha Rebouças - UniSantos

A família pode representar tanto abnegação quanto desprendimento, tudo depende da relação que o sujeito estabelece com os **seus**, sobretudo os filhos. Depende também da história de vida de cada um. Dizer que não quer **atrapalhar** os filhos e morar em uma instituição beneficente significa dependência do Outro. Nesse caso, ao poupar os filhos da sua presença reconhece ser um estorvo familiar e delega a estranhos o papel de cuidar da sua sobrevivência. No outro caso, a família não acompanhou a evolução da entrevistada. Compreendemos em seu discurso o estereótipo que ainda circula na sociedade, ou seja, universidade é lugar para jovens e o idoso que frequenta esse espaço foge dos padrões considerados normais e entra na lista dos **pirados**, dos sem juízo.

Da sociedade

Espero mudança. Só que essa mudança só irá acontecer se o Lula morrer. Caso contrário, serão mais oito anos - Dacy Soares Pereira, UniSantos

Não espero nada. Ninguém vai me dar nada - Maria Arlete da Silva, República

Esperança, embora condicionada, e desencanto são duas representações da sociedade para as idosas referidas acima. A primeira, como aluna universitária, deixa transparecer no dizer o não dito. Ao condicionar a mudança da sociedade brasileira à morte de Lula, pressupomos que é contrária ao partido político no poder. O subentendido, contudo, que está no contexto do dizer, não esclarece o motivo do que disse. Pode-se pensar que Lula representa o contexto da política nacional e, enquanto vivo, perpetua a situação no país. Pode ser também que não seja esse o subentendido, porque depende

do contexto. Como esclarece Orlandi (1999, p. 82), “o não-dito é subsidiário ao dito. De alguma forma, o complementa, acrescenta-se”.

Quanto à segunda entrevistada, compreendemos no seu dizer a respeito da sociedade a margem de não-ditos que também significa. Ao dizer que não espera nada, pressupomos desencanto, mas também cobrança do que considera ter direito. Compreendemos no seu dizer um não-dizer necessário, ou seja, que ninguém é capaz de uma doação. Mas, na sociedade, nas relações que estabelecemos com as pessoas, pode ou não acontecer reciprocidade no ato de doação.

Da vida

Não espero nada, só a morte, caminho de cada um.
Ninguém fica para semente. Da vida só espero o dia em
que Deus me chamar, mas Deus se esqueceu de mim –
Elsa Bevilácu Bertode, Lar Vicentino

Se preparar para morrer – Tereza Cantarelli Martins –
Lar Vicentino

Vivo e entendo o mundo de hoje, o mundo dos jovens.
A universidade salvou a minha vida – Dacy Soares Pe-
reira, UniSantos

A vida é uma luta, o mundo é uma escola. Estamos
aqui para aprender, evoluir – Jorge Luiz Pinho Borda,
República

Enquanto para as duas residentes do Lar Vicentino a vida representa a morte, os outros dois consideram a vida como oportunidade de atualização, aprendizado e evolução. Compreendemos nessas formações discursivas um dos fatores que constituem o discurso, ou seja, a relação de sentidos. O discurso sobre a vida, portanto, sustenta e aponta discursos conformista, redentor, de luta, aprendizagem e evolução. Como afirma Orlandi (1999, p. 39), “o discurso aponta para outros que o sustentam, assim como para dizeres futuros. O dizer tem relação com outros dizeres realizados, imaginados ou possíveis”.

Ser idoso

Envelhecer com saúde – Elsa Bevilácu Bertode, Lar
Vicentino

Estar super preparado para a morte. A velhice é horri-
vel, quando se olha no espelho – Elvira Cipolli – Lar
Vicentino

Ficar travado dentro de casa, sem fazer nada. Não con-
sigo me ver idosa – Dedé, UniSantos

É uma viagem de trem onde você para em diversas esta-
ções – Terezinha Rebouças, UniSantos

É ter um número alto na carteira profissional. Ter tempo para fazer uma porção de coisas que antes queria fazer e não tinha tempo. É viver a vida conforme se plantou quando jovem. Velhice não é o tempo que se viveu. É aquilo que viveu e deixou de viver, porque não quer viver mais. Há sempre chance de mais um pouco, desde que se queira. Quando se sonha, há novas perspectivas de vida – Maria Aparecida Ortiz, UniSantos

Ter preferência na fila do banco, passar na frente dos outros, ter privilégios, experiência de vida – Jorge Luiz Pinho Borda, República

Não devia existir idoso. As pessoas deviam morrer aos 30 ou 40 anos, porque idoso inválido é triste – Maria Arlete da Silva, República

Um dos fatores para se compreender as condições de produção, que constituem os discursos, é a relação de forças, ou seja, “o lugar a partir do qual fala o sujeito é constitutivo do que ele diz”, como explica Orlandi (1999, p. 39). No discurso, portanto, funcionam suas imagens como resultado de projeções:

[...] que permitem passar das situações empíricas – os lugares dos sujeitos – para as posições dos sujeitos no discurso. [...] O que significa no discurso são essas posições. E elas significam em relação ao contexto sócio-histórico e à memória (o saber discursivo, o já-dito) (ORLANDI, 1999, p. 40).

Assim, ao falar a partir do lugar de idoso, as palavras dos sujeitos acima projetam suas posições de entrevistados e significam de modo diferente do que se falasse do lugar de jovem, porque “nossa sociedade é constituída por relações hierarquizadas, relações de forças, sustentadas no poder desses diferentes lugares, que se fazem valer na ‘comunicação’” (ORLANDI, 1999, p. 40). Em princípio, de acordo com o senso comum, as palavras do idoso valem (significam) mais do que as do jovem.

Dessa forma, nas circunstâncias da enunciação, consideramos o jogo de imagem que os entrevistados acima produzem sobre os idosos, mobilizando dizer que remete a sentidos. Na discursividade, ou seja, na maneira como no discurso, a ideologia produz seus efeitos; a imagem do idoso está relacionada às suas condições existenciais (saúde e morte), à sua maneira de viver (ociosidade, movimento, experiência, sonho, realizações), às vantagens e aos privilégios da idade, à extinção do sujeito antes de atingir a velhice.

Compreendemos, assim, as relações de forças no funcionamento das formações imaginárias, pois não são os idosos nem como estão inscritos na sociedade que funcionam no discurso, mas as imagens que projetam sobre os idosos aos jovens entrevistadores. Por meio de projeções passam das situações empíricas – idosos que moram uns com os outros em lar e república, que moram com familiares ou sozinhos em suas residências – para posições

de sujeitos no discurso. Em tais posições **brot**a o saber discursivo, o já-dito, de acordo com o contexto sócio-histórico e a memória de cada um.

Ser cidadão

É ser responsável, exercer direitos e deveres. A gente acha que o problema sempre está no outro, nunca está na gente. Estamos numa fase difícil de vivência de valores negativos – Sylvia Vieira, UniSantos

É ser participativo, ter direitos garantidos, direitos de idosos – Maria Aparecida Ortiz, UniSantos

É ser honesto e participativo. É honrar o país – Dacy Soares Pereira, UniSantos

É votar, quem não vota não pode reclamar nada – Maria José Tavares, República

É ter seus direitos garantidos – Jorge Luiz Pinho Borda, República

Responsabilidade, exercício de direitos e deveres, participação social. Assim, os entrevistados acima referidos apontaram a condição para que o sujeito seja considerado cidadão. A cidadania diz respeito não somente à satisfação dos direitos para assegurar igualdade, mas deve também garantir os direitos à diferença como parte do processo democrático. Na diferença, e não fora dela, na relação com o Outro, são construídas as identidades.

Quando se trata do dizer, há duas forças que trabalham de forma contínua, promovendo a tensão em todo discurso: o mesmo (paráfrase) e o diferente (polissemia). “E é nesse jogo entre paráfrase e polissemia, entre o mesmo e o diferente, entre o já-dito e o a se dizer que os sujeitos e os sentidos se movimentam, fazem seus percursos (se) significam” (ORLANDI, 1999, p. 36).

No que diz respeito aos sentidos de “ser cidadão” e seus efeitos produzidos em nossa sociedade, há mais repetição para o sentido de direitos do que deveres. No entanto, os dois sentidos deveriam se complementar, caminhar juntos. Como disse a entrevistada Sylvia Vieira, cidadão implica o exercício de deveres e a garantia de direitos na sociedade.

Para compreender os efeitos de sentidos do que disseram os idosos entrevistados nesse nosso trabalho é preciso considerar que o lugar em que eles vivem marca os valores da intimidade do espaço. Conforme Bachelard (1974, p. 358), “a casa é nosso canto no mundo”, ponto de referência no mundo, como signo de habitação e proteção. Segundo esse autor, a imagem da casa “como um devaneio imemorial, promove a comunhão entre memória e imaginação, lembrança e imagem”.

Sendo assim, observamos mudança na percepção dos entrevistados quanto ao lugar onde vivem: local de confinamento, zona de exigências e conflito, canto valorizado de prazer e conforto.

Exemplo nesse sentido está em nossa primeira visita ao Lar Vicentino, onde assistimos a uma cena que demonstra a sua imagem do local onde vive. Naquela tarde, uma das idosas batia freneticamente a mão fechada na mesa e pedia para voltar à sua casa. Apesar da fragilidade mental, ela explicou que tinha meios financeiros suficientes para pagar alguém que lhe fizesse companhia em sua casa. Mas a família resolveu confiná-la naquele lugar. Nas Repúblicas Renascer e Vitória, uma das entrevistadas reclamou da exigência para fazer os trabalhos domésticos, porque se não fizesse não poderia viver ali. Além disso, comentou sobre as brigas entre os moradores, revelando sonhar em viver na sua casa. Quanto às entrevistadas na UniSantos, que moram em suas casas, todas disseram que gostam e valorizam o seu **canto**.

CONSIDERAÇÕES

A responsabilidade nas relações que estabelecemos em nosso cotidiano é bem maior do que os anos da nossa existência.

Benalva Vitorio

Com base nessa reflexão produzida no dia 7 de abril de 2015, quando a autora completou 69 anos de existência com vida nos anos de idade, estabelecemos a metodologia para tecer as considerações sobre a trajetória desse trabalho, destacando a visão individual, a concepção dos membros do Grupo com suas experiências, encantos e desencantos. Assim, falamos a partir do lugar de pesquisadores e nossas palavras significam de modo diferente do que se falássemos do lugar de professor e de aluno.

Desse modo, ao contrário das relações hierarquizadas no meio universitário, onde as relações são de força, sustentadas no poder de lugares diferentes que ocupamos na sociedade, as palavras dos alunos valem (significam) da mesma forma que as palavras dos professores. Palavras marcadas pelo tempo, que mudam de sentido dependendo das condições de produção daqueles que fazem referência ao marco temporal da vida, a exemplo do que lembrou Arminda Costa, professora do curso de Publicidade e Propaganda, ao tecer consideração sobre nosso trabalho.

Uma das entrevistadas, a primeira moradora da República Vitória, disse que fazia caminhada, antes da cirurgia na mão, realizada há 14 anos. No seu discurso, 14 anos parece pouco tempo, mas é tão longo. Quantas vidas, quantos relacionamentos, quantas empresas, não duram 14 anos... Esse tempo cronológico, que para os mais jovens representa o correr incessantemente atrás de compromissos e mais compromissos, tem outro sentido para os idosos, para estas lendas vivas, para estas almas que contribuíram tanto, que tiveram vidas tão repletas de vida. Significa um compasso de espera, de conformismo, de aguardar, de se tornar paciente, de ser espectador, de, às vezes, não estar contente com o destino, mas sempre, sempre ter algo para narrar. Narrativas que para uns são repletas de sabedoria e para outros, de

saudosismo. Mas de uma vida que foi ativa, movimentada! A frase de Augusto Cury nos faz lembrar a importância e a alma neste “mergulho” em nosso trabalho de pesquisa: “O intervalo de tempo entre a juventude e a velhice é mais breve do que se imagina. Quem não tem prazer de penetrar no mundo dos idosos não é digno da sua juventude...”.

Ao reunir alunos e professores universitários com idosos nas três instituições, no decorrer do trabalho de campo como uma das etapas dessa pesquisa, confirmou-se a nossa premissa de que o conhecimento se constrói também fora da sala de aula. Assim constatou José Reis Filho, professor do curso de Jornalismo, ao tecer as suas considerações.

O que dizer desse momento na vida do aluno no seu primeiro ano de formação universitária? Eis a questão que deveria ser trabalhada, por meio de descrição e debate sobre atitudes e comportamentos não usuais em sala de aula, mas fora dos muros acadêmicos.

“O brasileiro só é solidário na tragédia”, disse Nelson Rodrigues. No trabalho realizado pelos alunos nessa pesquisa – a maioria do primeiro ano – percebemos que, de forma voluntária, eles se solidarizaram com o sujeito da pesquisa, não por tratar-se de “tragédia”, como coloca Nelson Rodrigues, mas pelas experiências e identidades de homens e mulheres idosos.

O trabalho inicial revelou diversos comportamentos e crenças, nos quais nos deparamos, ora com sujeitos que desejam preservar as lembranças e as imagens de suas experiências de vida, ora com aqueles que evidenciaram transformação na forma de subjetivar e olhar o passado e as memórias de seus sentimentos.

Tais atitudes, de acordo com as palavras dos idosos entrevistados, vão da saudade à rejeição, do esquecimento e silêncio à explosão discursiva, vislumbrando-se múltiplas dimensões para a narrativa histórica. À linguagem verbal, que nos parece que atingiu o objetivo nesse trabalho, acrescentamos as imagens registradas do local das entrevistas e dos personagens como sujeitos da pesquisa.

Se nós vivemos sob uma chuva constante de imagens, elas são destituídas da necessidade interna que as caracterizaram como forma e como significado, como força de chamar a atenção, impor algo que tem que ser feito para chamar a atenção, como também uma força de vários significados. Grande parte das imagens são passadas como sonhos que deixam traços na memória, os quais não dissolvem a sensação de estranheza misturada com alegria, tristeza e mal-estar.

Nas respostas de muitos entrevistados há mistura de sentimentos, predominando a sensação de velhice, ao revelar a saudade dos tempos de jovem associada à ideia do ser sonhador, romântico, apaixonado.

Daí a importância na vida acadêmica do conhecimento desses alunos sobre o significado de espaços fora dos muros acadêmicos. Assim, esse trabalho de pesquisa alcançou seu objetivo. Por meio de metodologia que relacionou teoria à prática, os alunos coletaram os dados, vivenciando experiências como parte da construção de seus conhecimentos, de vida e de mundo, fora da sala de aula.

O espanto inicial de alguns jovens universitários na constatação de que os anos deixam marcas no corpo e na mente das pessoas deu lugar à compreensão das perspectivas no futuro, na medida em que se estreitavam os contatos entre eles e os idosos como sujeitos dessa pesquisa. Como observou Bianca Zatorre, aluna do curso de Jornalismo, “eles [idosos] são uma pequena amostra de nosso futuro”. E continua a sua reflexão como forma de projetar o futuro da geração a que pertence:

Pensar que em questão de anos seremos como eles. Estaremos dando entrevistas e lembrando como era nosso passado, que agora é nosso presente. Pensar que o que planto hoje fará parte de minha memória quando eu começar a dar sinais de senilidade.

Talvez não seja fácil conviver com todas as experiências boas e ruins, com lembranças de palavras bem e mal ditas, com recordações de amigos sinceros e cruéis. Talvez seja penoso dormir e acordar evocando as relações duras e simples que tive ao longo da vida. Se não é fácil a vida na juventude, quiçá na velhice.

Imagine ter aquele “tempo” que sempre nos queixamos de não ter para fazer um curso, ouvir alguém, escutar uma música ou simplesmente não fazer nada.

Quando ninguém tem paciência para escutar as grandes histórias do idoso, a velhice pode se tornar solitária e angustiante. Talvez a solidão para o idoso não seja a mesma que nós, jovens, sentimos vez ou outra. Talvez seja uma solidão branda, conformada com o tempo que passou; que a morte está iminente e que não há nada que se possa fazer, a não ser viver.

No dizer da jovem universitária, compreendemos o jogo na formação discursiva a respeito do tempo. Presente, passado e futuro se entrecruzam na tessitura do seu discurso, a exemplo das relações construídas entre entrevistados e entrevistadores no decurso desse trabalho. No confronto do dizer, idosos e jovens ocuparam posições, antecipando ao seu interlocutor quanto ao sentido que suas palavras produziram, regulando a argumentação, “de

tal forma que o sujeito dirá de um modo, ou de outro, segundo o efeito que pensa produzir em seu ouvinte” (ORLANDI, 1999, p. 39). Valendo-se de suas experiências – de tempo de vida, de mundo, de histórias – os idosos previram nos universitários, enquanto entrevistadores, cúmplices para contar suas histórias, lembrar altos e baixos da vida, uns com dificuldade para ordenar os pensamentos e as palavras, outros com desenvoltura e convictos de que ainda há muito que fazer enquanto carregarem vida nos anos de idade.

Para Isabella Pajon, aluna do curso de Jornalismo, ser idoso significa “nova fase”, como explica em seu discurso:

Se a vida pudesse ser descrita por um sinônimo, na minha concepção, a palavra seria “etapas”, que poderiam ser pisadas, puladas ou simplesmente admiradas. Na relação entre jovens e idosos, quem entrevistou ouviu dos bem vividos o segredo da felicidade em todas as idades. Com o passar do tempo, as prioridades se transformam, mas as pessoas continuam as mesmas, com a eterna sede do novo, que pode já ser velho.

Todos os dias nós questionamos sobre a vida, os porquês, como, o que, entre outros anseios do século XXI, e acabamos por esquecer completamente do real valor da vida, do amor, do cotidiano, ou de um simples beijo e abraço, que na velhice acabam esquecidos pelos mais jovens.

A vida e a velhice não são iguais para todos, mas os “bem vividos” demonstram que o princípio de tudo está nas escolhas. Conforme o ditado popular, “sementes ruins dão frutos ruins”.

Escolhas que Victor Augusto Mendes, aluno do curso de Relações Internacionais, destacou em suas considerações, referindo-se ao perfil de sua entrevistada, “que se mostrou ativa, sem medo de demonstrar seu posicionamento político”:

Nossa conversa aconteceu no contexto de pós-eleição no Brasil, em uma conjuntura social de evidentes embates ideológicos, o que nos conduziu a questões políticas. A relação conflituosa em seu trabalho, antes da aposentadoria, no legislativo e como militante na política, aflorou nas suas palavras incisivas, tecendo críticas à administração pública municipal e federal, bem como ao posicionamento do cidadão na sociedade, dando como exemplo o número de votos nulos e brancos nas eleições de 2014, o que configura, no seu entender, o oposto à cidadania. Da mesma forma criticou o idoso que se acomoda e tem medo de conviver. Sendo assim, ela não se considera idosa, pois é ativa em diversas instâncias, move-se e não tem medo de “dar a cara à tapa”.

Nesse sentido, Mainara Gomes Sales de Oliveira, aluna do curso de Relações Internacionais, escolheu a jovialidade para tecer considerações sobre os idosos entrevistados:

As pessoas encaram o envelhecimento de forma distinta. Para uns, o passar dos anos representa fardo pesado a se carregar, outros enfrentam com tranquilidade o decorrer do tempo. Enquanto há idosos que se entristecem com as rugas e marcas de expressão, acreditando que não tem mais serventia na família ou na sociedade; por outro lado, há outros que ocupam, novamente ou pela primeira vez, os bancos da universidade, praticam esportes, navegam na internet e viajam com os amigos.

Observamos as duas perspectivas distintas em nossas entrevistas. Enquanto uns entrevistados se percebiam como velhos, desgastados e com pouca esperança no futuro, outros se afirmavam como idosos cheios de vitalidade e expectativa para a vida. Os velhos queixavam-se das enfermidades e lamentavam o abandono por parte dos familiares. Os idosos falavam sobre autonomia e qualidade de vida.

Ora, os anos chegam para todos nós, sem distinção. É necessário estar preparado para envelhecer bem, com harmonia integrada entre corpo, mente e alma. [...] É fundamental que os idosos mantenham o entusiasmo na vida, se sintam parte da sociedade, não apenas com seus direitos e assistência garantidos, mas que tenham voz ativa com capacidade de opinar e decidir.

Ser idoso não é mais aquele que fica a remoer as histórias do passado, é ser ativo e produtivo, buscar vida saudável, o convívio com as outras gerações, fazer parte do que vivemos hoje e agora. Ser idoso é celebrar com jovialidade a vida que nos habita.

Mas nem sempre é possível essa celebração, como destacou Renata Doratioto Albano, professora do curso de Nutrição, ao tecer considerações sobre a pesquisa, na qual “conhecemos três realidades bem diferentes da população idosa”: a que vive em uma instituição assistencial, a que mora em Repúblicas e a que frequenta uma universidade.

Esse grupo etário passa por grandes transformações, tanto físicas, a exemplo da diminuição do apetite pela alteração do paladar e do olfato, quanto sociais, como o abandono por parte de familiares e a viuvez, além das doenças, que mudam a rotina de qualquer sujeito, principalmente os idosos. Com certeza, esses fatores interferem na forma como os idosos se alimentam, transformando a refeição de momento agradável e prazeroso em períodos diários de sofrimento, tanto para quem come quanto para quem é responsável em alimentar o idoso.

Há circunstâncias em que o idoso não tem condições de escolher os alimentos e come o que é servido, como no caso dos que vivem em instituições assistenciais, onde muitos apresentam alguma doença mental, o que dificulta o entendimento da realidade. Porém, os que são lúcidos e podem fazer suas escolhas adquirem alimentos nem sempre saudáveis e guardam na geladeira de seus quartos. Nesse caso, a instituição deve interferir, analisando as condições de conservação e os valores nutricionais dos alimentos.

Quanto aos idosos que vivem nas repúblicas, nem todos tem condição financeira e conhecimento para escolhas alimentares saudáveis, o que difere dos idosos que frequentam a universidade, onde tem a oportunidade de conhecer mais sobre alimentação saudável nas disciplinas ministradas no curso de extensão dirigido a essa faixa etária.

Finalizando, não posso deixar de louvar a grande experiência que vivenciei no ambiente externo à Universidade, onde alunos de graduação e professores de áreas tão distintas – Comunicação, Relações Internacionais e Nutrição – tiveram a oportunidade de conviver com a realidade dos idosos, que ao mesmo tempo está tão longe e tão perto de nós.

Oportunidade que João Carlos Gutierrez Prado, aluno do curso de Jornalismo, destacou nas suas considerações: “participar da pesquisa sobre as relações do idoso no cotidiano contribui para a minha formação acadêmica e pessoal”. Tomando como exemplo as entrevistadas no Curso de Extensão para a Terceira Idade da UniSantos, o aluno considerou o seguinte:

Elas são ativas, alegres e estão de bem com a vida. Apesar de toda carga de estereótipos que a sociedade impõe sobre a velhice, elas não se deixam convencer por essa negatividade. Vivem essa nova fase da vida ativamente e prazerosamente. [...] São o exemplo de que é possível descartar os preconceitos impostos pela sociedade, e elas não são as únicas. Hoje, ser idoso vai além das aparências e estigmas. A prova está nas palavras das entrevistadas.

Palavras que Patricia Zanella, aluna do curso de Relações Internacionais, sintetizou em três características como identificação dos entrevistados: informação, solidariedade e independência.

Ao participar dessa pesquisa, compreendi que devemos estar sempre em busca do novo, do diferente, para que possamos nos sentir vivos. Repensei os valores da sociedade, que está cada vez mais desumana, perdendo a noção de solidariedade e de educação, pautando-se mais no individualismo. A necessidade de independência entre os entrevistados é mais do que o desejo de

liberdade. É a esperança de ter saúde para não se tornar dependente. Compreendi, assim, a linha tênue entre o medo de perder a autonomia e a esperança de curtir essa fase da vida.

Ser idoso como “fruto das transformações ao longo da vida”, simbolizando “a metamorfose humana”, representa a concepção de Victória Trivinho Meschini, aluna de Jornalismo, nas suas considerações.

Nenhuma fase da vida do ser humano é tão complexa e rica quanto à velhice. Conversar com o idoso, compreender sua vivência, seus sonhos e percepções de mundo, é uma experiência enriquecedora, que nos faz refletir e analisar a vida sobre novos ângulos. Por mais que os anos mostrem que a vida é finita, há idosos que demonstram que vale a pena vivê-la, principalmente os que carregam alegria, os que procuram ocupação e não consideram a idade como um empecilho, mas como fonte de sabedoria.

Das entrevistas realizadas com idosos constatei uma característica do ser humano relacionada às mudanças. Com uns compreendi a luta que travam contra a mudança e quanto pode ser difícil aceitar essa batalha. Com outros aprendi como aceitar e aproveitar as mudanças, como reconhecer nas mesmas o curso natural da vida. Aceitar e adequar-se às imposições e limitações da idade pode ser difícil, mas alguns idosos transformam essa fase da vida em período de contemplação do que passou, sem abandonar a vontade de viver o presente.

O desejo de viver o aqui e o agora entre os sujeitos de nossa pesquisa inspirou Rosilandy Carina Cândida Lapa, aluna do curso de Relações Internacionais, a tecer suas considerações saudando a liberdade. Para tanto, tomou como referência a metáfora construída por uma das entrevistadas que comparou o idoso a uma viagem de trem, na qual ele para em várias estações.

Compreendi as estações mencionadas pela entrevistada ao analisar sua história de vida com ricos contrastes decorrentes das visões que teve ao longo de sua jornada. A tranquilidade demonstrada ao expor as mudanças da sociedade e a forma como se adaptou ao novo, nos permitem reflexão acerca da contribuição que o corpo social deveria prover a todos que contribuíram para a sua formação, inclusive os que hoje encontram dificuldades para compreender os seus desdobramentos, mas que carregam conteúdo para enriquecer a sociedade, se devidamente estimulados.

O estímulo familiar é essencial para a convivência. Nos últimos 50 anos, as relações familiares passaram por mudanças significativas no que diz respeito à participação do idoso nos afazeres cotidianos, em especial as

mulheres, que conjugaram às tarefas domésticas outras atividades, antes realizadas majoritariamente por homens. Essa alteração gerou benefícios para a sociedade, mas provocou lacunas na hierarquia do núcleo familiar, entre elas a diminuição da importância do idoso. Antes considerado sábio e respeitável por sua experiência e dedicação, o idoso foi atingido pela modernidade, na qual os jovens estão inseridos. Assim, decorrem obstáculos para o relacionamento entre gerações.

Nesse sentido, atualmente há, pelo menos, dois tipos de idosos: os integrados e os excluídos do núcleo familiar. Os primeiros são incentivados a contribuir nas atividades do cotidiano, que se sentem acolhidos e seguros para ousar, aprendendo a exercer novas funções ou praticando as que dominam. Por outro lado, os excluídos do grupo familiar sentem-se distanciados do convívio com o mundo externo, sem nenhuma interação a não ser com o aparelho de televisão. A família restringe-se à prestação de auxílio relacionado aos cuidados médicos, não incentivando o idoso a conviver e ter novas experiências.

Considero que a real integração dos idosos na sociedade depende de um conjunto de ações formado pelas pessoas ao seu redor, família e amigos, que desempenham papel crucial para as condições físicas e psicológicas do sujeito. A arte da convivência é como um novelo de lã, que pode virar uma bela peça se for trabalhado com afinho e calma, mas que também pode ser apenas um emaranhado de fios e nós, se deixado às intempéries do destino.

Nesse ponto da nossa organização, presente da escritura desse trabalho, abre-se a perspectiva de futuro, ou seja, a leitura do mesmo. Assim, entregamos aos leitores, não o **novelo de lã**, mas a nossa **peça**, para que sejam construídos novos sentidos do que disseram os idosos, do que interpretamos das suas palavras em movimento, isto é, seus discursos. Como disse Pêcheux (1997, p. 304), “ninguém pode pensar do lugar de quem quer que seja: primado prático do inconsciente, que significa que é preciso suportar o que venha a ser pensado, isto é, é preciso ‘ousar pensar por si mesmo’”.

Sendo assim, a nossa caminhada não se fecha, porque não acreditamos que haja conclusão em nenhum trajeto, muito menos em trabalho acadêmico. Apontamos futuro discursivo porque do nosso encontro com os idosos surgirão pistas para novos percursos de sentido, como aquele traçado por Alves (2000, p. 59) ao considerar que “a vida é troca” como “princípio básico do aprendizado da convivência”.

Assim, deixamos como a ponta do fio de nossa composição, para que o leitor inicie a sua produção, o que considerou Quintana (1980) sobre tempo e convivência.

Na convivência, o tempo não importa.

Se for um minuto, uma hora, uma vida.
 O que importa é o que ficou deste minuto,
 desta hora, desta vida...
 Lembra que o que importa é tudo que semeares e colherás.
 Por isso, marca a tua passagem,
 deixa algo de ti...
 do teu minuto,
 da tua hora,
 do teu dia,
 da tua vida.

Contudo, se nossa obra ficar esquecida em uma gaveta, se demorar resposta ao nosso convite, nos restará esperança de que o tempo nos aproxime dos leitores e certeza da nossa convivência. Porque, como escreveu Fernando Sabino na carta à Clarice Lispector (2003, p. 131), “você me desculpe esse silêncio tão longo, mas a convivência é feita também de silêncio e distância”.

REFERÊNCIAS

- ALVES, Helle. *Envelhecer não dói*. Guarujá / SP: Mundial, 2000.
- ANDRADE, S.C., et al. Alimentação Saudável e adequada: modelos aplicáveis na prática clínica. In: CUPPARI, L. (org). *Guia de Nutrição: clínica no adulto*. 3ª ed. Barueri: Manole, 2014. Cap. 4, p. 77-90.
- BACZKO, Bronislaw. Imaginação social. In: *Enciclopédia Einaudi*, v. 5, Antropos-Homem, Lisboa: Imprensa Nacional / Casa da Moeda, Edição portuguesa, 1985, pp. 296-332.
- BARTHES, Roland. *A câmara clara*. Tradução de Júlio C. Guimarães. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1984.
- BARRETO, Frederico Flósculo Pinheiro. Espaços para a terceira idade. In: *Humanidades*, Brasília: UnB, nº 46, pp. 54-65, out. 1999.
- BAUMAN, Zygmunt. *Amor líquido: sobre a fragilidade dos laços humanos*. Tradução de Carlos Alberto Medeiros. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2004.
- BEAUVOIR, Simone. *A velhice*. Tradução de Maria Helena F. Martins. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1990.
- BENTO, Jorge Olímpio. Século do idoso: o papel do desporto. In: *Humanidades*, Brasília: UnB, nº 46, pp. 15-23, out. 1999.
- BOSSI, Ecléa. *Memória e Sociedade: lembranças de velhos*. São Paulo: Companhia das Letras, 1994.
- CAMPOS, M.T.F.S.; MONTEIRO, J.B.R.; ORNELAS, A.P.R.C. Fatores que afetam o consumo alimentar e a nutrição do idoso. *Revista de Nutrição*, Campinas, v. 13, n.3, p. 157-165, set/dez. 2000.
- CHAUÍ, Marilena de Souza. Os trabalhos da memória. In: BOSI, Ecléa. *Memória e Sociedade*. São Paulo: Companhia das Letras, 1994, pp. 17-33.
- ECO, Umberto. Sobre os espelhos. In: *Sobre os espelhos e outros ensaios*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1989, pp. 11-37.
- ELIAS, Norbert. *Sobre o tempo*. Tradução de Vera Ribeiro. Rio de Janeiro: Zahar, 1998.

KAMINURA, M.A., et al. Avaliação nutricional. In: CUPPARI, L. (org). *Guia de Nutrição: clínica no adulto*. 3ª ed. Barueri: Manole, 2014. cap. 6, p.111-149.

LAHUD LOUREIRO, Altair Macedo. *A velhice, o tempo e a morte*. Brasília: UNB, nº 46, pp. 77-86, out. 1999.

MARUCCI, M.F.N; ALVES, R.P.; GOMES, M.M.B.C. Nutrição em Gerontologia. In: SILVA, da S.M.C.S; MURA, J.D.P. *Tratado de alimentação, nutrição & dietoterapia*. 2ª Ed. São Paulo: Roca, 2011. cap. 25, p. 461-487.

MEIRELES, Cecília. *Obra poética*. Volume 4. Biblioteca Luso-Brasileira. Série brasileira. Rio de Janeiro: Nova Aguilar, 1958.

NÉRI, Anita Liberalessa. O fruto dá sementes: processos de amadurecimento e envelhecimento. In: NÉRI, Anita Liberalessa (Org.). *Maturidade e velhice: trajetórias individuais e socioculturais*. Campinas/SP: Papirus, 2001.

ORLANDI, Eni Puccinelli. *Análise de Discurso: princípios e procedimentos*. Campinas/SP: Pontes, 1999.

PÊCHEUX, Michel. *Semântica e discurso: uma crítica à afirmação do óbvio*. Tradução de Eni Puccinelli Orlandi et AL. 3ª ed. Campinas / SP: Unicamp, 1997.

QUINTANA, Mario. *Esconderijo do tempo*. Porto Alegre: L&PM, 1980.

RICARDO, Jorge José de Jesus. Ser um idoso ou um velho. *Portal do Envelhecimento*. 1996. Disponível no site <<http://www.portaldoenvelhecimento.org.br/acervo/cronicas/cronicas5.htm>> Acesso em 10 de abr. 2015.

SABINO, Fernando, LISPECTOR, Clarice. *Cartas perto do coração*. Rio de Janeiro: Record, 2003.

SANTOS, Cláudio José dos. *Universidade Aberta para a 3ª Idade: um caminho de vida*.

Santos: Leopoldianum, 1997.

STANGA, Z.; ALLISON, S.; VANDEWOUBE, M. Nutrição no idoso. In: ALLISON, S.P. ,et al. *Bases da Nutrição Clínica*. 3ª ed. Rio de Janeiro: Rubio, 2008. p 327-345.

VITORIO, Benalva da Silva. *O sentido da TV no cotidiano do idoso: Análise de Discurso como prática teórica transformadora*. Tese de doutorado defendida na Escola de Comunicação e Artes / USP, maio de 2003.

NOTAS

1 Como membros do Grupo de Pesquisa Comunicação e Cidadania, da Universidade Católica de Santos, participaram da pesquisa de campo os professores: Benalva da Silva Vitorio, Arminda Tereza dos Santos Costa, Eduardo Rubi Cavalcanti, José Reis Filho, Renata Doratioto Albano e os alunos: Andressa Garcia Sanches, Bárbara Vieira de Araujo de Oliveira, Bianca Zatorre Pereira Monteiro, Gabriella Silva de França, Gustavo Boeing, Isabella Pajón Gomes, Jéssica Aparecida Santiago Cardoso, João Carlos Gutierrez Prado, Lais Cristina Mazagão de Oliveira, Lucas Marcos de Souza, Mainara Gomes Sales de Oliveira, Nathália de Oliveira Nascimento, Patricia Silva Zanella, Patrick Herman Paterlini, Pedro Futuro Rodrigues Hazan, Rosilandy Carina Candida Lapa, Tamiris Stefano Teixeira, Victor Augusto Mendes, Victoria Trivinho Meschini.

APÊNDICE

ROTEIRO DE ENTREVISTA

1. Identificação do entrevistado

- a) Nome / Sexo / Idade / Estado civil / Peso / Altura
- b) Local de nascimento (cidade / estado / país)
- c) Local de residência (cidade / estado). Há quanto tempo mora nesse local? Porque vive nesse local? Com quem vive? Como se sente vivendo nesse local?

2. Atividades

- a) física
- b) esportiva
- c) lazer (baile, passeio, viagem, cinema, teatro, televisão etc.)
- d) cultural (estudo, leitura e aquisição de conhecimento)
- e) doméstica
- f) não faz nada (ócio)

3. Alimentação e Saúde

O que você come:

- a) no café da manhã
- b) no almoço
- c) no jantar
- d) no lanche da manhã
- e) no lanche da tarde
- f) na ceia

Tem algum problema de saúde?

Toma algum medicamento?

4. Relacionamento

- a) com as novas tecnologias: internet, face book, redes sociais
- b) com a família: permanente, eventual, não tem; harmoniosa, conflituosa, indiferente; de apoio, de cooperação, de distância, de agressão
- c) com os amigos: permanente, eventual, não tem; harmoniosa, conflituosa, indiferente; de apoio, de cooperação, de distância, de agressão
- d) com a sociedade: distância, aproximação, respeito
- e) com a vida: alegria, esperança, desencanto etc.

5. Representação (sentido)

- a) da família. O que espera da família?
- b) dos amigos. O que espera dos amigos?
- c) da sociedade. O que espera da sociedade?
- d) da vida. O que espera da vida?

6. Lembranças do passado: remota (infância, adolescência), próxima (fase adulta)

7. O que é ser idoso

8. O que é ser cidadão

9. Como deve ser a convivência na vida

