



Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais

Anais

IV Seminário Internacional Sociedade Inclusiva

Propostas e ações inclusivas: impasses e avanços

Belo Horizonte
17 a 20 de outubro de 2006

Sessões de Comunicações

Realização:



A ARTE DO MOVIMENTO EM UMA INSTITUIÇÃO ASILAR

Luanda Cristina Dias

Discente em Dança, Universidade Federal de Viçosa - UFV

Sara Maria Lopes Salgado

Discente em Educação Física - UFV

Ana Rita de Cássia Delvaux

Discente de Pedagogia - UFV

Liliane Moreira de Souza

Discente em Economia Doméstica - UFV

Iris Ferreira de Sousa

Discente em Economia Doméstica - UFV

Ingrid da Silva Macedo

Estudante especial MS Nutrição e Saúde - UFV

Ivani Soleira Gomes

Coordenadora do Projeto – PEC - UFV

Rua Maestro João Salgado Amorim, 141, Lourdes, Viçosa, MG. CEP: 36570-000

Telefones: (31) 3891 3438 (31) 8801 5859 (33) 9961 9529

luandacrisdias@yahoo.com.br

O avanço da medicina aliado à melhoria da qualidade de vida, entre outros fatores, ocasionou um aumento significativo na proporção de idosos da população mundial, fato que se torna invariável para a realidade brasileira.

Além disso, houve um aumento na expectativa de vida da população e, de acordo com a Organização Mundial da Saúde – OMS, essa expectativa depende da condição de vida do indivíduo, bem como do desenvolvimento de seu país (McArdle, 2003).

O senso comum indica que, para que a vida seja de boa qualidade, é primordial ter saúde. E, ainda de acordo com a OMS, *“a saúde é o completo bem-estar físico, mental e social e não meramente a ausência de doenças ou enfermidades”*.

Segundo Nahas (1997):

A qualidade de vida é uma resultante de parâmetros individuais, socioculturais e ambientais que caracterizam as condições de vida do ser humano. Assim se faz a importância de boas condições sociais para uma maior qualidade de vida.

Fala-se de uma preocupação maior com a saúde, com o meio ambiente e com as formas de relacionamento humano. A nova Gerontologia, de acordo McArdle (2003),

aborda áreas além das doenças relacionadas à idade e sua prevenção a fim de reconhecer que o envelhecimento bem-sucedido exige a manutenção de uma função fisiológica e de uma aptidão física aprimoradas. Nesse contexto, sendo o ser humano um ser fisiológico e psicológico, as atividades físicas e as artes vêm a favorecer nesse processo sob diversos aspectos, quais sejam físicos, sociais e intelectuais.

Se o indivíduo é ativo, mantém uma prática de atividades diárias constante, a perda de funções ocorre, porém, em escalas menores e gradativas, havendo a manutenção da autonomia, prevenção de doenças e uma predisposição maior para desempenhar qualquer atividade no processo de envelhecimento.

Segundo a pesquisa de Mauad e Baptista (2006),

os idosos que dançam possuem uma melhoria funcional e da auto-estima, que esta atividade favorece o sentimento de integridade e socialização: melhora o estado físico, mantendo a capacidade funcional geral; diminui a decadência músculo esquelética; redução do estresse; estimula a capacidade de tomar iniciativa/autonomia.

E quanto àqueles que participam de manifestações populares, no caso o Congo:

a inclusão social torna-se mais abrangente devido ao convívio intergeracional; contribui para a transmissão de conhecimentos

acumulados sobre dança/sabedoria. Na mesma publicação ele coloca a situação da população que não tem acesso a estas atividades, como elas sofrem com a falta de convívio social, isolamento e solidão. (MAUAD e BAPTISTA, 2006)

O movimento corporal, desde a Antiguidade, expressa o que o ser humano sente e necessita; sendo assim, a dança, como outras modalidades corporais, constitui uma das formas de expressão que podem ser abordadas como meio de promover a auto-realização do indivíduo nos âmbitos sociais, artísticos e físicos. Isto pode ser ilustrado pela professora Fux (1983):

a expressão e a criação no nível do corpo são próprias do ser humano, qualquer que seja seu estágio cultural ou qualquer que seja sua condição física. A necessidade de mover-se é parte da pessoa e quanto mais seja ajudada a expressar-se, mais benefício obterá para o resto de suas atividades em sua vida privada ou social.

No entanto, a sociedade brasileira convive com uma realidade ainda precária em relação à inclusão dos idosos em programas públicos de bem-estar, ainda mais quando estes são de classes menos favorecidas, como, por exemplo, os que se encontram em instituições asilares públicas, com raras exceções.

As relações sociais vêm contribuir para o desenvolvimento do indivíduo, uma vez que, por meio destas, existe uma troca de conhecimento, e, como conhecimento é liberdade, cabe colocar as palavras de Freire (1980): *“Ninguém liberta ninguém, ninguém se liberta sozinho: os homens se libertam em comunhão”*.

As atividades físicas e de artes, como lazer, vêm contribuir para o processo de inclusão social por serem provedoras de experiência estética, o que garante afinidade entre as pessoas, uma vez que a maioria delas tem afinidade com o belo.

Este referencial de beleza é colocado à luz da filosofia Kantiana, *“a qual analisou a vertente psicológica da beleza, enfatizando a atividade harmoniosa das funções mentais, que se exercitam em liberdade no mundo da representação”* (EAGLETON, 1943).

Sobre esta experiência estética por meio da arte do movimento,

todos podem beneficiar em grande medida, das possibilidades que oferece tal experiência para iluminar por dentro as leis do nosso desenvolvimento pessoal. E conhecer estas leis ou constantes é decisivo para nossa formação humana (QUINTÁS, 2006).

Esta experiência, por sua vez, torna o indivíduo sensível aos diversos âmbitos da vida com suas manifestações, sentidos, sensações. Assim como Kant, visa-se com este trabalho valorizar a esperança de que, no final, tudo acarretará harmonia entre os homens, não se esquecendo do peso utópico que leva essa afirmação.

De modo inevitável, com tal atmosfera acontece não só a inclusão social, mas o desejo de relacionar-se com o outro por sentir-se contemplado pelo fato de realizar atividades significativas.

Este adjetivo pode ser usado, uma vez que há um diagnóstico das atividades, pelas quais se avalia sua significação para o idoso, já que a inclusão social acontece principalmente quando o indivíduo permanece em estado de bem-estar em seu meio.

A realidade é que tudo gira em torno da motivação. Esta é que faz com que tudo aconteça. Segundo Paulo Freire, o ato de educar e motivar se mostram associados à cultura e às experiências.

Nos chamados “asilos”, ou “casas de repouso”, entre diversas denominações, encontram-se pessoas no estágio da perda de funções, e ainda, pessoas com necessidades especiais, como acontece na Associação Beneficente de Amparo aos Idosos (ABAI), da cidade de Guaraciaba, Minas Gerais. Faz-se necessária uma intervenção nesses locais, a fim de promover a melhora da qualidade de vida e a inclusão social.

O Projeto “Viva Idade, uma proposta de lazer para idosos”, contemplando os interesses do lazer e realizando atividades com esta perspectiva, visa a emergir o potencial criativo latente dos idosos e proporcionar uma experimentação à arte do movimento. Isto acontece por meio das propostas sugeridas semanalmente.

Entre os vários objetivos propostos pelo projeto, a inclusão social é um deles, através da reaproximação da família, capacitação de membros da comunidade para ministrar atividades de lazer e promoção de eventos. Paralelo a isto, há uma preocupação com a manutenção e mesmo restauração de funções fisiológicas, como flexibilidade e outras atividades diárias.

E, ainda, visa ao trabalho dos conteúdos que aborda o lazer: físico, artístico, manual, turístico, intelectual e social que englobam nessa esfera todos os outros objetivos. Como cita Marcelino (2001):

a participação em atividades de lazer têm três funções importantes e solidárias, intimamente relacionadas em todas as situações:

- Divertimento, recreação e entretenimento, com as vivências que buscam a distração, a superação da rotina, a sensação de prazer experimentada imediatamente, antes, durante e depois da participação nas atividades de lazer;
- Descanso, repouso, tempo e atividades que permitem alívio à fadiga, sossego físico e mental, reparar o cansaço e as tensões do dia-a-dia;
- Desenvolvimento da personalidade, enquanto benefícios pessoais e sociais, que favorecem o desenvolvimento da personalidade e sociabilidade; *'... permite uma participação social maior e mais livre, a prática de uma cultura desinteressada do corpo, da sensibilidade e da razão, além da formação prática e técnica'*.

Assim, optou-se por trabalhar o lazer no ambiente asilar, por acreditar-se nesse desenvolvimento do indivíduo, através das cantigas de roda, brincadeiras, produções artísticas e manuais, leitura de poesia, trabalho de alongamento, danças de salão, passeios, entre outros.

São oferecidas oportunidades de expressão artística ao mesmo tempo em que promove o desenvolvimento físico. Inevitavelmente, isto ocorre com a contextualização, ou seja, os idosos são convidados a expressar as manifestações que permearam sua vivência.

A maneira com que as atividades são conduzidas também se faz de grande importância, de maneira lúdica, participativa, visando à integração de todos os idosos, mesmo com suas limitações, que às vezes se tornam um impedimento ao olhar de muitos, e que para o Projeto se tornam superadas efetivamente em sua grande maioria.

Com isto é possível retratar e provar o papel dos idosos na sociedade e convencer os que ainda optam pelo esquecimento e preconceito para com esta faixa etária, de que todos são agentes culturais e que o idoso tem a necessidade de viver com qualidade e alegria, bem como o desejo de reatar suas raízes e multiplicar seus conhecimentos.

Enfim, ao ser assumido o compromisso de trabalhar a "Arte do Movimento", no âmbito asilar, houve o comprometimento com todos os objetivos que englobam essa arte, quer seja quando se trabalha a dança ou outras atividades físicas. Salienta-se que, por atividade física, considera-se qualquer atividade que aumente o dispêndio de energia e provoque alterações fisiológicas (McARDLLE, 2003).

Pretende-se, ainda, utilizar o lazer e seus conteúdos como meio de inclusão social, a fim de provocar uma melhoria significativa na qualidade de vida daquelas pessoas.

Os resultados já alcançados foram facilmente visíveis, como, por exemplo, a participação de muitos idosos, durante as atividades, em que alguns inicialmente se recusavam a tal e hoje fazem com motivação. Há a comprovação de que a intervenção pode e deve ser feita, com total responsabilidade nesse trabalho.

Assim, o movimento como arte, ou a arte do movimento, nesse contexto em que se encontram os idosos, se faz de suma importância, resultando positivamente para o desenvolvimento ou mesmo restauração de valores perdidos, que foram estagnados numa etapa tão bonita, que faz parte da vida e simplesmente é consequência desta, a chamada velhice.

REFERÊNCIAS

- EAGLETON, Terry, **1943** - A ideologia da estética. Tradução: Mauro Sá Rego Costa. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1993.
- FREIRE, Paulo. **Pedagogia do Oprimido**. 9ª ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1981.
- FUX, María. **Dança, Experiência de Vida**. Tradução: Norberto Abreu da Silva Neto. São Paulo: Summus, 1983.
- MARCELLINO, Nelson Carvalho. **Lazer e esporte: Políticas Públicas**. 2ª ed. Campinas: SP Autores Associados, 2001.
- MAUAD, L. C.; BAPTISTA, I. XV Congresso Brasileiro de Geriatria e Gerontologia. **Anais...** Goiânia, Junho, 2006.
- McARDLE, William D; KATCH, Frank I; KATCH, Victot L. **Fisiologia do Exercício, Energia, nutrição e Desempenho Humano**. 5ª ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003.
- NAHAS, MarKus Vinicius. **Atividade física como fator de qualidade de vida**. Memórias do Congresso Mundial de Educação Física-AIESEP, p.361-368, 1997.
- QUINTÁS, Alfonso López. **A Experiência Estética, Fonte Inesgotável de Formação Humana**. Tradução de Sílvia Regina Brandão. Disponível em: <<http://www.hottopos.com/videtur19/quintassilvia.htm>>. Acesso em 28 junho 2006.