

# OS NOVOS VELHOS/APOSENTADOS DO NOVO SÉCULO: EDUCAÇÃO SOCIAL E MEMÓRIA CORPORAL<sup>1</sup>

## THE NEW ELDERLY/PENSIONERS OF THE NEW CENTURY: SOCIAL EDUCATION AND CORPORAL MEMORY

Dalva Marim Beltrami \*  
Maria Izabel de Souza Lopes\*\*

---

### RESUMO

Esta pesquisa teve por objetivo mostrar que exercitar o corpo como atividade de tempo livre requer hábitos e atitudes a serem incorporados por processos educativos e culturais. Os sujeitos deste estudo foram pessoas idosas, com 60 anos ou mais, em uma cidade de porte médio do Brasil. Foram entrevistados 10 idosos entre 60 e 70 anos, aposentados com formação superior. O estudo caracterizou-se como exploratório e, para tanto, utilizou-se como instrumento de coleta de dados entrevista em profundidade que permitiu resgatar, em suas histórias de vida, as suas memórias corporais. Os resultados obtidos nesta etapa exploratória mostraram que: a) Os homens são mais ativos do que as mulheres e as razões são culturais, advindas da divisão de trabalho doméstico; b) As atividades físicas/desportivas realizadas na escola por essa população pouco interferiram em seus hábitos corporais; c) Tanto homens como mulheres que tiveram a oportunidade, durante suas trajetórias de vida, de praticar exercícios ou práticas desportivas sistemáticas, incorporaram tais atitudes em seus estilos de vida como ócio. Outros que iniciaram atividades físicas tardiamente o fizeram quase exclusivamente por exigência médica e necessidade de melhorar suas condições de saúde.

**Palavras-chave:** aposentados, velhos, educação física, memória corporal.

---

### INTRODUÇÃO

O mundo da produção preocupa-se com o homem apenas durante o seu período de vida produtiva. A fase da velhice/aposentadoria é uma incógnita nesse mundo. As políticas públicas ainda não reconhecem os aposentados como sujeitos plenos de direitos humanos, sociais e políticos. Há, nessa condição, uma dificuldade até mesmo preconceituosa, em reconhecer a aposentadoria como um momento do tempo livre com toda dimensão social e política que lhe é pertinente.

Para o mundo do trabalho, o idoso não existe fora deste âmbito. No Brasil, as políticas de aposentadoria, tanto as antigas como as novas, supõem que todo homem só deve abandonar seu trabalho quando perceber suas forças, físicas ou intelectuais, minarem. Quer

dizer, quando já se sentir inútil e pronto para morrer. A velhice é vista como um estorvo social e faz-se sentir essa condição em todas as esferas do relacionamento humano. O trabalhador só pertence a um determinado grupo enquanto estiver trabalhando. Depois, quando se aposenta, esse mesmo grupo o exclui e o aposentado percebe-se apartado por aqueles que até então o faziam ter sentimento de pertencimento, de identidade. Tornou-se um estranho entre aqueles que até então eram seus pares (ESTEVEES, 1998).

Ora, as descobertas e invenções da sociedade estão permitindo que os homens vivam mais tempo. Dão aos velhos mais tempo de vida mas não se sabe o que fazer com eles. Há conquistas na medicina e ao mesmo tempo condenação àqueles que não se beneficiam dela.

---

<sup>1</sup> Este trabalho foi discutido no 16º Congresso Internacional de Educação Física – FIEP/2001, de 13 a 17 de Janeiro de 2001, Foz do Iguaçu/PR.

\* Doutora, Universidade Estadual de Maringá.

\*\* Doutora, Universidade Estadual de Maringá.

Além das conseqüências psicológicas ocorridas pelas mudanças nas relações entre amigos e familiares, os velhos sofrem com o desgaste de seus corpos e, por conta disso, são também excluídos de muitos espaços, pois a urbanização e mesmo a arquitetura apenas lenta e timidamente começam a incluir esse novo contingente humano em seus projetos.

Entender melhor a relação corpo e independência está sendo o motivo deste estudo. Assim, a população inicialmente investigada foi constituída de pessoas idosas, com 60 anos ou mais, em uma cidade de porte médio do Brasil e ex-professores universitários. Seleccionamos 10 idosos entre 60 e 70 anos, aposentados, sendo 5 homens e 5 mulheres e entre estes, os que praticavam atividades físicas sistematicamente e os que não o faziam. O estudo caracterizou-se como exploratório (SELLTIZ; JAHORA; DEUTSCH; COOK, 1975) e para tanto, utilizou-se como instrumento de coleta de dados entrevista em profundidade, cujo aporte antropológico permitiu resgatar, em suas histórias de vida, as suas memórias corporais, que ora passamos a relatar enquanto resultados ainda parciais.

### O TEMPO DO VELHO

No Brasil de 1873, a população idosa era de 696 mil; em 1900, houve uma queda brutal no número de idosos, cujas razões não são conhecidas, mas computou-se apenas 202 mil o número deles; entretanto, em 1940 já se alcança o número de 1,7 milhão; em 1960, 3,3 milhões e em 1997, chega-se a 13,5 milhões (MAIS..., 1999, p. 3).

É muito difícil estabelecer a partir de quando se pode considerar uma população idosa se a expectativa de vida, em cada período histórico, ou em cada década, é diferente. Em 1900, a expectativa de vida da população era de 33,7 anos; em 1950, passou para 43,2 anos, em 1999, foi para 68,3 anos e estima-se para o ano 2000 atingir 68,5 anos. (MAIS..., 1999, p. 3). Observa-se que o índice de expectativa de vida vem aumentando em períodos cada vez mais curtos e o tempo de vida das pessoas está ficando cada vez mais longo.

É uma situação que exige atenção, porque a visibilidade do velho no mundo é uma realidade

e todas as esferas da vida associativa começam a se dar conta disso. Surgem novos estudos, novos direitos, novas áreas de trabalho, novas atividades que são voltadas para esse segmento cada vez mais numeroso no planeta Terra. A Declaração dos Princípios para Idosos, estabelecida na reunião geral da ONU em 3/12/1982 (ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS, 1982), traz, em seu texto, cinco princípios básicos que devem ser disseminados. São eles: Independência; Participação; Bem-estar; Desenvolvimento; e Dignidade. Segundo Pesquisa Nacional por Amostra Domiciliar do IBGE de 1997, mais de 3,916 milhões de brasileiros com 60 anos ou mais trabalhavam e destes, apenas 499 mil, 12,7% (INSTITUTO BRASILEIRA DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA, 1997) portanto, tinham carteira assinada.

No âmbito da saúde, a ênfase recai sobre a medicina preventiva, e esta é analisada como muito custosa tanto aos cofres públicos quanto às pessoas privadas. A hospitalização por idoso/ano é 400% mais cara do que a de crianças de 0 a 14 anos. Além disso, as escolas médicas ainda não vêm com a devida atenção a questão do idoso no Brasil (CHAIMOVICZ, 1998).

Um estudo antropológico sobre o velho, realizado por Bosi (1999), ajuda a compreender melhor a dimensão de ser velho no Brasil. Quando trata da memória, a autora fala da necessidade da memória-hábito, aquela adquirida pelo esforço de atenção e repetição de gestos ou palavras. Ela é parte de nossa socialização e permite a interação e domínio dos símbolos sociais vigentes. É ela que nos permite “lembrar” como comer segundo as regras, escrever, dirigir, andar na rua, frequentar ambientes públicos etc. Sua contínua exercitação é que impede o “esquecimento”. Isso significa que se se retira do velho as condições de continuar a realizar essas atividades, ele terá sua memória atrofiada e, portanto, perda da capacidade de auto-gestão de sua vida.

A retirada dessas ou outras atividades do velho significa apressar sua alienação no mundo em que vive, acelerar sua clausura diante das pessoas, estimular seu desinteresse pelas coisas, desestimular um projeto de vida futura de pertencimento e identidade social. Bosi (1999) faz uma distinção entre senilidade e senescência.

Afirma que senilidade é um fenômeno patológico e senescência é um estado normal do ciclo de vida. Mas indaga:

a senilidade é um efeito da senescência ou um produto artificial da sociedade que rejeita os velhos? A degradação senil começa prematuramente com a degradação da pessoa que trabalha. Essa sociedade pragmática não desvaloriza somente o operário, mas todo o trabalhador: o médico, o professor, o esportista, o ator, o jornalista (BOSI, 1999, p.80).

Segundo a autora, na velhice as pessoas deveriam estar envolvidas em atividades que estão além delas, pois tais atividades não envelhecem e fazem sentido aos atos do dia a dia. Mas se isso não acontece é porque, como diz Beauvoir (1990, p. 663),

se o aposentado fica desesperado com a falta de sentido de sua vida presente, é porque o sentido de sua existência sempre lhe foi roubado. Bosi, referindo-se ao aposentado, diz que: 'esgotada sua força de trabalho, sente-se um pária, e é comum que o escutemos agradecendo sua aposentadoria como um favor ou esmola' (BOSI, 1999, p. 80).

Embora hoje se desenvolva, a todo vapor, os estudos geriátricos, isso não devolve, segundo a autora, a dignidade ao velho. A geriatria não o trata como homem, mas como velho. É comum ouvir-se observações pouco estimulantes de especialistas da área de saúde quando se dirigem à população adulta/velha, dizendo o seguinte: *você já passou da idade para fazer tal ou qual coisa*, ou: *sua certidão de nascimento já amareleceu*. Embora essas falas possam ser justificadas como simples brincadeira ou informalidade no trato com o velho, pode, mesmo de forma não intencional, parecer um tratamento infantil. Mas, muitas vezes, revelam comportamentos depreciativos, caricatos e preconceituosos em relação ao velho. É claro que o velho gosta de ser paporicado, mas não gosta de ser idiotizado.

Por que o velho sempre se reporta ao passado? Porque nele ele recupera a condição de juventude e, junto com ela, a condição de

humanidade que a velhice, através de suas relações sociais, lhe rouba. É só velho e não homem. E nessa condição, só pode restar-lhe lembranças, porque estas o libertam dos sofrimentos do presente.

Mas esses sofrimentos devem ser superados, pois a memória não deve ser usada como esconderijo do passado, mas sim como alimento do presente e futuro. Assim, sua memória será o seu aspecto mais importante para a retomada da vida. É nisso que reside a diferença entre a educação da criança e do jovem em relação à educação do velho.

A memória vai trazer, para o velho, uma vida de reminiscências, que pode ser recuperada para novas atividades do presente, mesmo sob novas condições. Isso diz respeito tanto à memória intelectual quanto à memória corporal.

Nem sempre, contudo, as sensações levadas ao cérebro são restituídas por este aos nervos e aos músculos que efetuam os movimentos do corpo, as suas ações. Apesar da diferença entre o processo que leva à ação e o processo que leva à percepção, um e outro dependem, fundamentalmente, de um esquema corporal que vive sempre no momento atual, imediato, e se realimenta desse mesmo presente em que se move o corpo em sua relação com o ambiente (BOSI, 1999, p. 44).

É sobre este aspecto particular da relação corpo/independência - a memória corporal - que está inserida nossa investigação.

## O CORPO DO VELHO

Chopra (1997) diz que um corpo envelhece bem melhor quando bastante usado. O que isso quer dizer? O corpo humano não é um bloco uniforme, é um organismo vivo que possui mecanismos fisiológicos, processos biológicos e estrutura anatômica. Todos esses elementos só têm vida se harmônica ou desarmonicamente estiverem em movimento. Não podem, em hipótese alguma, estar parados. Se esta fosse a sua condição mais favorável, as pessoas minimamente ativas teriam as melhores chances de vida longa e independente. Mas não é isso o que se observa. Por outro lado, aqueles que ao

longo da vida tiveram atividades físicas ou foram exigidos fisicamente em excesso, verifica-se também conseqüências funestas. Um corpo bastante usado quer dizer um corpo que desenvolveu e maximizou suas potencialidades e habilidades sem sobrecarga. Tal processo, combinado com as situações por que passam os sujeitos durante sua vida, podem trazer respostas benéficas durante o envelhecimento. Esse resultado só é possível mediante um processo pedagógico eficiente.

Se as pessoas tomaram consciência de seu potencial, durante sua fase infante/juvenil e adulta, mediante processo educativo, seja pela educação formal ou não, terão maiores chances de envelhecerem melhor. Seu corpo foi preparado para enfrentar situações posteriores tanto quanto o foi seu intelecto através de contínua exigência cotidiana. Isso tudo quer dizer que as pessoas poderão, nessa condição, envelhecer com independência, com muito mais probabilidade e com a dignidade mantida.

É claro que o corpo tem vulnerabilidades, mas conhecidas suas fragilidades torna-se mais simples lidar com elas. Por isso dissemina-se, hoje, a bandeira *Use-o ou perca-o*, referindo se ao corpo, ao seu próprio corpo.

O novo, hoje, é saber como esse processo que discutimos ocorreu com os que atualmente já têm 60 anos ou mais, pois se o velho não era problema ontem, hoje a situação social é outra. Assim, é através do que vamos aprender com os velhos de hoje que se desvendará um novo saber que poderá nortear a geração jovem que se tornará velha amanhã.

O sujeitos que investigamos revelaram um pouco dessas questões. A maior parte deles, embora tivesse passado pela escola e nela praticado atividades recreativas e esportivas, pouco assimilou ou interiorizou tais práticas como necessárias em seu cotidiano, haja vista que, após o período escolar, nenhum deles manteve uma prática regular de atividade física, só o fazendo no presente momento por orientação médica.

As razões alegadas dessa interrupção foram várias: não ter altura suficiente excluía-nos de práticas desportivas, privilegiando os mais altos por escolha do professor, o que gerou um sentimento de inferioridade que levaram-nos a afirmar o desgosto por tais práticas. Uma

entrevistada, ao responder a questão de por que não praticava esporte, faz a seguinte afirmação:

Isso me faz refletir agora. Eu nunca tinha pensado que eu não gostava de praticar esportes porque eu era pequenininha. Mas percebo agora que continuei não gostando de esportes de raiva da professora. Acho que isso são resquícios de minha infância e adolescência, pois a minha professora não tinha habilidades para lidar com a gente. Ela não me deixava desfilhar em carro alegórico nem participar de jogos. Nos desfiles, eu ficava lá nos últimos. Até abandonei um desfile e fui embora.

Um dos homens entrevistados, apaixonado por jogar futebol, teve que, aos 14 anos, mudar seu horário de estudo para a noite e, dessa forma, não pôde mais praticar esportes porque passou a trabalhar durante o dia e a escola não oferecia alternativas à noite. Diz ele:

Mas aos 22 anos, mais ou menos, formamos um time de futebol que jogava às cinco horas da manhã num campinho de futebol. Sempre dava dois times. Isso durou uns três anos, depois disso eu mudei de cidade e não pratiquei mais nada porque não deu. Hoje, aposentado, e com 69 anos, caminho regularmente uma hora todos os dias e faço exercício todas as manhãs, de 20 a 30 minutos, antes de caminhar.

Embora o entrevistado realize essa atividade por orientação médica, ele o faz com muito gosto. O entrevistado afirmou que sempre gostou de esportes. Segundo ele:

aprendi basquete e tive times que participaram de campeonatos e não foi em época escolar. Parei de jogar porque tinha tonturas e no final, descobri que era a vista.

Outra entrevistada, com 61 anos, afirma que faz caminhadas por prazer pessoal. Segundo sua afirmação:

não esperei o médico mandar, fui antes. Quando estudante tive educação física no primário e no ginásio. Gostava de

fazer exercícios para fazer apresentação nas festividades da cidade. Mas competição, como eu era muito baixinha, a professora não me deixava ir. Na escola eu fazia isso, mas fora da escola eu gostava muito mais. Eu morava em frente ao mar aberto e eu mergulhava. Eu tinha um instrutor e remava em volta da ilha com ele. Nós íamos em três pessoas e eu era a remadora do meio. Eu sempre aprendi que respirar bem era muito importante, mas era meu instrutor que dizia isso. Eu era bem magrinha e precisava respirar bem e o exercício embaixo d'água me fazia muito bem. Parei de fazer essas atividades porque tive infecção no ouvido e meus pais não deixaram mais.

Essas e outras falas mostram o quanto desconhecemos sobre as conseqüências de nosso trabalho pedagógico na escola. Pensamos muitas vezes estar realizando um bom trabalho e não percebemos o quanto excluímos, ou que pouca orientação damos para nossa população escolar. Nesta investigação, percebemos, ao conversar com essas pessoas, o quanto elas se ressentem dessa falta de orientação hoje e muitas vezes nos culpam por isso, outras vezes justificam a não atividade pelos reveses da vida e a prioridade dada ao trabalho que, hoje reconhecem, ter sugado suas vidas.

As suas memórias mostraram que suas atividades físicas no passado não foram estimuladas o suficiente para que mantivessem ou recomencessem tais atividades nos dias de hoje.

## CONCLUSÕES

Observou-se, nas falas de nossos entrevistados, nesta etapa exploratória, que os homens são mais ativos do que as mulheres e as razões são culturais advindas, principalmente da divisão de trabalho doméstico. Essa situação ocorre na fase adulta, principalmente, a partir do casamento. Os afazeres domésticos e o cuidado com os filhos tiram das mulheres um tempo precioso para cuidarem de si próprias, já bastante ocupado com suas atividades profissionais. Em seus depoimentos, os homens revelaram mais oportunidades, pois os

compromissos domésticos, embora houvessem, não comprometiam rigorosamente seu tempo. As razões do abandono de atividades físicas ou atividades físicas feitas de forma não regular foram justificadas pelo excesso de tempo no trabalho, gerando extremo cansaço.

Observou-se também que as atividades físicas/desportivas realizadas na escola por essa população pouco interferiram em seus hábitos corporais do presente, até porque, para muitos deles foram, na verdade, desestimulantes, principalmente para as mulheres.

Tanto homens como mulheres que tiveram a oportunidade, durante suas trajetórias de vida, de praticarem exercícios ou práticas desportivas sistemáticas incorporaram, tardiamente, já na fase da velhice, tais atitudes em seus estilos de vida como ócio, como momento de contato com o mundo, principalmente depois da aposentadoria.

Outros que iniciaram atividades físicas tardiamente o fizeram quase exclusivamente por exigência médica e necessidade de melhorar suas condições de saúde. Neste caso, não se pode considerar como atividade de ócio, pois falta-lhes prazer na atividade.

Por fim, a aposentadoria, gerando um novo tempo em suas vidas, tem sido enfrentada com a dificuldade encontrada pela maioria dos aposentados: sentimento de exclusão. Sentem falta dos amigos que ficaram no mundo do trabalho. Eles se ressentem do tratamento intolerante de suas famílias pela sua presença constante. Sentem-se um intruso em sua própria casa. A caminhada passa a ser, muitas vezes, um momento de vida, aliás desesperada, por contato humano. É um compromisso, às vezes o único, em suas vidas tornadas vazias.

As pessoas investigadas não representam um conjunto maior da população, pois tratam-se de pessoas com formação universitária e vida intelectual ativa, portanto, com possibilidade de enfrentar melhor tais situações adversas. Entretanto, o preconceito e o espírito do *homo faber* parece não diferenciar segmentos sociais e dificulta o surgimento de um novo e rico momento nas vidas dessas pessoas que se sentem “inúteis” porque a sociedade assim lhes rotula.

Essas são apenas as primeiras observações sistematizadas. A investigação ainda está em

desenvolvimento e novos indicadores poderão surgir. Mas uma certeza aqui podemos deixar:

é com os velhos que vamos aprender como lidar com a criança, com o jovem e o adulto de hoje.

## THE NEW ELDERLY/PENSIONERS OF THE NEW CENTURY: SOCIAL EDUCATION AND CORPORAL MEMORY

### ABSTRACT

The purpose of this research was to show that exercising the body as an activity of free time requires habits, attitudes to be incorporated by educational and cultural processes. The subjects of this study were senior people, over sixty, in a medium-size city in Brazil. Ten pensioners, highly educated and aging between 60 and 70, were interviewed. The study was characterized as exploratory and in-depth interviews allowed to rescue their corporal memories in their life histories. The results showed that: a) men are more active than women and the reasons are cultural resulting from household tasks division; b) the physical/sport activities performed, at school, by that population scarcely interfered in their corporal habits; c) men and women, who had the opportunity of practicing exercises or systematic sports during their lives, incorporate such attitudes in their lifestyles as leisure. Others that began physical activities late in their lives do it almost exclusively for medical recommendation and to improve their health conditions.

**Key words:** pensioners, elderly, physical education, corporal memory.

### REFERÊNCIAS

- BEAUVOIR, S. **A velhice**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1990.
- BOSI, E. **Memória e sociedade**: lembranças de velhos. 7. ed. São Paulo: Companhia das Letras, 1999.
- CHAIMOVICZ, F. **Os idosos brasileiros no século 21**. Belo Horizonte: Postgraduate Brasil, 1998.
- CHOPRA, D. **Corpo sem idade, mente sem fronteiras**: a alternativa quântica par o envelhecimento. 7. ed. Rio de Janeiro: Rocco, 1997.
- ESTEVES, B. O Brasil de cabelos brancos. **Ciência Hoje**, São Paulo, v 23, n.137, p. 18-21, abr. 1998.
- INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. Pesquisa Nacional por amostra de domicílios – PNAD – 1997. Brasília, DF: IBGE, 1997.
- MAIS velhos. **Folha de S.Paulo**, São Paulo, 26 set. 1999.
- ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS. **Declaração dos princípios para idosos**. [S.l.], 1982
- SELLTIZ, C.; JAHORA, M.; DEUTSCH, M. E.; COOK, S. W. **Métodos de pesquisa nas relações sociais**. São Paulo: EPU/EDUSP, 1975.

*Recebido em 3/04/01*  
*Revisado em 22/05/01*  
*Aceito em 28/05/01*

**Endereço para correspondência:** Dalva Marim Beltrami, Rua Toronto, 101 – Jardim Canadá, CEP 87080-570 – Maringá, Paraná, Brasil. Fone: (44) 224 4395, E-mail beltramilopes@wnet.com.br