

## PROJETO DE EXTENSÃO “SUPERIDADE”

Juliana Aparecida Fialho<sup>1</sup>, Renata Gomide<sup>2</sup>, Márcia Aparecida Santos Silva<sup>3</sup>

**Resumo:** *A fim de promover uma melhoria na qualidade de vida dos idosos participantes do Programa Municipal da Terceira Idade – PMTI -, este estudo teve como objetivos articular as habilidades sociais e cognitivas, buscar trabalhar a visão de si e do outro, melhorar a satisfação pessoal referente a história de vida do sujeito, promover atividades diferenciadas com temas especiais sobre o autoconhecimento e acrescentar conhecimentos do âmbito da Psicologia e temas afins da terceira idade. Usaram-se como método grupos de escuta, dinâmicas/jogos lúdicos e palestras com temas diversos.*

**Palavras-chaves:** *idosos, PMTI, qualidade de vida, terceira idade.*

### Introdução

Quando se trata de “envelhecimento”, depara-se com o caráter inevitável da velhice. O termo “velho” está associado à pobreza, dependência e incapacidade; já a expressão “terceira idade” sugere idosos aposentados; porém, dinâmicos. Com base nisso, cada sociedade constrói a imagem da velhice de acordo com os valores que compõem a sua própria identidade (PEREIRA, et al., 2006). É grande a preocupação de vários segmentos da sociedade com o envelhecimento social, processo esse frequentemente lento, que leva à progressiva perda de contatos sociais (PEREIRA, et al., 2006).

A realidade de todo o mundo vem se evidenciando bem diferente no que diz respeito ao crescimento e às diferenças demográficas. Parte disso, que merece um destaque, é o aumento dessa classe, que, de acordo com pesquisa do IBGE (2007), no Brasil, vem crescendo a cada ano, estimando-se que nos próximos 20 anos irá ultrapassar os 30 milhões de brasileiros (BRASIL, 2007; CARNEIRO 2004; VECHIA, 2005).

---

<sup>1</sup>Estudante do Curso de Psicologia – UNIVIÇOSA, Viçosa, MG, e-mail: [juli.psicofasi@yahoo.com.br](mailto:juli.psicofasi@yahoo.com.br)

<sup>2</sup>Professora do Curso de Psicologia- UNIVIÇOSA, Viçosa, MG, e-mail: [rvgomide@yahoo.com.br](mailto:rvgomide@yahoo.com.br)

<sup>3</sup>Estudante do Curso de Psicologia – UNIVIÇOSA, Viçosa, MG

De acordo com a sugestão dada pela abordagem evolutiva do ciclo de vida de *Baltes*, a idade traz ganhos e perdas. Algumas habilidades podem ser diminuídas com a idade, assim como outras tendem a melhorar (PAPALIA, 2010).

Poder chegar à idade avançada já não é privilégio de algumas poucas pessoas, viver mais sempre foi o intuito do ser humano, e o envelhecimento

populacional constitui uma grande conquista. Entretanto, o aumento da expectativa de vida nem sempre é acompanhado de autonomia e corpo saudável (PEREIRA *et al.*, 2006).

As famílias dos idosos atuais e a sociedade em geral ainda não estão adequadamente preparadas para administrar essa nova configuração apresentada por esse público, o que exige nova postura no *status* social, novo modo de concepção de atendimento ao indivíduo idoso, novo olhar e novo tratamento, tanto da esfera familiar quanto da sociedade civil organizada (VIÇOSA, 2007).

No município de Viçosa, MG, o processo de envelhecimento é entendido como o resultado de combinações de traços produzidos e acumulados na sociedade; o espaço e o tempo são dimensões materiais fundamentais na vida humana. Com essa concepção, em 1994, atendendo inicialmente 86 idosos, a Secretaria de Ação social criou o Clube da Terceira Idade. Com a preocupação em ampliar os trabalhos, criou-se, em 1997, o Programa Municipal da Terceira Idade – PMTI -, que teve como objetivos prevenir o isolamento da pessoa idosa, estimular sua socialização e promover sua valorização no contexto sócio-familiar (VIÇOSA, 2007).

### **Materiais e Métodos**

O conjunto das atividades desenvolvidas no PMTI contou com profissionais convidados das áreas da medicina, enfermagem, psicologia, nutrição etc. Entre as atividades, relacionaram-se as seguintes: grupos de escuta voltados para a avaliação do trabalho em curso; palestras com convidados de diversas áreas; dinâmicas; brincadeiras; jogos lúdicos; psicodrama; e práticas do esporte e recreação.

## Resultados e Discussão

Os resultados foram parciais, visto que partiu de um processo de observação que durou cerca de quatro meses. O projeto teve um prazo vigente de abril a novembro do ano de 2012.

Entre as observações, pôde-se perceber o quanto os idosos precisam de atividades que estimulem o contato social e quão benéfico é o PMTI na vida deles, principalmente com relação aos laços sociais que eles estabelecem no Programa por meio das atividades já existentes como a atividade física, por exemplo, em que o momento de descontração é até maior do que o próprio benefício à saúde física.

## Conclusão

Pôde-se concluir que atividades voltadas para os objetivos já citados, sobretudo os da área da Psicologia, fizeram-se necessárias para fortalecer as relações que foram estabelecidas no PMTI, melhorar a qualidade de vida dos idosos participantes, bem como o trabalho de escuta, visto que há forte demanda do público nesse aspecto.

A proposta do trabalho foi promover autonomia e independência dos idosos em diversos âmbitos, promovendo e potencializando maior interação entre eles, com atividades e informações sobre diversos temas.

## Referências Bibliográficas

BRASIL. **Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística**. 2007.

PAPALIA, D. E., OLDS, S. W., FELDMAN, R. D., **Desenvolvimento Humano**. 10ª Ed, 2008.

PEREIRA, Larissa; SILVA, Alexandre; MORELLI, Grazielle. **A importância do lazer da Terceira Idade, um estudo de caso em Ribeirão Preto**. Revista Digital - Buenos Aires - Ano 11 - Nº 98 - Julio de 2006. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd98/tidade.htm>.  
Data de acesso: 02/02/2012.

VECHIA, R. D et al. **Qualidade de vida na Terceira Idade**. Revista Brasileira Epidemiol. 2005; 8(3): 246-52.

VIÇOSA, Centro de Referência de Assistência Social (CRAS). **Histórico do Programa Municipal da Terceira Idade - PMTI**. 2007. Disponível em: <http://crasvicosa.blogspot.com.br/2010/08/pmti-realiza-festa-em-homenagem-aos.html>. Data de acesso: 03/04/2012.