

UNIVERSIDADE DA TERCEIRA IDADE: PERCURSO FORMATIVO DO PROGRAMA DA UNOESC SÃO MIGUEL DO OESTE

Érica Aline Serafini¹

Evelacio Roque Kaufmann (Orientador)²

Resumo

A Unoesc de São Miguel do Oeste desenvolve um programa voltado a terceira idade denominado Unifi (Universidade da Terceira Idade) desde março de 2016. O programa visa auxiliar o idoso no processo de envelhecimento de modo que possa adquirir conhecimento e proporcionar qualidade de vida, envelhecendo de maneira saudável. O objetivo deste estudo foi identificar a influência, repercussão e contribuições na vida dos participantes que o projeto vem proporcionado. Aplicou-se uma pesquisa quantitativa, fundamentada em estudo exploratório. A forma de coleta de dados foi por meio da aplicação de questionário, composto por 10 questões fechadas e aplicadas por meio eletrônico. Evidenciou-se como resultado a importância percebida pelos participantes e a receptividade que o programa tem junto a este público-alvo. Destaca-se a necessidade de melhorias para motivar um maior envolvimento de quem ainda não faz parte. O programa da Unifi contribui no processo de envelhecimento. Influenciando os idosos aprofundar conhecimentos em diversas áreas, desenvolver potencialidades, vivenciar novas experiências que agreguem valores para melhorar sua qualidade de vida e envelhecimento saudável.

Palavras-Chave: Idoso; Envelhecimento; Qualidade de vida; Formação do idoso.

1 INTRODUÇÃO

O crescimento da população idosa aumentou nos últimos anos, trazendo impactos negativos e positivos para a população (FERNANDES;

BOTELHO, 2007). O envelhecimento mostra ser um fenômeno complexo e desafiador para as pessoas que passam ou estão nesta fase da vida. Complexo por depender de vários fatores que estão relacionados ao processo da velhice e desafiador por ser uma fase diferente das outras enfrentadas durante a vida.

A medida em que a população envelhece procura por alternativas para o enfrentamento das dificuldades e envelhecer de maneira saudável. Conforme Tavares (2017), a maior longevidade do tempo de vida permite que as pessoas desfrutem de um período mais distinto que as gerações anteriores. Assim, permitindo que busquem por alternativas para ocupação do tempo livre.

O programa Uniti (Universidade da Terceira Idade) do campus de São Miguel do Oeste, é um espaço criado pela Unoesc em março de 2016. Visando auxiliar o idoso no processo de envelhecimento de modo que possa adquirir conhecimento e ao mesmo tempo ter qualidade de vida envelhecendo de maneira saudável. Promove a ampliação do conhecimento em diversas áreas, vivenciando novas experiências positivas, desenvolvendo potencialidades e possibilitando compartilhar histórias entre os participantes.

O objetivo deste estudo foi identificar a influência, repercussão e contribuição na vida dos participantes que o projeto da Uniti tem proporcionado. O intuito foi de acompanhar e avaliar as atividades desenvolvidas e verificar junto aos idosos de que forma o programa Uniti repercutiu sobre suas vidas e se houve melhoria na qualidade de vida dos mesmos. As próximas seções serão abordadas os tópicos da fundamentação teórica, metodologia e conclusão. Diante disso, o estudo busca responder ao seguinte problema, como o programa Uniti da São Miguel do Oeste influencia, repercute e contribui na vida dos participantes?

2 DESENVOLVIMENTO

Na fundamentação teórica foram apresentados os principais conceitos norteadores da pesquisa, visando facilitar a compreensão e o desenvolvimento desse trabalho. Desta maneira, este capítulo permitirá um entendimento melhor sobre conceitos sobre o envelhecimento, terceira idade e formação do idoso.

2.1 ENVELHECIMENTO

O envelhecimento é complexo por dependente de variados fatores. O bem-estar e o adoecimento que são constantes na vida daqueles que enfrentam o envelhecimento, sendo necessário promover a saúde e estimular comportamentos visando à qualidade de vida (SILVA; SANTOS, 2010). Envelhecer bem está associado aos valores particulares das pessoas. Está ligado ao processo de vida de cada indivíduo sobre a percepção pessoal das possibilidades de adaptação as mudanças enfrentadas no envelhecimento (TEIXEIRA; NERI, 2008).

Garrido; Menezes (2002) ressaltam que envelhecer é um processo que causa alterações que é dependente de cada indivíduo, pois ao longo do tempo as pessoas reduzem a sua capacidade e desempenho. De acordo com Souza; Matias; Brêtas (2010), o envelhecimento é um processo natural da vida nascemos, crescemos e envelhecemos. Muitas vezes, passamos por todo processo de vida e não se damos conta que o tempo está passando e estamos envelhecendo.

A Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílio (PNAD-2016) apontou que o número de pessoas com mais de 60 anos chegou aos 29,6 milhões, correspondendo a 16,0% do total da população. O aumento da expectativa de vida da população brasileira apresenta um novo contexto (DE OLIVEIRA, 2015). O crescimento da população idosa e a redução da taxa de natalidade, leva a um achatamento da pirâmide etária, na medida em que a proporção dos idosos se iguala ou aumenta em relação a juventude (DEBERT, 2011).

Carvalho e Garcia (2003) explicam que o processo de envelhecimento populacional é resultado do declínio da fecundidade, e não da mortalidade. A redução do número de nascimentos vem acompanhada pela queda da mortalidade (MIRANDA; MENDES; DA SILVA, 2016). Nasr (2008) aponta que o aumento da expectativa de vida da população idosa dobrou, permitindo que população alcance um maior tempo de vida.

Veras (2004) observa que na medida em que os idosos envelhecem, sentem-se desafiados pelo processo de envelhecimento e torna-os incapaz. Silva e Günther (2000) apontam que os desafios os torna incapaz por ser visto como algo negativo associado a doenças, contrastando que quando envelhece não se tem mais produtividade. De Abreu Arruda (2007) reforça que o envelhecimento para muitos idosos, está associado a inutilidade e depender de outras pessoas para fazer tarefas do dia a dia, como andar, vestir-se e cuidar da casa.

Na visão de Jacon, Scortegagna e Da Silva Oliveira (2020), todas as ações que valorizam o idoso, proporcionam maior qualidade de vida. Se o jovem é o futuro da sociedade, o idoso é fruto de sua vivência, não existe futuro sem respeito ao passado. Serbim e Figueiredo (2011) ressalta que as ações que valorizam o idoso, aumentam a expectativa e a qualidade de vida, a vivência e convivência dos idosos.

Segundo Vecchia, et al. (2005), a qualidade de vida está relacionada à autoestima e abrange uma série de aspectos como a capacidade funcional, o estado emocional, a saúde e a vivência própria ou em sociedade. Dos Pinheiro e Areosa (2019) apontam que a qualidade de vida envolvendo inúmeros fatores de bem-estar da pessoa idosa. Para que essa seja garantida, é preciso que todos respeitem os direitos das pessoas idosas. Assim, permitindo envelhecer de maneira saudável.

O envelhecimento saudável é dependente de vários fatores individuais, sociais e ambientais (TEIXEIRA.; NERI, 2008). O envelhecimento saudável depende dos hábitos desenvolvidos desde a infância até a vida adulta mas, nunca é tarde para incluir a rotina saudável e contribuir para a saúde ao longo da vida (GLOBOPLAY, 2021).

Os fatores do envelhecimento saudável geram debates sobre a opinião individual para o processo é preciso avaliar o bem-estar subjetivo (TEIXEIRA; NERI, 2008). O bem-estar subjetivo investiga a experiência individual de cada indivíduo. A partir da aplicação da avaliação da vida, ajuda a entender e melhorar a qualidade de vida (GIACOMONI, 2004).

Scott e Tavares (2021) enfatizam que o bem-estar e a qualidade de vida determinam a vivência da longevidade do tempo de vida. Essa expectativa do longo prazo de vida, pode ser conduzida de maneira saudável e produtiva. Usufruindo de sua experiência e não mais do trabalho. Fazendo com que de alguma forma possa contribuir, criando riqueza para a sociedade.

2.2 TERCEIRA IDADE

A Terceira Idade é uma nova fase da vida que está entre o envelhecimento, velhice e a aposentadoria. Caracterizada por pessoas idosas com idade entre sessenta e oitenta anos que são atribuídos velhos que são considerados jovens. Os idosos com idade superior a oitenta anos passaram a compor a quarta Idade, os velhos que são considerados idosos, renovando a imagem da terceira idade (DE SOUZA RODRIGUES; SOARES, 2006). Cortelletti (2004) aponta que esta diferença das idades se deve ao fator socioeconômico entre os países tendo como base o parâmetro cronológico, a ONU (Organização das Nações Unidas) define como o início da velhice a idade de 60 anos nos países em desenvolvimento e, já nos países desenvolvidos a idade é de 65 anos.

Pachá (2018) explica que em diversas tribos e civilizações, a idade significa poder, sabedoria e experiência. Já na sociedade do capital e consumo, o velho só é respeitado quando integra na produção e gera renda. Outros autores, como Rizzolli; Surdi (2010) consideram que a velhice como uma fase de vida de improdutividade por não conseguir ser mais produtivos como um jovem. Por isso, muitas vezes se sentem sozinhos e isolados, necessitando de um cuidado e atenção diferenciada.

A construção do significado da velhice é por meio de crenças, mitos e preconceitos que são constituídos na sociedade durante a sua vida (DE SOUZA RODRIGUES; SOARES, 2006). Ainda os autores mencionam que em algumas das sociedades o idoso é sinônimo de experiências e conhecimentos acumulados, sendo destaque em valores e respeito. Em outras, os idosos só recebem respeito quanto tem saúde e podem trabalhar.

De acordo com Cortelletti (2004), um plano ação foi tomada para o enfrentamento dos direitos das pessoas que estão passando pelo processo de envelhecimento. Assim, garantindo segurança, dignidade e para que possam continuar convivendo com a sociedade, como cidadãos igualitários. Como lembra Vitoreli; Pessini; Silva (2005), garantir a sua segurança faz com que o idoso tenha uma autoestima positiva na velhice conduzindo o indivíduo para que se sinta seguro, independente, respeitado, reconhecido e adequado a uma melhor qualidade de vida.

Dessa forma, é preciso que a população idosa assegure seus direitos, que foram conquistados ao longo dos anos. De maneira a se proteger garantindo os direitos, pois muitas vezes sofrem por violência física e verbal, abandono e discriminação. Assim, assegurando que o envelhecimento saudável seja conquistado (DE CARVALHO SILVA, et al., 2013).

Se o envelhecimento é um processo, a velhice é uma fase do desenvolvimento. Com o decorrer de todas as fases da vida, a velhice é um processo de perdas e ganhos (DE SIMONE MARTINES, 2008). As perdas estão relacionadas as dependências físicas, invalidez e solidão e os ganhos são vitalidades que estão adormecidas e ao longo do tempo resinnificam o processo da velhice (CARLOS; et al., 1999).

Vitoreli; Pessini; Silva (2005) explicam que a velhice está relacionada a cada etapa em que passamos, podemos pensar e planejar. Devido a longevidade do tempo de vida. Ramos (2003) considera a velhice como um período da vida em que a pessoa encontra limitações físicas, perdas cognitivas, sintomas depressivos, declínio sensorial, acidentes e isolamento social.

Marques e Pachane (2010) apontam que a chagada da terceira idade é um processo comum, porém, surpreendente até nos dias de hoje. Nessa fase da vida o corpo é mais frágil e requer mais cuidado. Nadai (1995) ressalta que o processo é complexo por depender de vários fatores, não é um assunto novo, porém é surpreendente.

Quando se fala em velhice, é preciso pensar de forma ampla para compreender a velhice. Por ser relativo a variadas características particulares. Ao mesmo tempo que é determinada por características específicas (biológicas, sociais, psicológicas, históricas, culturais e de gênero) que formam a velhice (SANTOS, et al., 2010). Vitoreli, Pessini e Silva (2005) reforça que a maior longevidade não é garantia de qualidade de vida, a que vai depender de fatores biológicos, psicológicos e sociais, que determinam a vivência na velhice.

Do ponto de vista fisiológico, decorre do processo de envelhecimento, da falta de atividade física, presença de doenças nas fases anteriores da vida e outros fatores, que provocam uma redução do desempenho, dificultando a execução das tarefas diárias (NADAI, 1995). Ainda, o autor menciona que no fator de envelhecimento social geralmente é provocado por modificações das relações do indivíduo com o tempo, sua relação com o mundo e sua história. Os fatores psicológicos, segundo Salgado (1982), o indivíduo inicia com comportamentos característico de idade avançada. O otimismo e o apoio da família, companheiros e amigos são essenciais nestas fases.

Como caracteriza Pachá (2018), a estrada da velhice não terminara enquanto existimos, seguirão velhos olhando para outros velhos e sentindo menos velhos. Assim, continuamente depois da velhice vem mais vida e os que estão atrás não alcançaram os atuais e os atuais não alcançaram os antecedentes. De Souza Rodrigues; Soares (2006), aponta que a forma como se vive as fases da velhice depende da história de cada indivíduo, dos valores e do lugar em que ocupa durante a vida em sociedade, ao final serão os responsáveis pela construção do envelhecer e da velhice.

Martins (2011) entende o lazer como uma ocupação que o indivíduo usa para repousar e divertir-se. Quando livre das obrigações profissionais ou

familiares, a ocupação deste tempo serve como uma atividade de livre escolha. Dessa forma Dumazedier (2004) afirma que o idoso não procura somente o lazer ou a ocupação do tempo livre, mas uma qualidade de vida melhor. Na medida em que envelhecemos, não temos mais a obrigação de trabalhar. Por ter um tempo mais livre o idoso procura descansar já que passou a vida inteira trabalhando. São variadas formas que o idoso tem para ocupar o seu tempo livre, seja para se divertir, repousar, curtir os netos ou adquirir conhecimentos.

Desta forma Martins (2011) compreende o lazer como uma escolha individual em relação ao tempo que está disponível. A ocupação do tempo pode proporcionar o descanso, desenvolvimento da personalidade e aquisição conhecimento. Essas ações priorizam, estimulam e beneficiem os idosos no contexto e no processo pelo que está passando, preparando-os para uma maturidade e uma velhice bem-sucedida. Assim, Weber; Celinch (2007) salientam que os espaços de educação a oportunidade de adquirir conhecimento e trocar experiências, não os deixa presos na ideia de que o lugar que se encontram deve ser lugar onde esperam a morte chegar.

2.3 FORMAÇÃO DO IDOSO

De acordo com Arruda (2007), a educação é um dos aliados para vencer os desafios que são impostos pela sociedade aos idosos, proporcionando adquirir novos conhecimentos e a oportunidades para buscar uma qualidade de vida melhor. Segundo Inouye, et all. (2018), o idoso terá oportunidade de adquirir mais conhecimento, ter novas experiências e vivências. A aprendizagem dos idosos para Nunes (2016) é um mundo novo que se abre. O conhecimento torna as vidas mais interessantes, fazendo com que abandonem a ideia que ao chegar a uma determinada idade, só devem esperar pela morte.

De Simone Martines (2008) aponta que as pessoas não se preparam para a velhice e quando se deparam com a realidade não as aceitam. Por isso, muitas das vezes recorrem para locais para experimentar uma vida

integrada e participativa na sociedade. Santos, et al. (2010) afirma que o mundo das universidades é um local para os idosos se manterem ativos e atualizados, possibilitando conhecer novos horizontes, adquirindo conhecimento, encontrando amigos e se sentindo novamente úteis na sociedade. Teixeira (2007) ressalta que os programas voltados a terceira idade tem como objetivo valorizar o idoso através do lazer e educação permanente tendo variadas formas para participação e ocupação do tempo livre dos idosos.

A universidade voltada para a terceira idade, surgiu na França em 1973, o objetivo era de modificar a visão do idoso diante do envelhecimento, proporcionado vivenciar e conviver com pessoas diferentes, propiciar-lhes saúde, energia, interesse pela vida e, assim modificar sua imagem diante da sociedade (CACHIONI, 2012).

Como caracteriza De Abreu Arruda (2007), a ideia de implantar um projeto específico à terceira idade surgiu para fazer despertar novamente à da vida as pessoas que estavam aposentadas, muitas delas sem a identidade de seus papéis sociais, algumas vezes depressivas dentro de suas casas, incomodando seus familiares que não sabiam conviver com elas.

Nos últimos anos, no Brasil, tem crescido o número de universidades e grupos de convivência da terceira idade, que promovem a redefinição de valores, atitudes e comportamentos dos idosos (BELEZA; SOARES, 2019). De Abreu Arruda (2007), acredita que os programas devam servir como um espaço educacional, pelo qual os alunos possam usufruir de uma vida saudável, participativa e produtiva na sociedade.

Teixeira (2007) considera os programas concentram-se em atividades de lazer que desenvolvem a personalidade, potencialidades e atitudes que são capazes de gerar novos comportamentos e sentimentos. Weber e Celinch (2007) afirmam que os programas de educação veem no intuito de auxiliar o idoso neste processo de ressignificação, permitindo que o idoso tenha uma qualidade de vida bem-sucedida. As experiências de vida anteriores à velhice, principalmente, das vivências experimentadas e sentidas durante o

envelhecimento que com a partilha de experiências com pessoas da mesma idade, terão um significado diferente do envelhecimento.

Nessa perspectiva, Weber e Celinch (2007) apontam que é fundamental o aspecto educativo, compreendendo que a educação é um passo fundamental para sair da zona de conforto e passar a ter uma vida mais ativa. Os programas de educação segundo Castilho, et al. (2020) vêm no intuito de auxiliar o idoso a vencer os desafios impostos pela idade, possibilitando adquirir novos conhecimentos, fazer novas amizades e relembrar de acontecimentos passados.

Irigaray e Schneider (2008) enfatizam a importância desses espaços oferecem ao idoso a oportunidade de saber enfrentar problemas e de lidar com o processo de envelhecimento. Weber e Celinch (2007) mencionam que o processo de envelhecimento é gerador de conhecimento que mediante as oportunidades que o ser humano se desenvolve, compartilha experiências e se percebe como um indivíduo essencial e capaz de transformações e contribuições para a sociedade.

As atividades voltadas a terceira idade não só promoveram momentos de ensino, mas também momentos de interação e convívio prazeroso, o que beneficia à saúde física, mental e social. (CELICH; BORDIN, 2008). As instituições auxiliam os idosos em sua vivência em sociedade, promovendo a saúde e a qualidade de vida na velhice (INOUYE, et all., 2018).

3 CONCLUSÃO

As questões da Terceira Idade merecem ser vistas de forma relevante para a compreensão do envelhecimento humano e seus reflexos na sociedade. Muitas das vezes idosos são desprezados pela sociedade por reduzir sua capacidade, desempenho e não gerar mais renda. O idoso reflexo das histórias e experiências de vida.

O envelhecimento não é um processo novo, porém complexo e dificultoso. Por ser um processo que é dependente de uma série de fatores e diferente das outras fases enfrentadas durante a vida. É comum que idosos se

sintam perdidos nesta fase de vida. Por isso, o programa Universidade da Terceira Idade da Unoesc vem no intuito de amenizar o sofrimento das pessoas idosas que estão passando pelo processo de envelhecimento, ressignificando suas vivências e tornar um momento de aprendizado e proveitoso.

O programa Uniti está muito bem colocado no mercado, abrange as regiões de São Miguel do Oeste, Guaraciaba, Belmonte, Descanso e Tunápolis. O programa Uniti enfatiza qualidade de vida e o bem-estar dos idosos. Porém, é preciso de algumas necessidades de melhoria no curso. A sugestão dos acadêmicos foi de ampliar conhecimentos em temas novos e pertinentes ao processo de envelhecimento do idoso.

O programa é voltado para pessoas superiores a 50 anos, são pessoas ativas que procuram sair da zona de conforto e ocupar o tempo livre adquirindo conhecimentos. Por isso, se torna um público diferenciado e diversificado, dificultando atender todos os anseios.

Sugere-se que futuras pesquisas busquem uma avaliação da motivação dos idosos possibilitando a própria opinião dos idosos sobre o envelhecimento e suas variadas dimensões.

Conclui-se que o programa Universidade da Terceira Idade contribui no processo de envelhecimento de cada idoso. Repercutindo em suas vidas ajudando diante do enfrentamento das dificuldades no envelhecimento. Influenciando os idosos aprofundar conhecimentos em diversas áreas, desenvolver potencialidades, vivenciar novas experiências que agreguem valores para melhorar sua qualidade de vida e envelhecimento saudável.

REFERÊNCIAS

- BELEZA, Cinara Maria Feitosa; SOARES, Sônia Maria. A concepção de envelhecimento com base na teoria de campo de Kurt Lewin e a dinâmica de grupos. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 24, 2019.
- CACHIONI, Meire. Universidade da Terceira Idade: história e pesquisa. *Revista Kairós: Gerontologia*, v. 15, n. Especial14, 2012.
- CARLOS, Sergio Antonio et al. Identidade, aposentadoria e terceira idade. *Estudos Interdisciplinares sobre o envelhecimento*, v. 1, 1999.

- CARVALHO, José Alberto Magno de; GARCIA, Ricardo Alexandrino. O envelhecimento da população brasileira: um enfoque demográfico. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 19, 2003.
- CASTILHO, Juliana Araújo et al. Desafios do envelhecimento e a participação na universidade aberta à terceira idade: percepção de idosos. *Revista Baiana de Enfermagem*, v. 34, 2020.
- CELICH, Kátia Lilian Sedrez; BORDIN, Alexandra. Educar para o autocuidado na terceira idade: uma proposta lúdica. *Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano*, v. 5, n. 1, 2008.
- CORTELLETTI, Ivonne Assunta. Idoso asilado: um estudo gerontológico. Edipucrs, 2004.
- DA SILVA PEREIRA, Ana Alice; COUTO, Vilma Valéria Dias; SCORSOLINI-COMIN, Fabio. Motivações de Idosos para Participação no Programa Universidade Aberta à Terceira Idade. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, v. 16, n. 2, 2015.
- DEBERT, Guita Grin. Velho, terceira idade, idoso ou aposentado? Sobre diversos entendimentos acerca da velhice. *Revista Coletiva, Cidade*, n. 5, 2011.
- DE ABREU ARRUDA, Ivan Eduardo. Reflexões sobre o idoso e o programa. *Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano*, v. 4, n. 2, 2007.
- DE CARVALHO SILVA, Cíntia et al. Principais políticas sociais, nacionais e internacionais, de direito do idoso. *Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento*, v. 18, n. 2, 2013.
- DE OLIVEIRA, Márcia Mendes Marquez; TOSCHI, Mirza Seabra. IDOSO: que tendência seguir?, 2015
- DE SIMONE MARTINES, Maria Guiomar. O “morar” na velhice: expectativas entre envelhescentes. 2008. Tese de Doutorado. Pontifícia Universidade Católica de São Paulo.
- DE SOUZA RODRIGUES, Lizete; SOARES, Geraldo Antonio. Velho, idoso e terceira idade na sociedade contemporânea. *Revista Ágora*, n. 4, 2006.
- DOS PINHEIRO, Osvaldo Daniel; AREOSA, Silvia Virginia Coutinho. A importância de políticas públicas para idosos. *Revista Baru-Revista Brasileira de Assuntos Regionais e Urbanos*, v. 4, n. 2, 2019.
- DUMAZEDIER, Joffre. Lazer e cultura popular. In: *Lazer e cultura popular*. 2004.
- FERNANDES, Ana Alexandre; BOTELHO, Maria Amália. Envelhecer activo, envelhecer saudável: o grande desafio. In: *Forum Sociológico. Série II*. CESNOVA, 2007.
- GARRIDO, Regiane; MENEZES, Paulo R. O Brasil está envelhecendo: boas e más notícias por uma perspectiva epidemiológica. *Brazilian Journal of Psychiatry*, v. 24, 2002.
- GIACOMONI, Claudia Hofheinz. Bem-estar subjetivo: em busca da qualidade de vida. *Temas em Psicologia*, v. 12, n. 1, 2004.
- GLOBOPLAY, Globo. JA 1ª EDIÇÃO – TO. Exercícios físicos e boa alimentação contribuem para um envelhecimento saudável, 15 maio 2021. Disponível em <https://globoplay.globo.com/v/9519431/>. Acesso: 21 de maio 2021.
- INOUYE, Keika; et al. Efeito da Universidade Aberta à Terceira Idade sobre a qualidade de vida do idoso. *Educação e Pesquisa*, v. 44, 2018.

- IRIGARAY, Tatiana Quarti; SCHNEIDER, Rodolfo Herberto. Impacto na qualidade de vida e no estado depressivo de idosas participantes de uma universidade da terceira idade. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, v. 25, n. 4, 2008.
- JACON, Thânia Mara Kaminski; SCORTEGAGNA, Paola Andressa; DA SILVA OLIVEIRA, Rita de Cássia. A PRESENÇA DO IDOSO NO AMBIENTE UNIVERSITÁRIO: DO DIREITO A EDUCAÇÃO A REINSERÇÃO SOCIAL: <https://doi.org/10.29327/211653.6>. 1-4. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, v. 6, n. 1, 2020.
- MARQUES, Denise Travassos; PACHANE, Graziela Giusti. Formação de educadores: uma perspectiva de educação de idosos em programas de EJA. *Educação e Pesquisa*, v. 36, n. 2, 2010.
- MARTINS, Rosa. Os idosos e as actividades de lazer. *Millenium*, p. 243-251, 2010.
- SERBIM, Andreivna Kharenine; FIGUEIREDO, A. E. P. L. Qualidade de vida de idosos em um grupo de convivência. *Scientia Medica*, v. 21, n. 4, 2011.
- MIRANDA, Gabriella Morais Duarte; MENDES, Antonio da Cruz Gouveia; DA SILVA, Ana Lucia Andrade. O envelhecimento populacional brasileiro: desafios e consequências sociais atuais e futuras. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, v. 19, n. 3, 2016.
- NADAI, Andréia. Programa de atividades físicas e terceira idade. *Motriz*, v. 1, n. 2, 1995.
- NASRI, Fabio. O envelhecimento populacional no Brasil. *Einstein*, v. 6, n. Supl 1, 2008.
- NUNES, Catia Cilene Paines. Qualidade de vida dos idosos: ações dos grupos de maioria ativa do município de Santana do Livramento/RS. 2016.
- PACHÁ, Andréa. *Velhos são os outros*. Editora Intrínseca, 2018.
- RAMOS, Luiz Roberto. Fatores determinantes do envelhecimento saudável em idosos residentes em centro urbano: Projeto Epidoso, São Paulo. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 19, 2003.
- RIZ

Sobre o(s) autor(es)

¹ Acadêmica do Curso de Administração - Universidade do Oeste de Santa Catarina, SC, Brasil. E-mail: eryca_serafyny@hotmail.com.

² Docente do curso de Administração na Universidade do Oeste de Santa Catarina, SC, Brasil. E-mail: evelacio.kaufmann@unoesc.edu.br.