

QUALIDADE DE VIDA: DESCOBERTAS DE UM VERDADEIRO TESOURO

Diovana da Silva¹

Luzia Cristiane Parizotto²

Elaine Weber Skrsypcsak³

Resumo: A proposta da elaboração deste artigo surgiu a partir da disciplina Estágio Supervisionada V – Espaços Não Escolares do curso de Pedagogia da FAI Faculdades de Itapiranga, o qual foi realizado no grupo de Idosos Reviver a oficina: “Qualidade de vida: descobertas de um verdadeiro tesouro”, com o objetivo de sensibilizar e reviver as boas lembranças dos momentos que marcaram a vida de cada idoso, desta forma, buscou-se a importância da autoestima, diálogo sobre os valores, além de possibilitar os devaneios sobre os sonhos e desejos e acima de tudo proporcionar momentos de resgate das lembranças da infância. Essa proposta aborda no primeiro momento um olhar sobre as vivências, em seguida a importância da afetividade e por fim, envelhecer: uma construção necessária, no qual serão dialogados com os autores Savater, Bordin, Penna, Cortella e Bachelard, entre outros autores que contribuem para a construção desta discussão. Da mesma forma, esses autores possibilitam diferentes olhares referentes aos valores da sociedade e na família e no cuidado e atenção com o idoso.

Palavras-chave: Idosos; Infância; Valores; Pedagogo; Lembranças.

1 INTRODUÇÃO

O Estágio Supervisionado V – Espaços Não Escolares foi realizado no grupo de idosos Reviver do município de Vista Gaúcha – Rio Grande do Sul, o estágio teve como temática Qualidade de vida: Descobertas de um verdadeiro tesouro. Acredita-se que o tema proporciona o resgate das lembranças mais antigas principalmente da infância, na importância de retratar sobre tempos passados, pois possibilita a reflexão sobre o que há de essência em cada ser humano, que é constituído de experiências e o resgate de lembranças que fizeram parte da infância. Refletir sobre momentos marcantes, como e de que forma esses momentos ajudaram a se tornar essa pessoa tão importante, remete ao tempo presente, estabelecendo conexão com a história da sociedade a qual estão inseridos. Desta forma, permitiu-se, na prática, que o grupo de idoso em questão pudesse ser criativo e aproveitar as oportunidades de uma forma prazerosa.

¹ Acadêmica do oitavo semestre do curso de Pedagogia da FAI Faculdades de Itapiranga, monitora na Escola de Educação Infantil Sonho Meu, e-mail: diovana.dasilva@hotmail.com.

² Acadêmica do oitavo semestre do curso de Pedagogia da FAI Faculdades de Itapiranga, agente legislativo-secretária na Câmara Municipal de Barra do Guarita, e-mail: luzia-parizotto@hotmail.com.

³ Professora orientadora do Estágio Supervisionado V – Espaços não Escolares. Pedagogia na rede estadual de Ensino de Itapiranga, SC e orientadora no curso de Pedagogia da FAI Faculdades.

Frisa-se a importância do pedagogo e sua contribuição em diferentes espaços além da sala de aula e da escola, pois essa experiência possibilita a oportunidade de mediar conhecimentos e vivências, também se salienta que é uma forma de valorização, construção de saberes e valores. O pedagogo possui a sensibilidade de interagir com idosos, pois os mesmos necessitam de atenção, carinho e compreensão.

Da mesma forma, destaca-se a afetividade, um dos pontos essenciais na compreensão do outro, pois, apesar das mudanças dos tempos, ficam marcas positivas e negativas, no entanto, somos capazes de ir além, aprende mais, obtendo novos conhecimentos. Do mesmo modo, Savater (2012) ressalta a importância dos valores construídos e socializados, desde os tempos antigos até o atual, como são adquiridos no tempo e qual seu significado para as diferentes culturas.

Essa oficina foi realizada nos dias 19 e 25 de maio de 2015, com uma programação de quatro horas divididas em dois dias, com um grupo de aproximadamente de 10 integrantes com a faixa etária em média de 70 anos do grupo de idosos Reviver, na comunidade de Vista Gaúcha, Rio Grande do Sul. O que motivou a escolha do grupo foram os questionamentos referentes às novas possibilidades de aprendizagem, para mediar conhecimentos e aprender com as vivências dos idosos, no qual buscou-se a oportunidade de interagir com as memórias e as experiências que foram socializadas.

A prática do estágio teve como objetivos: Sensibilizar para a importância da autoestima, dialogar sobre os valores e os prazeres da vida, possibilitar os devaneios sobre sonhos e desejos, proporcionar momentos de resgate das lembranças da infância e sensibilizar em busca das lembranças dos momentos que marcaram a vida de cada idoso presente, desta forma, sendo flexível com a demanda da oficina.

2 UM OLHAR PARA AS VIVÊNCIAS

Sabe-se que os idosos possuem uma vasta bagagem de lembranças, de sabedoria, experiências e vivências, que tem a possibilidade de ser compartilhada com os outros, com os filhos, netos, com a sociedade em geral. Sabe-se também que os idosos necessitam de um cuidado especial, esses cuidados envolvem diversos aspectos entre eles a família, a alimentação, atividade física adequada, autoestima, tranquilidade e equilíbrio emocional.

De acordo com Bordin (2008) a educação do autocuidado é um caminho que abre a amplitude para que o idoso venha a se cuidar, preservar a autonomia e proporcionar a

independência na medida do possível. Para que se tenha um envelhecimento positivo precisa-se investir no cuidado da saúde e bem estar. Conforme Penna (2006, p.19) “O envelhecimento bem-sucedido não é um privilégio ou sorte, mas um objetivo a ser alcançado por quem planeja e trabalha para isso, sabendo lidar com as mudanças que efetivamente acompanham a velhice.” Nesse aspecto cabe ressaltar as mudanças, pois elas são inevitáveis, mas ao mesmo tempo naturais, o corpo muda, a aparência se transforma, a mente se altera, mas as experiências e as vivências permanecem.

Durante a realização da oficina, observou-se a necessidade que os idosos tinham de se comunicar e de dialogar sobre as experiências que tiveram no decorrer da vida, ressaltando o modo de vida que possuíam antigamente, como era a convivência familiar e os costumes cultivados. Segundo Penna (2006) o envelhecimento de forma saudável implica no reconhecimento das necessidades e das possibilidades que possuem, não apenas nos cuidados referente aos problemas de saúde, que aparecem mais frequentemente nessa etapa da vida.

Acima de tudo “[...] eles necessitam de respeito, segurança e, principalmente, precisam sentir-se ativos em sua comunidade com oportunidade de expressarem livremente seus sentimentos, emoções, interesses, opiniões e experiência.” (PENNA, 2006, p.18). Sendo assim, acredita-se que a valorização do eu mesmo é de suma importância. Portanto salienta-se a necessidade da organização do tempo para que possam ter ocupações, de participarem de projetos e da continuidade da vida em sociedade.

Outro ponto que merece destaque é a importância da presença, da participação ativa e do envolvimento da família na vida do idoso, desta forma, contribuindo para o desenvolvimento afetivo emocional. No decorrer da oficina buscou-se dialogar sobre a importância da família, portanto, foram realizadas brincadeiras e dinâmicas sobre os valores familiares, a partir desse debate, refletindo sobre quais são os valores que existem atualmente, quais se perderam no tempo e quais permaneceram. Entre os valores que sofreram modificações se destaca a atenção, respeito pelo próximo, à modificação da estrutura familiar, o valor da palavra em relação à confiança e a maneira de criar os filhos.

Para envelhecer tranquilamente e saudável faz-se necessário cuidar sempre, cuidar do bem estar, possibilitar momentos de lazer, cuidar do corpo e da mente. Pois conforme Penna (2006, p.19)

Além da maneira como o idoso lida com as mudanças ocorridas nessa fase da vida, a qualidade de vida envolve também seus hábitos de vida e isso inclui as atividades de lazer. Além disso, falar de qualidade de vida é considerar também as emoções e suas repercussões para a saúde.

Ter uma vida saudável envolve momentos alegres de bem estar, ter bons pensamentos e desfrutar da vida com bom humor. Desta forma, buscam-se momentos de reflexão e relaxamento através de músicas calmas e de poesias reflexivas, que os fizessem pensar no contexto do tempo e no amadurecimento que temos durante a vida. Da mesma forma, estimulou-se os idosos para aproveitar o tempo em atividades de relaxamento, passear no parque, se encontrar com os amigos, conversar, ler, sentar e refletir, pois acredita-se que são aspectos importantes para o bem-estar.

Sendo assim, esse processo natural do envelhecimento torna cada um diferente, segundo Kuznier (2007, p.8) “O envelhecimento é ainda, visto por muitos, como uma fase de declínio, em que poucos são os benefícios e aquisições às quais se podem desfrutar”. Mas o envelhecimento faz parte do processo de se viver, portanto cabe a cada um se aceitar da maneira que é buscando melhorar em todos os aspectos que a vida o desafia.

Assim, os idosos quando estão no período de envelhecimento, necessitam maiores cuidados, pois esta fase reduz a mobilidade que cada um possuía quando mais novo. Muitos dos idosos atualmente têm a consciência da preocupação de se cuidar, valorizar-se vivendo a vida aproveitando os momentos de uma forma agradável e prazerosa.

Ressalta-se que o olhar sobre envelhecimento sofreu mudanças de paradigmas no decorrer dos anos, pois de acordo com Kuznier (2007, p.8)

[...] a visão negativa acerca do processo de envelhecimento vem sendo modificada, dando-se voz aos próprios idosos, o que demonstra, em muitos casos, que o envelhecer pode e deve ser uma fase de conquistas, alegrias e realizações.

Portando, a convivência dos idosos em centros e grupos fazem com que compartilhem de suas lembranças, vivências e acima de tudo um ambiente de socialização, possibilitando criar novas amizades. Além disso, destaca-se a importância do entrosamento através de conversas e troca de experiências dos idosos com os mais novos, mostrando-lhes os ensinamentos que possuem, conforme Savater (2012, p.32)

[...] o fato de ensinar a nossos semelhantes e de aprender com nossos semelhantes é mais importante para o estabelecimento de nossa humanidade do que qualquer um dos conhecimentos concretos que assim se perpetuam ou se transmitem.

Durante o desenvolvimento das atividades o que chamou atenção, foram os momentos que cada um teve para contar suas lembranças da infância, no qual houve momentos que tiveram a oportunidade de socializar as vivências nela ocorridas, e como de certa forma, afetam no desenvolvimento de cada um, entre elas destacam-se lembranças alegres e tristes, por exemplo,

o relato de uma idosa que se lembrou de como era a vida na roça quando tinha que ajudar a sua mãe a lavar a roupa nas pedras dentro do rio, momento este que marcou a infância dessa senhora, pois lhe traz recordações significativas de sua vida.

Entende-se a importância do resgate das lembranças e entender as mudanças que ocorrem no decorrer dos anos, pois o tempo favorece diversas mudanças, entre elas, mudanças de hábitos, olhares e reflexões diárias. Da mesma forma, os idosos buscam através dos seus conhecimentos, suas conquistas e amadurecimento o relato das histórias para as gerações futuras. De acordo com Savater (2012, p.35)

A realidade de nossos semelhantes implica que todos nós protagonizamos a mesma história: eles contam pra nós, contam-nos coisas e, com sua escuta, tornam significativa a história que nós também vamos contando.

Desta forma, as histórias são passadas entre gerações, momentos que marcaram a vida dessas pessoas, surgiram lembranças sobre como era a relação dos pais com os filhos, a história sobre as famílias, as memórias marcantes foram em relação ao trabalho na roça, os encontros realizados para conversar, as brincadeiras de roda e de casinha, entre outras memórias significativas.

Parafrazeando Bachelard (2008) envolver as marcas do tempo que nos favorece novas oportunidades de conhecimento e envolvendo o público alvo nas suas próprias descobertas. Da mesma forma, ressalta a importância e a influência que cada um tem na vida do outro, como são capazes de ajudar e serem significativos em tudo que fazem. Permitir que cada um viva e se sinta grato por tudo aquilo que tem. Além do mais, buscar o interesse em ousar, ser criativos e se divertir com o que fazem.

Entretanto, sabe-se a importância de administrar o tempo, entre exercícios, leituras diárias, viagens, artesanato, dança, estudo, trabalho, entre outras atividades, pois são pequenas atitudes que demonstram como podemos cuidar de nós, também do nosso corpo e mente. Um aliado importante na vivência dos dias é a autoestima, que é resultado de muitos esforços e aceitação, pois toda pessoa que se aceita como é e busca melhorar todos os dias, passando pelo processo de amadurecimento e aceitação.

Destaca-se também, a importância de socializar as memórias que o idoso possui, pois são lembranças e experiência únicas, portanto durante a oficina procurou-se ressaltar esse ponto de vista, para tanto foram proporcionados momentos de diálogo e reflexão. Acredita-se que esse foi um momento único e rico, pois se teve a oportunidade de escutar e conversar sobre as memórias mais marcantes que eles têm.

2.1 A IMPORTÂNCIA DA AFETIVIDADE

Além da importância de relembrar as experiências e vivências, acredita-se que se autoconhecer e despertar o interesse pelo bem-estar, proporciona momentos gratificantes sendo assim, destacando a importância da afetividade. De acordo com Savater (2012) afetividade é algo essencial na construção humana, pois resulta no procedimento espiritual e também emocional de cada indivíduo, desta forma, proporciona momentos de afeto e carinho com os outros e consigo mesmo.

Todo e qualquer ser humano necessita do afeto, principalmente da família para criar laços de afetividade com os mesmos e também para com todos a sua volta, buscou-se trazer para os idosos momentos de reflexão sobre a própria vida. Procurou-se ressaltar a importância da essência de cada um.

A afetividade desperta a emoção presente em cada um e trabalhar esse sentimento proporciona o conhecimento. Conforme Kuznier (2007, p. 21)

O idoso, como todos os outros seres humanos, é um ser de relações. Está fortemente ligado as situações de interação com a família, amigos, vizinhança. É nesse jogo das relações que o idoso demonstra e recebe afeto, estabelece relações de confiança, presta e recebe cuidados.

Assim, destaca-se a importância do cuidado de si, que no qual o idoso necessita autoconhecimento e se valorizar, desta forma, durante a oficina foram possibilitados momentos de reflexão sobre o eu e sua importância.

Uma das dinâmicas, havia dentro de um baú “O verdadeiro tesouro”, durante a reflexão foi lida uma bela mensagem sobre pessoas importantes, portanto os idosos que estavam presentes tiveram que imaginar alguém que consideravam mais importante naquele momento, sendo assim, cada um foi conduzido até o baú, onde estava o grande tesouro. Ao se depararem com um espelho no fundo do baú, puderam perceber que o verdadeiro tesouro de cada um é a si mesmo. Buscou-se destacar a importância autovalorização e a possibilidade de expressar sentimentos, pois no decorrer dessa dinâmica os idosos ficaram surpresos com o que havia no baú. As expressões foram significativas e envolventes, pois neste momento percebeu-se a surpresa e a emoção no olhar de cada um.

Ressaltando a fala de um dos participantes da oficina, que disse ter gostado de participar e que aprendeu a se valorizar mais. Desta forma, buscou-se fazer com que os idosos presentes sentissem o seu verdadeiro eu através da descoberta do verdadeiro tesouro. Assim cada um

conseguiu pensar em todas as pessoas queridas, mas não em si mesmo, o verdadeiro motivo de viver os melhores momentos da vida.

Em conformidade com Lima (2005) a afetividade é um elemento indispensável pela qualidade de vida, pois os idosos quando recebem afeto de suas famílias, amigos e entes queridos tem-se uma qualidade de vida mais agradável e também saudável. Pois muitas famílias acreditam que a velhice está apenas destinada a quantidade de problemas que podem se agravar, o que na realidade não é verdade.

Parafrazeando Bachelard (2008) o ambiente frequentado pelo idoso possui uma atenção e cuidado especial pelo mesmo, como se fossem o próprio lar, conservando para que estejam de acordo com os seus sentimentos, relacionando o espaço de convivência com a afetividade. Além do mais, manter uma boa convivência tanto na família, na sociedade e nos ambientes que frequentam os idosos consegue se sentir bem mais a vontade e seu padrão de vida será mais qualificado.

2.2 ENVELHECER: UMA CONSTRUÇÃO NECESSÁRIA

Envelhecer é algo inerente ao ser humano, pois com o passar dos anos nossa capacidade física e mental se modifica, mas isso não significa que necessariamente se precisa deixar de ser jovens espiritualmente.

Em conformidade com Lima (2005, p.15)

O envelhecimento é conceituado como um processo dinâmico e progressivo, no qual há modificações morfológicas, funcionais, bioquímicas e psicológicas que determinam progressiva perda da capacidade de adaptação do indivíduo ao meio ambiente, ocasionando maior vulnerabilidade e maior incidência de processos patológicos que determinam por leva-lo a morte.

Por mais que a capacidade de alguns idosos nessa fase da vida diminua, a autoestima e a força de vontade devem permanecer, pois estar velho é uma questão de espírito.

[...] idoso é aquele que tem bastante idade, velho é aquele ou que já está pronto, que acha que não precisa mais aprender, que acha que não conseguirá mais aprender. Idosa é uma pessoa de 60, 70,80 anos de idade; velho se pode ser com 20, 30, 40, 50 ou 60 anos de idade. Velho é aquele que acha que nunca precisa mudar, que, independentemente da idade, acha que está pronto. O idoso tem valor. [...] pessoas idosas tem valor. CORTELLA (2014, p.35 e 36)

Desta forma, percebe-se a importância do idoso em qualquer ambiente. A necessidade de respeitar alguém que possui diversas experiências e vivências. Conhecer e aprender com pessoas que possuem uma vasta bagagem de conhecimentos. Portanto, precisamos ter o cuidado para não confundir idoso com velho, pois “[...] idoso é quem tem bastante idade, enquanto velho é quem acha que já está pronto e não precisa ou não conseguirá mais mudar”. CORTELLA (2014, p.21). Desta forma, destaca-se que a dicotomia de ser velho não é apenas referente à aparência e muito a idade, pois ser velho é alguém incapaz de mudar ou aceitar as diferenças.

Outro fator que influencia na nossa concepção de velhice é a cultura, a forma que cada sociedade interpreta esse conceito, de acordo com Rodrigues (2006, p.03) “O tratamento dispensado à velhice dependerá dos valores e da cultura de cada sociedade em particular [...]”. Portanto, cada sociedade tem sua concepção em relação ao idoso, assim, as formas de agir uma pessoa idosa variam de cultura para cultura.

Durante a oficina, destacou-se a importância do respeito com o idoso e os valores que necessitamos ter, desta forma realizou-se a atividade da árvore dos valores, no qual cada um fez a sua folha de árvore com uma palavra ou frase referente aos valores que gostariam de deixar para os jovens. Nesse momento se destacaram as palavras: amor, carinho, respeito e atenção, pois conforme os idosos relataram, sentem carência de atenção das pessoas mais novas. Desta forma, Cortella (2014) fala sobre a importância de dialogar e estar presente um com o outro, principalmente referente à presença física e contato com as pessoas, para que momentos assim não se percam no tempo. Alguns idosos sentem falta de momentos de afeto e atenção.

Há alguns anos ser idoso significava deixar de trabalhar e ficar isolado em casa, mas na sociedade atual, o papel do idoso passa por uma constante transformação, pode-se perceber a crescente participação do idoso na vida em sociedade, sendo assim, encontram-se oportunidades de reorganizar a vida social. Portanto, a participação e envolvimento dos idosos em diferentes espaços hoje estão sendo cada vez mais amplo, pois os estímulos estão crescendo e junto com isso se percebe como momentos assim são gratificantes.

Do mesmo modo, reconstruir a vontade de viver bem e se sentir bem, faz parte do processo da construção do Eu. O processo de aceitação de envelhecer é de suma importância e palestras e conversas sobre o assunto podem motivar, para que se sintam bem consigo mesmo e continuem presentes na construção do conhecimento.

Ressaltar a importância da autoestima e do pensamento positivo, aliados essenciais na construção e aceitação do processo natural que é o envelhecimento. Além do mais “[...] torna-se necessário conhecer e compreender a percepção dos idosos quanto ao seu próprio processo de envelhecimento e como eles atribuem significado a este período de suas vidas ou como

integram a suas experiências” (LIMA, 2005, p.16). Pois, conhecendo como os idosos reagem perante este processo natural da vida, é mais fácil para fortalecer sua adaptação e também compreender como e de que forma gostaria de aproveitar ainda mais seu tempo.

Da mesma forma, o envelhecimento é um processo da vida, aceito naturalmente por alguns e por outros um processo um pouco mais complexo em ser aceito. No entanto, quando se aceita de fato é mais fácil viver bem, pois aceitar não quer dizer se deixar envelhecer a alma. “Cabe aos idosos aceitar o seu envelhecimento como uma etapa do curso de vida normal, buscando um equilíbrio entre as limitações e as potencialidades desta fase” (LIMA, 2005, p.20).

Sendo assim, respeitar o idoso em qualquer momento de sua vida, independente de suas capacidades físicas ou mentais é respeitar a si mesmo ao longo dos anos, pois tornamo-nos exemplo e cada ação nossa possui uma reação. Segundo Lima (2005, p.19) “O respeito é uma das muitas vantagens da velhice. É um privilégio concedido à idade, é um direito que lhe assiste. Trata-se do período destinado a colheita dos frutos semeados durante toda uma vida”. (LIMA, 2005, p.19) Que se possa agradecer e continuar fazendo a diferença por um mundo melhor.

3 CONCLUSÃO

Durante o desenvolvimento do estágio, percebeu-se a importância da atuação do pedagogo nos espaços não escolares, pois possibilita momentos de convivência com o lado humano das pessoas, desta forma proporciona diversas experiências para a formação profissional. Acredita-se que este espaço valoriza a atuação do pedagogo em diferentes aspectos principalmente afetividade, o respeito e humildade. Desta forma, considera-se que ser pedagoga nos espaços não escolares possibilita a missão de mediar conhecimentos e também receber experiência para conviver e aprender.

Com a realização do estágio, percebe-se que é de suma importância compreender o que o idoso sente e a necessidade que possuem de compartilhar as memórias. Deste modo, acreditamos na importância do idoso, como ser atuante na vida de cada ente familiar e também na sociedade. O tempo traz, a cada um significados das conquistas, o prazer pelo que fizeram de bom e o que ainda podem fazer de diferente no mundo.

Destaca-se que, esse espaço de pesquisa e atuação é um ambiente diferenciado que possibilita experiências e vivências gratificantes, pois se podem encontrar diferentes olhares e valores que nos agregam conhecimentos e aprendizagem, que são de suma importância para a nossa formação pessoal e profissional. Acredita-se que foi um grande desafio, pois se procurou

proporcionar momentos de reflexão e relaxamento, dando ênfase da construção da personalidade de cada indivíduo.

Nessa vivência buscou-se ser flexível em relação aos participantes, pois através desses momentos ocorreram espaços para o diálogo sobre os temas abordados. Conforme Cortella (2014) construção de saber não acontece sozinha, acontece de forma coletiva que no qual todos os envolvidos fazem parte da trajetória. Portanto, o papel fundamental do educador é mediar e aprender, assim se propor a diferentes desafios.

Estar em contato com grupo de idosos, ouvir, refletir e compreender as marcas que constituem suas particularidades foi um momento gratificante, pois com muito carinho enfatizou-se que o contato com o idoso proporciona inúmeras experiências pelo tempo de vivências e oportunidade de aprendizagem.

Valorize o idoso que mora ao lado, que encontra na rua, que convive diariamente, pois é nele que reside a maior riqueza, a história. Desta história podem-se compreender as marcas que constituem uma sociedade. Valorizar o idoso é valorizar a si mesmo, pois um dia, devemos estar nesta condição e desejaremos o mesmo amor, carinho, respeito e dedicação.

Ressaltam-se pontos marcantes, deve-se facilitar o diálogo, pois uma boa conversa resulta em boas aprendizagens, proporcionando ao grupo de idosos, lembranças do passado e também a importância dos valores nos dias de hoje, o que eles gostariam de deixar para os mais novos. Possibilitar a eles a descoberta, como é ser visto por outras pessoas, dialogando histórias antigas de quando eram crianças, o que gostavam de fazer e o que ainda lembram que tenham marcado sua infância.

Compreende-se o comportamento dos idosos neste encontro, suas reações diante de outras pessoas, como são carinhosos e simpáticos. Durante a observação, percebeu-se como são responsáveis, questionam e apresentam suas ideias sem medo de se expor diante dos outros, alguns um pouco mais envolvidos do que outros. Desta forma, na oficina foram desenvolvidas diversas atividades, entre elas, dinâmicas, brincadeiras, trabalhos em grupo, momentos de reflexões individuais e em grupo entre outras atividades.

A escolha desse grupo surgiu porque se buscou um desafio que seria trabalhar com pessoas com faixa etária diferenciada da que se estava acostumada, pois se acredita que a terceira idade tem diversas contribuições para os demais membros da sociedade, pelo fato da riqueza de experiências que já vivenciaram e a visão de mundo que eles possuem.

Ressalta-se a importância do estágio para a nossa vida acadêmica, pois colocar em prática o que se aprende em sala de aula possibilita conhecimento, experiência e vivências diferenciadas que são de suma importância.

REFERÊNCIAS

BACHELARD, Gaston. **A poética do espaço**. Rio de Janeiro: Eldorado, 2008.

BORDIN, Alexandra; CELICH, Kátia Lilian Sedrez. Educar para o autocuidado na terceira idade: uma proposta lúdica. **Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano**. 2008. Disponível em:
<<http://www.perguntaserespostas.com.br/seer/index.php/rbceh/article/view/102/186>>. Acesso em: 10 abr. 2015.

CORTELLA, Mário Sergio. **Educação, escola e docência: novos tempos, novas atitudes**. São Paulo: Cortez, 2014.

KUZNIER, Tatiane Prette. **O significado do envelhecimento e do cuidado para o idoso hospitalizado e as possibilidades do cuidado de si**. 2007. 132 páginas. Monografia do Mestrado em Enfermagem – Universidade Federal do Paraná. Curitiba, 2007. Disponível em:
<<http://www.ppgenf.ufpr.br/Disserta%C3%A7%C3%A3oTatianeKuznier.PDF>>. Acesso: 16 jun. 2015.

LIMA, Camila Kelly Gomes de. Percepção do idoso sobre o próprio processo de envelhecimento. **Rev Enferm UNISA**. 2005. Disponível em:
<http://www.unisa.br/graduacao/biologicas/enfer/revista/arquivos/2005-03.pdf> . Acesso: 28 jun. 2015.

PENNA, Fabíola Braz; SANTO, Fátima Helena do Espírito. O movimento das emoções na vida dos idosos: um estudo com um grupo da terceira idade. **Revista eletrônica de Enfermagem**. 2006. Disponível em:
http://www.fen.ufg.br/revista/revista8_1/original_02.htm. Acesso: 12 abr. 2015.

RODRIGUES, Lizete de Souza; SOARES, Geraldo Antonio. Velho, idoso e terceira idade: na sociedade contemporânea. **Ágora**, Vitória. 2006. Disponível em:
<http://www.pucgoias.edu.br/ucg/unati/ArquivosUpload/1/file/Artigos%20e%20Cap%EDtulos%20de%20Livros/Velho,%20idoso%20e%20terceira%20idade%20na%20sociedade%20contempor%20E2nea.pdf>. Acesso: 18 jun. 2015.

SAVATER, Fernando. **O Valor de Educar**. São Paulo: Planeta do Brasil, 2012.