



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DE MATO GROSSO DO SUL UNIDADE
DE DOURADOS
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO STRICTO SENSU
ENSINO EM SAÚDE - MESTRADO PROFISSIONAL (PPGES)**

PAULO RAMSÉS DA COSTA

**UMA PROPOSTA DE OFICINAS PARA
DESENVOLVIMENTO DE RESILIÊNCIA EM IDOSOS**

Dourados/MS

2019

Paulo Ramsés da Costa

**UMA PROPOSTA DE OFICINAS PARA
DESENVOLVIMENTO DE RESILIÊNCIA EM IDOSOS**

Produto final do curso de Mestrado Profissional apresentado ao Programa de Pós-graduação Stricto Sensu Ensino em Saúde da Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul, Unidade Universitária de Dourados como exigência final para obtenção do título de Mestre em Ensino em Saúde.

Orientadora: Prof. Dra. Márcia Maria de Medeiros

Dourados/MS

2019

C875p Costa, Paulo Ramsés da

Uma proposta de oficinas para desenvolvimento de resiliência em idosos / Paulo Ramsés da Costa. Dourados, MS: UEMS, 2019.

81p.

Dissertação (Mestrado) – Ensino em Saúde – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul, 2019.

Orientadora: Prof. Dr^a Márcia Maria de Medeiros

1. Envelhecimento 2. Resiliência Psicológica 3. Literatura I. Medeiros, Márcia Maria de II. Título

CDD 23.ed. – 155.2

PAULO RAMSÉS DA COSTA

**UMA PROPOSTA DE OFICINAS PARA
DESENVOLVIMENTO DE RESILIÊNCIA EM IDOSOS**

Produto final do curso de Mestrado Profissional apresentada ao Programa de Pós-graduação Stricto Sensu Ensino em Saúde, da Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul, como requisito final para obtenção do Título de Mestre em Ensino em Saúde.

Aprovada em/...../.....

BANCA EXMINADORA

Profa. Dr. Márcia Maria de Medeiros (Orientadora)
Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul (UEMS)

Prof. Dr. Marcos Antônio Nunes de Araujo
Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul (UEMS)

Prof. Dra. Beatriz, dos Santos Landa
Instituição de Ensino ou de Pesquisa externa a UEMS (Externo)

Dedico à família.

AGRADECIMENTOS

Inicio meus agradecimentos ao Arquiteto do Universo pela existência, o dom de viver, as experiências, pela sabedoria e dentre outras forças emanadas para que este trabalho fosse realizado.

Agradeço imensamente a minha família principalmente a minha mãe Maria de Lourdes da Costa e minha avó Expedita Maria da Costa por me incentivar, me motivar e me aguentar nos momentos difíceis que tive que enfrentar para a construção desta pesquisa.

Agradeço a minha Orientadora Profa. Dr. Márcia Maria de Medeiros por toda sua dedicação, paciência, persistência, tempo e conhecimento. Não posso esquecer de agradecer pela motivação, os incentivos, conselhos e doação plena de suas forças.

Agradeço a minha segunda Mãe Janaína Souto de Mendonça que ganhei na trajetória dessa vida, um amor de pessoa que sempre esteve ao meu lado.

Aos meus amigos e colegas Luiz Alberto Ruiz da Silva e Orides Piveta Junior pelo companheirismo, estímulo, pelos trabalhos realizados e as descontrações para diminuir o estresse.

A Marcia Maria Silveira pela disposição, dicas e incentivo.

A Barbara Ninno Vieira que apesar do fuso horário e distância teve grande participação para conclusão desta etapa.

Aos demais que não mencionei terão seu agradecimento assim que surgirem as oportunidades.

APRESENTAÇÃO

A presente dissertação foi apresentada como proposta ao Programa de Pós-Graduação em Ensino em Saúde no ano de 2016. A ideia inicial do projeto era utilizar da literatura como ferramenta para o desenvolvimento de tecnologias educativas em saúde, tendo como público alvo, os idosos participantes da Universidade Aberta para a Melhor Idade – UNAMI/UEMS.

Para alcançar esse objetivo, o trabalho foi pautado no livro de Ernest Hemingway, “O Velho e o Mar”, o qual narra a trajetória de um pescador bastante idoso, chamado Santiago, que já faz 84 dias não pesca sequer um peixe. Santiago é bastante desacreditado por todos os outros pescadores que vivem em seu vilarejo, no entanto, isso não é motivo para que ele deixe de fazer o que sabe, ou seja, partir em direção ao oceano em busca de seu sustento.

No alvorecer do 85º dia, o velho pescador parte mais uma vez rumo ao mar e consegue finalmente sair-se bem: fiska um peixe descomunal. Porém, quando consegue finalmente matar a sua presa, ela é atacada por tubarões. Depois de dois dias e duas noites desaparecido, Santiago retorna a aldeia de pescadores onde vive, trazendo consigo não o peixe que conseguira pescar, mas apenas uma carcaça. Mesmo assim, as pessoas se admiram do ato realizado por ele e percebe-se nas entrelinhas do texto que ele volta a granjear o respeito dos moradores do lugar.

A história de Santiago reflete a maneira como a sociedade ocidental percebe o idoso. No processo de periodização da vida que foi instituído pelo modo de produção capitalista, o qual é pautado em prerrogativas que envolvem o consumo e a alta tecnologia, tudo aquilo que é velho torna-se obsoleto. Infelizmente, isso também acontece com as pessoas.

O trabalho de pesquisa que esta dissertação realizou pretendeu mostrar como a literatura pode ser utilizada enquanto escopo para que as pessoas idosas percebam-se a si mesmas como sujeitos de si, procurando resgatar o seu protagonismo. Nesse sentido, percebeu-se que o texto de Hemingway traz um aporte importante para esse processo, qual seja ele, a figura de Santiago enquanto ser resiliente.

Este trabalho está dividido em três partes. Na primeira apresenta-se o projeto da pesquisa que foi cadastrado na Plataforma Brasil, e aprovado junto ao Comitê de Ética com Seres Humanos (CESH) da Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul sob o número CAAE: 76741517.8.0000.8030. Por se tratar do projeto cadastrado na Plataforma Brasil alguns verbos se apresentam no futuro, pois as atividades na época do cadastro ainda seriam desenvolvidas.

Na segunda e terceira partes, apresentam-se dois artigos produzidos a partir das considerações teóricas que o trabalho de pesquisa alcançou. O primeiro artigo, intitulado Resiliência e Terceira Idade: Uma Revisão de Literatura, discute sobre o conceito de resiliência tendo como parâmetro a possibilidade de aplicação do mesmo em relação à população idosa.

O segundo artigo, O Uso da Literatura Para a Compreensão do Envelhecimento Humano, reflete sobre o uso da literatura como um elemento através do qual se pode compreender as questões inerentes ao envelhecimento, principalmente quando se infere que o processo faz parte de um contexto maior que envolve a existência do sujeito.

RESUMO

A presente pesquisa pretendeu mostrar como a literatura pode ser utilizada enquanto escopo para que as pessoas idosas percebam-se a si mesmas como sujeitos de si, procurando resgatar o seu protagonismo. Para alcançar esse objetivo, foi desenvolvido um Programa de Resiliência constituído por oficinas, as quais possuem o objetivo de conceituar e desenvolver a resiliência em idosos através de atividades filmográficas, literárias e de estímulos cognitivos, as oficinas foram pautadas no livro de Ernest Hemingway, “O Velho e o Mar”, o qual narra a trajetória de um pescador bastante idoso, chamado Santiago, que já fazem 84 dias não pesca sequer um peixe. Santiago e suas ações são exemplos de resiliência no sentido do sujeito que resiste aos ditames da vida e as intempéries e ainda assim retoma sua posição embasando-se nos problemas como fatores de fortalecimento pessoal. Tal processo amplia a visão de mundo que o sujeito possui bem como a percepção que tem da própria existência. Este trabalho está dividido em três partes. Na primeira apresenta-se o projeto da pesquisa que foi cadastrado na Plataforma Brasil. Na segunda e terceira partes, apresentam-se dois artigos produzidos a partir das considerações teóricas que o trabalho de pesquisa alcançou. A relevância deste projeto se encontra em seu empreendimento social, sua contribuição não está somente relacionada ao aumento de material teórico e de material prático de saúde, se inserindo de um modo mais amplo na sociedade, incluindo o idoso no meio social, desenvolvendo resiliência, potencializando as habilidades cognitivas, autonomia e autorreflexão, conseqüentemente diminuindo o impacto na saúde pública.

PALAVRAS-CHAVE: ENVELHECIMENTO; RESILIÊNCIA PSICOLÓGICA;
LITERATURA.

ABSTRACT

The present research aimed to show how literature can be used as a scope so that older people perceive themselves as subjects of themselves, seeking to rescue their protagonism. To achieve this goal, a Resilience Program was developed, consisting of workshops, which aim to conceptualize and develop resilience in the elderly through filmographic, literary and cognitive stimulus activities. The workshops were based on Ernest Hemingway's book " The Old Man and the Sea ", which tells the story of a very old fisherman called Santiago, who has not even caught a fish for 84 days. Santiago and his actions are examples of resilience in the sense of the subject who resists the dictates of life and the inclemencies and yet resumes his position based on problems as factors of personal strengthening. Such a process broadens the worldview that the subject possesses as well as the perception he has of existence itself. This paper is divided into three parts. The first one presents the research project that was registered in the Brazil Platform. In the second and third parts, we present two articles produced from the theoretical considerations that the research work has achieved. The relevance of this project is found in its social enterprise, its contribution is not only related to the increase of theoretical material and practical material of health, being inserted more broadly in society, including the elderly in the social environment, developing resilience, cognitive abilities, autonomy and self-reflection, thus reducing the impact on public health.

KEYWORDS: AGING; PSYCHOLOGICAL RESILIENCE; LITERATURE.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	13
CAPÍTULO 1 - REVISÃO DE LITERATURA (PROJETO DE PESQUISA CADASTRADO NA PLATAFORMA BRASIL)	16
COGNIÇÃO E ENVELHECIMENTO	16
RESILIÊNCIA E INTERVENÇÕES COGNITIVAS	17
LITERATURA	17
JUSTIFICATIVA E RELEVANCIA DA PROPOSTA	18
OBJETIVOS	19
OBJETIVO GERAL:	19
OBJETIVOS ESPECÍFICOS:	19
METODOLOGIA.....	19
CARACTERIZAÇÃO DOS PARTICIPANTES E LOCAL DA PESQUISA.....	19
COLETA E ANÁLISE DOS DADOS.....	20
PROGRAMA DE DESENVOLVIMENTO DE RESILIÊNCIA – ENTREVISTA SEMI-ESTRUTURADA E ROTEIRO DAS OFICINAS.....	21
CONSIDERAÇÕES ÉTICAS DA PESQUISA.....	22
RISCOS E BENEFÍCIOS.....	22
RESULTADOS ESPERADOS	22
ADEQUAÇÃO A LINHA DE PESQUISA	22
CRONOGRAMA DA PROPOSTA	22
REFERÊNCIAS BIBLIOGRAFICAS	23
CAPÍTULO 2 ARTIGO I.....	27
RESILIÊNCIA: A GUIA DE INTRODUÇÃO	27

RESILIÊNCIA, TERCEIRA IDADE E A LOGOTERAPIA	29
O CONCEITO DE RESILIÊNCIA FUNDAMENTADO NA LOGOTERAPIA.....	32
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	35
REFERÊNCIAS:	36
CAPÍTULO 3 ARTIGO II.....	39
INTRODUÇÃO	39
O AUTOR E SUA OBRA: ERNEST HEMINGWAY E “O VELHO E O MAR”	40
ENVELHECIMENTO HUMANO E LITERATURA: UMA PROPOSTA BARTHESIANA.....	43
A OBRA DE HEMINGWAY E A <i>MIMESIS</i> BARTHESIANA.....	47
FIGURAÇÕES DA <i>SEMIOSIS</i> EM SANTIAGO: “O VELHO E O MAR”, METÁFORA DA VIDA.....	51
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	53
REFERÊNCIAS:	54
APÊNDICES	56
APÊNDICE I – PRODUTO TÉCNICO	57
ANEXO.....	74
ANEXO I – PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP	75
ANEXO II – Regras de formatação artigo I – Revista Brasileira de Envelhecimento Humano	78
ANEXO III - Regras de formatação artigo II – Revista Saúde e Sociedade USP	80

INTRODUÇÃO

Velhice? Qual importância de lembrá-la na sociedade atual? É necessário remetê-la de volta a nossa memória? O envelhecimento da população é um fenômeno mundial, caracterizado pelo constante aumento da expectativa de vida, fator este que resulta numa grande quantidade de idosos.

Segundo a SBGG – Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia (2014), no Brasil o processo de envelhecimento iniciou-se a partir da década de 60 e as mudanças se dão a largos passos. Na década de 40, a população brasileira era composta por 42% de jovens com idade menor que 15 anos enquanto os idosos representavam apenas 2,5%.

No último Censo realizado pelo IBGE, em 2010, a população de jovens foi reduzida a 24% do total. Por sua vez, os idosos passaram a representar 10,8% do povo brasileiro, ou seja, mais de 20,5 milhões de pessoas possuem idade maior que 60 anos. Isto representa um incremento de 400% comparado ao índice anterior. A estimativa é de que nos próximos 20 anos esse número triplique (IBGE, 2013).

No envelhecimento, assim como em todas as etapas da vida, ocorre um conjunto de transformações biopsicossociais, mas na velhice o processo de desenvolvimento humano ocorre de maneira inversa, aumentando o risco de doenças crônicas degenerativas, das quais a demência é uma das mais relevantes, sendo necessário o desenvolver métodos e técnicas de prevenção, promoção e recuperação da saúde, para diminuir o impacto causado por esta doença na saúde pública, além de garantir um envelhecimento saudável.

Segundo Sequeira (2010), o envelhecimento está relacionado com o declínio cognitivo. As alterações geradas pelas perdas cognitivas podem causar limitações; incapacidades de mobilidade e de tomada de decisões. Assim, existe um menor convívio social e, por consequência aumenta o sentimento de solidão, diminuindo os laços familiares, o que pode acarretar na institucionalização de pessoas. Por estas e outras razões, é de extrema importância a promoção do envelhecimento ativo para a inserção do idoso no meio, na vida social.

Segundo Placco (2001), resiliência é a capacidade que o indivíduo tem de responder aos desafios e dificuldades com flexibilidade além de uma rápida recuperação diante de circunstâncias desfavoráveis, mantendo um equilíbrio dinâmico no decorrer e após a adversidade.

Conforme Araújo *et al* (2012), o processo de envelhecimento saudável significa não somente ausência de doença, mas autonomia e independência, adquiridas através de um processo cognitivo ativo e eficiente, por meio do treino de memória. Esse elemento pode servir como fator para ajudar no desenvolvimento da capacidade de resiliência em idosos, dentro do nosso ponto de vista.

Para Le Goff (1988), o conceito de memória é crucial e não deve somente ser definido como conjunto de funções psíquicas com propriedade de conservar informações. Para o autor, o estudo da memória vai além da Psicologia, Psicofisiologia, Neurofisiologia e da Biologia, podendo evocar, de forma metafórica ou de forma concreta, traços e problemas da memória histórica e da memória social, ou seja, a memória é um constructo de formação de identidades, coletivas e individuais.

Conforme Félix (1998), a memória é mantida pelos laços afetivos e sociais, e seu aporte é o grupo social. Através do grupo as imagens da memória são reconstruídas, pois quem desaparece é o indivíduo e não o grupo. Sendo assim, a identidade pressupõe um elo com a história passada e com a memória do grupo.

Britto da Motta afirma que:

A velhice é um fenômeno biossocial que não existe singularmente e nem de modo tão evidente quanto se costuma enunciar. Isto é, não existe a velhice, existem 'velhices'; o que também significa que não existe velho; existem velhos; 'velhos e velhas', em pluralidade de imagens socialmente construídas e referidas a um determinado tempo do ciclo de vida (BRITTO DA MOTTA, 2006, p. 76).

Para Brandão e Mercadante (2009), dar voz ao idoso significa compreendê-lo, o que fortalece a sua autoestima, traz-lhe sentido de pertencimento, coloca-o como senhor de suas vontades e favorece a ressignificação das suas experiências de vida, além de trazer uma perspectiva interna à discussão do tema, fortalecendo-o teoricamente.

Nesse contexto, encontramos um grande desafio para garantir um envelhecimento ativo e saudável à população idosa: não somente é necessário criar e desenvolver métodos e técnicas prevenção, promoção e recuperação da saúde, mas é preciso implementar políticas públicas de saúde, educação permanente e investimentos financeiros que favoreçam melhorias na qualidade de vida desta população.

Em razão do aumento da expectativa de vida e conseqüentemente da grande quantidade de idosos, é cada vez mais importante intervir e estimular o desenvolvimento de resiliência. Placco (2001), afirma que a resiliência pode ser ativada

e desenvolvida, possibilitando o sujeito superar às adversidades do dia-a-dia, desenvolvendo um autoconceito realista, confiança e um senso de autoproteção que pré-dispõe a abertura ao novo e às mudanças inerentes ao outro.

Com base nesta premissa a presente proposta pretende fomentar a estimulação e desenvolvimento de resiliência em idosos e criar um programa que auxilie e potencialize as habilidades de resolução de problemas e autonomia dos idosos, o qual poderá ser utilizado por quem quer que trabalhe com este público como: assistentes sociais, enfermeiros, psicólogos, professores das Universidades Abertas e familiares.

CAPÍTULO 1 - REVISÃO DE LITERATURA

Cognição e envelhecimento

O envelhecimento é um fenômeno de desgaste do corpo caracterizado como um processo dinâmico, progressivo e irreversível, ligado intimamente a fatores biológicos, psíquicos e sociais (BRITO E LITVOC, 2004).

Dentro dos fatores psíquicos da resiliência as funções cognitivas do idoso estão relacionadas com o envelhecimento ativo e com a qualidade de vida. A função cognitiva pode ser explicada como funcionamento intelectual humano, incluindo percepção, atenção, memória, raciocínio, tomada de decisões, solução de problemas e formação de estruturas complexas do conhecimento (MORAES, E., MORAES, F., LIMA, 2010).

Quando os componentes da cognição (atenção, memória, orientação, julgamento, raciocínio, função executiva e resolução de problemas) estão íntegros, isso reflete que as funções estão ativas. (YASSUDA, 2004).

No processo de envelhecimento é possível observar alterações cognitivas significativas: lentificação no processo cognitivo, redução da atenção, e redução das memórias de trabalho (atividades rotineiras/diárias), prospectiva e episódica. A velocidade na qual a informação é processada representa a alteração cognitiva. A lentificação cognitiva influencia as outras funções e pode ser responsável pelo déficit cognitivo em idosos, por suas dificuldades em compreender textos, necessidade de explicações mais ricas e pela necessidade de mais tempo de executar cálculos (SCHNEIDER, 2006).

Segundo DAMASCENO (1999), no processo de envelhecimento tido como normal o vocabulário e processamento sintático se apresentam relativamente inalterados, enquanto a lembrança de palavras é alterada. Em nível discursivo as dificuldades são narrativas, ocorre omissão de informações sobre a “situação” da “estória”; e, na conversação as dificuldades relatadas são de compreensão, falta de clareza do enunciado, e problemas com inferência e pressuposições.

O declínio cognitivo decorrente do processo de envelhecimento tem seu início e progressões variáveis, dependendo de fatores educacionais, de saúde e de personalidade. Segundo Janoni (2008) alguns indivíduos de 70 anos apresentam melhor desempenho em avaliações psicológicas do que indivíduos de 20 anos mantendo uma força mental excepcional.

Resiliência e Intervenções Cognitivas

Para a Psicologia a definição do termo resiliência não é tão clara e precisa quanto na Física, mas seu conceito apresenta a capacidade que o sujeito possui para superar adversidades. Quando uma pessoa passa por uma adversidade, ela aprende, cresce, desenvolve e amadurece. Para Pinheiro (2004), resiliência é definida como a capacidade que o indivíduo, ou a família apresentam para enfrentar as adversidades, ser transformado por elas e conseguir superá-las.

O Treino Cognitivo (TC) inclui o conjunto de intervenções comportamentais, não farmacológicas, que têm o objetivo de preservar e potencializar as capacidades intelectuais, através do treino de capacidades cognitivas específicas ou pelo exercício de atividades que possuem o objetivo de produzir melhorias num conjunto de áreas cognitivas, que em sua totalidade, produzem benefícios na realização de funções da sua vida quotidiana (Pita, 2014).

Os programas de TC são um método cada vez mais popular de tentar controlar, e tratar, déficits cognitivos associados a um variado número de condições, nomeadamente como envelhecimento dito normal ou a Doença de Alzheimer (Pita, 2014).

A resiliência segundo Laranjeira (2007), representa uma característica de personalidade e um modo de funcionamento comportamental do indivíduo, ou seja, as habilidades adaptativas perante as adversidades em situações biológicas e/ou sociais que requerem a utilização de capacidades internas e/ou capacidades externas ligadas ao meio social e afetivo.

Segundo Belleville (2008), citado por Fernandes (2014) a estimulação cognitiva consiste em atividades com o objetivo de aprimorar as funções cognitivas e sociais, discussões, atividade de leitura supervisionada, memorização de listas e outras atividades estruturadas.

Os variados tipos de intervenções cognitivas que utilizam técnicas de memorização, relaxamento e atenção podem gerar efeitos positivos e duradouros em idosos, especialmente quando realizados em grupo (YASSUDA, 2006). A intervenção, no que toca ao estímulo cognitivo pretende diminuir o declínio e melhorar o desempenho do idoso (FREITAS et al., 2006).

Literatura e Resiliência

O que é literatura? Segundo Coelho (1986), literatura é arte, é um ato de criatividade através da palavra, cria e desenvolve um universo livre, realista ou fantástico, onde os seres, as coisas, os fatos, o tempo e o espaço, ali são transformados em linguagem, e assumem a dimensão da fantasia. De acordo com Candido (1972), a literatura exerce três funções, as quais em seu conjunto são denominadas de função humanizadora da literatura, sendo elas:

Psicológica: função em virtude da ligação estrita com a capacidade e necessidade que o ser humano tem de fantasiar. Essa necessidade é expressa através dos devaneios em que todos se envolvem diariamente, das novelas, da música e do fantasiar sobre o amor, sobre o futuro, etc.;

Formadora: função que atua como instrumento de educação, de formação do sujeito, a ligação da fantasia com real exprime realidades que a ideologia dominante tenta esconder;

Social: função que possibilita ao indivíduo o reconhecimento da realidade que o cerca quando transposta para o mundo ficcional. Esta função também permite a identificação do leitor e de seu ambiente vivencial representados na obra literária.

A partir dessas definições é possível perceber como a literatura contribui fortemente para a formação integral do indivíduo, sendo imprescindível, pois fornece uma base cultural necessária ao indivíduo para viver plenamente sua subjetividade integrada à sua vida prática.

JUSTIFICATIVA E RELEVANCIA DA PROPOSTA

Diante do crescimento da população idosa, podemos encontrar diversas dificuldades, como o aumento de doenças crônicas degenerativas, abandono e institucionalização, e para que o idoso não sofra estas consequências é necessário desenvolver medidas e práticas que possibilitem um envelhecimento saudável, garantindo autonomia e independência.

Com base nesta premissa a presente proposta pretende fomentar a estimulação e desenvolvimento de resiliência em idosos e criar um programa que auxilie e potencialize as habilidades recuperação e autonomia dos idosos o qual possa servir

como ferramenta para os profissionais diretamente relacionados ao trato com esta população.

A literatura foi escolhida para ser utilizada, pois é arte, é um ato de criatividade através da palavra, cria e desenvolve um universo livre, realista ou fantástico, onde os seres, as coisas, os fatos, o tempo e o espaço, ali são transformados em linguagem, e assumem a dimensão da fantasia.

A relevância deste projeto se encontra em seu empreendimento social, sua contribuição não está somente relacionada ao aumento de material teórico e de material prático sobre o assunto, se inserindo de um modo mais amplo na sociedade, (re) inserindo o idoso no meio social e diminuindo o impacto na saúde pública.

OBJETIVOS

Objetivo Geral:

- Usar da literatura como ferramenta para o desenvolvimento da capacidade de resiliência em idosos.

Objetivos Específicos:

- Desenvolver resiliência.
- Identificar as representações dos idosos sobre si e a sociedade.
- Estimular habilidades cognitivas em idosos.
- Elaborar um programa de desenvolvimento da capacidade de resiliência específico para idosos com a utilização da literatura.

METODOLOGIA

Caracterização dos participantes e local da pesquisa

Integrarão a presente pesquisa os idosos participantes do projeto Universidade Aberta da Melhor Idade - Unami, que se dispuserem a participar do Programa de Desenvolvimento de Resiliência. A Unami é um projeto de extensão da UEMS -

Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul que tem por finalidade promover a inclusão de pessoas com idade mínima de 60 anos, disseminar o conhecimento nas diversas áreas, proporcionar estilo de vida saudável e melhorar a qualidade de vida dessa população.

O Programa tem como base intervenções comportamentais, não farmacológicas, que têm o objetivo de preservar e potencializar as capacidades intelectuais, através do treino de capacidades cognitivas específicas ou pelo exercício de atividades que possuem o objetivo de produzir melhorias num conjunto de áreas cognitivas, que em sua totalidade, produzem benefícios na realização de funções da sua vida quotidiana (PITA, 2014).

Os encontros ocorrerão semanalmente, durante todo o segundo semestre de 2017, na UEMS - Unidade de Dourados. Os encontros serão compostos por etapas de inscrição, seleção, intervenção, coleta de dados e análise. A intervenção ocorrerá por meio de sessões planejadas, que contarão com oficina e exercícios.

Coleta e análise dos dados

A metodologia que será usada para analisar os dados, será a análise do discurso conforme preconizada por Michel Foucault, segundo a qual o discurso faz parte de um tecido histórico, e como tal, produz verdades e conhecimentos que se instalam e se revelam nas práticas discursivas.

Segundo Foucault, “[...]e visto que – isto a história não cansa de nos ensinar – o discurso não é simplesmente aquilo que traduz as lutas ou sistemas de dominação, mas aquilo porque, pelo que se luta, o poder do qual nos queremos apoderar” (FOUCAULT, 2014, p.10). Foucault usa os saberes como sentido de possibilidade de conhecimento, como um instrumento de análise dos discursos, não se tratando apenas do conhecimento científico, mas a virtude o saber prático.

Um discurso pode ser conceituado enquanto rede de signos que se conecta a outros discursos ou a outras redes de discursos, em um conjunto de sistema aberto que registra, reproduz e estabelece os valores e conceitos de determinada sociedade. Sendo assim, o discurso não se torna um encadeamento lógico de frases e palavras que pretendem um significado em si, mas, antes, se colocará como um importante instrumento de organização funcional que pretende estruturar determinado imaginário social (FOUCAULT, 2014).

Programa de Desenvolvimento de Resiliência – Entrevista semi-estruturada e Roteiro das oficinas

De acordo com Manzini (1991), a entrevista semiestruturada se foca em um assunto/tema sobre o qual se quer tratar e sobre o qual se confecciona um roteiro com perguntas principais, as quais são complementadas por perguntas que surgem no decorrer da entrevista. A entrevista semiestruturada é organizada assim para que o pesquisador tenha maior liberdade no sentido de fazer surgir informações pertinentes ao tema sobre o qual trabalha.

Neste sentido, a entrevista semiestruturada que irá embasar a fase inicial desta pesquisa está pautada nas seguintes questões norteadoras: a) O senhor/senhora já ouviu falar sobre resiliência? b) O senhor/senhora pontua que tipo de situações como sendo situações nas quais a pessoa desenvolve a resiliência?

O roteiro das oficinas foi desenvolvido através das questões norteadoras e do texto literário selecionado:

Oficina 1 – Apresentação do filme “O velho e o mar”: atividade filmográfica, os participantes irão assistir ao filme.

Oficina 2 – Diálogo sobre o autor: breve relato sobre a bibliografia do autor, apresentando sua história e correlacionando com a obra “O velho e o mar”, e logo após será realizada uma atividade textual para os participantes relatarem um pouco de suas histórias.

Oficina 3 – Conceito de Memória: apresentação do conceito geral de memória e sua importância na formação do sujeito e na saúde, e logo após uma atividade textual para os participantes relatarem importância da memória em suas vivências.

Oficina 4 – Conceito de Resiliência: apresentação do conceito de resiliência, e logo após uma atividade textual para os participantes relatarem sobre a resiliência em suas vivências.

Oficina 5, 6, 7 e 8 – Intervenções cognitivas: treinos de memória com temas referentes a obra o velho e o mar. Na última oficina após ao treino de memória, uma atividade textual onde os participantes relatarão sobre a resiliência em suas vivências.

Considerações éticas da pesquisa

O presente projeto será encaminhado ao Comitê de Ética e Pesquisa – CEP – junto a um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE – sendo este um documento que expressa o compromisso de cumprimento de cada uma das exigências definidas pela Legislação Brasileira (Resolução Num 466/12 do Conselho Nacional de Saúde).

Este documento dará ao sujeito voluntário o livre arbítrio de recusar-se ou desistir de seu consentimento a qualquer momento, sem penalidades, garantindo-lhe o total sigilo das informações obtidas no decorrer da pesquisa.

RISCOS E BENEFÍCIOS

A pesquisa poderá ocasionar, aos indivíduos participantes, riscos eventuais de desconforto pelo tempo exigido e/ou constrangimento pelo teor das questões da entrevista. Os benefícios decorrentes da pesquisa são que o pesquisador e os participantes troquem saberes e experiências, e que estes últimos adquiram novos conhecimentos, sejam estimulados, desenvolvam estratégias e habilidades cognitivas, proporcionando resiliência as adversidades, autonomia, autoestima, e qualidade de vida.

RESULTADOS ESPERADOS

Almeja-se, que ao final desta pesquisa, a análise dos resultados do programa enriqueça e possibilite a construção de uma metodologia de trabalho que auxilie no desenvolvimento da capacidade de resiliência em idosos e potencialize as habilidades cognitivas dos envolvidos na pesquisa a qual possa ser utilizada posteriormente como ferramenta de educação em saúde.

7. ADEQUAÇÃO A LINHA DE PESQUISA

Práticas Educativas em Saúde.

8. CRONOGRAMA DA PROPOSTA

Etapas	Ano/meses											
	2017											
	Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez
1. Apresentação do Projeto			X									
2. Revisão do Projeto e envio ao CEP			X	X	X	X	X					
3. Revisão da Literatura			X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
4. Inscrição do Projeto na Plataforma Brasil										X		
Etapas	Ano/meses											
	2018											
	Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez
Realização do Programa			X	X								
7. Análise dos dados					X	X						
8. Revisão da Literatura	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
9. Elaboração do Material						X	X					
10. Redação da Dissertação	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	
11. Defesa da dissertação												X

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARAÚJO, P. O., SILVEIRA, E. C., RIBEIRO, A. M. V. B., & SILVA, J. D. PROMOÇÃO DA SAÚDE DO IDOSO: A importância do treino da memória. São Paulo: **Revista Kairós Gerontologia**, v. 15, n. 8, dez. 2012. Disponível em: <<http://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/18998/14150>>. Acesso em: 23 set. 2016.

ARGIMON, I I. L. Aspectos cognitivos em idosos. **Avaliação Psicológica**. Porto Alegre, v. 5, n. 2, p. 243-245, dezembro, 2006. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S16774712006000200015&lng=pt&nrm=iso. Acesso em 23 set. 2016.

BRANDÃO, V. M. A. T. Memória Autobiográfica – reflexões. In B. Corte, E. F. MERCADANTE & I. A. Arcuri. (Orgs.). **Velhice, Envelhecimento e Complexidade**. (pp. 155-182). São Paulo: Vetor. (2005).

BRITO, F. C., LITVOC J. **Prevenção e Promoção da Saúde**. São Paulo: Atheneu, 2004.

BRITTO DA MOTA, A. Visão antropológica do envelhecimento. In E. V. Freitas, L. Py, F. A. X. Cançado, J. Doll & M. L. Gorzoni. (Orgs.). **Tratado de Geriatria e Gerontologia**. (Cap. 8, pp. 78-82). Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006.

BRUM, P. S. **Treino de memória para idosos saudáveis e com comprometimento cognitivo leve: benefícios sobre parâmetros cognitivos**. Dissertação (Mestrado em Psiquiatria) - Faculdade de Medicina, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2012. doi: 10.11606/D.5.2012.tde-27072012-152403. Disponível em: <http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/5/5142/tde-27072012-152403/pt-br.php> Acesso em: 23 set. de 2016.

CANDIDO, A. A literatura e a formação do homem. In: **Ciência e cultura**. São Paulo. USP, 1972.

COELHO, N. N. **Literatura e linguagem**. 4. ed. São Paulo: Quíron, 1986, p. 29-31.

DAMASCENO, B. P. ENVELHECIMENTO CEREBRAL: o problema dos limites entre o normal e o patológico. **Arq. Neuro-Psiquiatr.**, São Paulo, v. 57, n. 1, p. 78-83, Mar. 1999. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0004-282X1999000100015&lng=en&nrm=iso. Acesso em 23 de set., 2017.

FÉLIX, L. O. **História e Memória: a problemática da pesquisa**. Passo Fundo: EDIUPF, 1998.

FERNANDES, S. I. D. **Estimulação cognitiva em idosos institucionalizados**. Dissertação (Mestrado em Educação Social), Instituto Politécnico de Bragança. Portugal, 2014. Disponível em: <https://bibliotecadigital.ipb.pt/bitstream/10198/11546/1/Sara%20Isabel%20Diegues%20Fernandes.pdf>. Acesso em: 23 set. de 2016.

FREITAS, E.V., PY, L., ALUIZIO, F., CANÇADO, X., DOLL, J., GORZONI, L. **Tratado de geriatria e gerontologia**. (2ª Edição). Rio de Janeiro, Editora Guanabara, 2006.

FOUCAULT, M. **A ORDEM DO DISCURSO**: aula inaugural no Collège de France, pronunciada em 2 de dezembro de 1970. Tradução de Laura Fraga de Almeida Sampaio. São Paulo: Edições Loyola, 2014.

IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **População brasileira deve chegar ao máximo (228,4 milhões) em 2042**. 2013 Disponível em: <http://saladeimprensa.ibge.gov.br/noticias.html?view=noticia&id=1&idnoticia=2455&busca=1&t=populacao-brasileira-deve-chegar-maximo-228-4-milhoes-2042>. Acesso em 23 de set., 2017.

LARANJEIRA, C. A. S. J. DO VULNERÁVEL SER AO RESILIENTE ENVELHECER: revisão de literatura. **Psic.: Teor. e Pesq.**, Brasília, v. 23, n. 3, p. 327-332, Setembro de 2007. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722007000300012&lng=en&nrm=iso. Acesso em 19 de Julho de 2017. <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-37722007000300012>.

MANZINI, E. J. A entrevista na pesquisa social. **Didática**, São Paulo, v. 26/27, p. 149-158, 1990/1991.

MORAES, E. N.; MORAES, F. L.; LIMA, S. P. P. Características biológicas e psicológicas do envelhecimento. **Rev Med Minas Gerais**; 20.1:67-73, Jan/Mar, 2010 Disponível em: http://www.observatorionacionaldoidoso.fiocruz.br/biblioteca/_artigos/197.pdf. Acesso em 23 set. 2016.

MOURA, S. M. **CONTRIBUIÇÕES DE QUATRO INSTRUMENTOS DE TRIAGEM PARA DIAGNOSTICO DE DÉFICITS COGNITIVOS NO ENVELHECIMENTO NO BRASIL**: Validade de critérios e normas de desempenho. Dissertação de Mestrado, Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, MG, Brasil, 2008. Disponível em: http://www.bibliotecadigital.ufmg.br/dspace/bitstream/handle/1843/VCSA-7NYHAR/disserta_aosamaramelo.pdf?sequence=1. Acesso em 23 set. 2016.

PAPALIA, D. & OLDS, S. Desenvolvimento físico e cognitivo na Terceira-idade. **In Desenvolvimento Humano** (7ª ed.). Porto Alegre. Artmed, 491-520, 2000

PINHEIRO, D. P. N. A resiliência em discussão. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 9, p. 67-75, 2004. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/pe/v9n1/v9n1a09>. Acesso em 23 set. 2016.

PITA, S. E. N. F. **Treino cognitivo nos idosos**. Dissertação (Mestrado em Geriatria) - Faculdade de Medicina, Universidade de Coimbra, Portugal, 2014. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10316/29234>. Acesso em: 23 set. de 2016.

PLACCO, V. M. N. S. Resiliência e desenvolvimento pessoal. TAVARES, J. (org) **Resiliência e Educação**. São Paulo: Cortez, 2001. p.7-12.

SEQUEIRA, C. **Cuidar de Idosos com Dependência Física e Mental**. Lisboa: Lidel, 2010.

SCHNEIDER, D. D. G.. Processo de resolução de problemas e tomadas de decisão no envelhecimento. Em: Parente, M. A. M. P (Ed.). **COGNIÇÃO E ENVELHECIMENTO**. (pp. 113-131). Porto Alegre: Artmed, 2006.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE GERIATRIA E GERONTOLOGIA. **Envelhecimento no Brasil e Saúde do Idoso**: SBGG divulga Carta Aberta à população. Rio de Janeiro, 2014. Disponível em: <http://sbgg.org.br/envelhecimento-no-brasil-e-saude-do-idoso-sbgg-divulga-carta-aberta-a-populacao-2/>. Acesso em 23 set. 2016.

YASSUDA MS. Desempenho da memória e percepção de controle no envelhecimento saudável. In Neri AI, Yassuda MS. (Eds), **VELHICE BEM-SUCEDIDA: Aspectos Cognitivos**. Campinas, SP: Papyrus, 2004.

_____ Avaliação Cognitiva. In: FREITAS, E.V., PY, L., ALUIZIO, F., CANÇADO, X., DOLL, J., GORZONI.L. **Tratado de geriatria e gerontologia**. (2ª Edição). Rio de Janeiro, Editora Guanabara, 2006.

CAPÍTULO 2 ARTIGO I

Reflexões Sobre Resiliência e Terceira Idade

Reflections About Resilience and Third Age

Resumo: Este artigo objetiva discutir o conceito de resiliência, tendo como parâmetro principal a aplicabilidade do mesmo em relação à população idosa. Apresenta notas sobre o assunto em questão, bem como o conceito que norteou este trabalho, a Logoterapia, uma abordagem fundada por Viktor Frankl na década de 1940. Dessa forma, a resiliência é um fenômeno de recuperação e superação, considerando o sujeito em suas dimensões biológica, psicológica, social e espiritual.

Palavras-chave: Resiliência; Logoterapia; Envelhecimento Humano.

Abstract: This article aims to discuss the concept of resilience, having as its main parameter the applicability of the same in relation to the elderly population. It presents notes on the subject in question, as well as the concept that guided this work, Logotherapy, an approach founded by Viktor Frankl in the 1940s. In this way, resilience is a phenomenon of recovery and overcoming, considering the subject in its dimensions biological, psychological, social and spiritual.

Keywords: Resilience; Logotherapy; Human Aging.

Resiliência: à guisa de introdução

O que é resiliência? Qual o significado deste termo e de onde se origina? Tendo em mente essas perguntas iniciais, faz-se necessário buscar maior entendimento sobre o termo para compreender o sentido do uso deste conceito. Estudos indicam que a expressão nasceu no campo da Física e da Engenharia, significando a capacidade dos materiais de absorver energia, sem sofrer deformação plástica permanente, ou seja, o material sofria uma deformação através da aplicação de uma força externa e retornava ao seu estado original (Nascimento; Calsa, 2016).

Posteriormente, o conceito foi trasladado para a área da Psicologia e segundo Infante (2005, p. 23), no que tange as questões de intervenção psicossocial “(...) tenta promover processos que envolvam o indivíduo e seu ambiente social, ajudando-o a superar a adversidade (e o risco), adaptar-se à sociedade e ter melhor qualidade de vida”.

Segundo Pinheiro (2004), a resiliência pode ser definida como a capacidade que o indivíduo, ou a família, desenvolve e apresenta para enfrentar as adversidades, pressões e fatores estressores, sendo transformado por elas e conseguindo superá-las através de novas estratégias e estruturas constituídas por força de suas ações. Garcia *apud* Kotliarenco, Caceres e Fontecila (1997), corrobora com esta assertiva ao definir a

resiliência como a capacidade que um indivíduo/ator social, sistema ou organização possui para resistir a situações difíceis e as adversidades.

De acordo com Cyrulnik (2001) e Wagner; Silveira (2007), o estudo das questões que referem a capacidade humana de superar dificuldades já estava presente na Psicologia, mesmo que não inferido sob o termo resiliência. Os autores informam que pesquisadores como Anna Freud e Françoise Dolto realizavam trabalhos envolvendo crianças que passavam por períodos conturbados e mesmo assim se tornavam adultos saudáveis, buscando compreender como este processo era possível.

Além disso, os autores trazem a referência da escola vienense de Logoterapia de Viktor Emil Frankl a qual se utiliza dos conceitos de sentido de vida e capacidade de superação, e apontam Carl Rogers enquanto precursor da teoria humanista que apresenta o conceito de autoatualização (Cyrulnik, 2001; Wagner; Silveira, 2007).

As escolas Humanista e Existencialista no campo da Psicologia enfatizam o que se refere à capacidade de superação de desenvolvimento. Estas escolas apontam que o ser humano está em constante processo de transformação, o qual culmina na condição de superar a si mesmo e as suas dificuldades. Os principais teóricos destas abordagens são Carl Rogers, Viktor Emil Frankl, Gordon Allport, Abraham Maslow, Charlotte Bühler e Rollo May (Brandão, 2011).

É possível perceber que os estudos precursores sobre a resiliência consideravam-na enquanto um traço de personalidade inato, uma característica definitiva dos sujeitos e os sujeitos que não possuíam estes traços, em tese, não poderiam se tornar resilientes. Para Waller (2001) a resiliência era considerada uma característica que somente alguns indivíduos podiam possuir, ou uma característica de alguns estilos de mecanismos de enfrentamento adquiridos por determinadas pessoas as quais apresentariam certas particularidades e poderiam, pois, ser consideradas resilientes. As pessoas que não possuíssem tais particularidades eram caracterizadas como sujeitos não dotados da capacidade de enfrentar e resistir aos fatores estressores.

Os dados apresentados nas primeiras pesquisas sobre o tema foram reestudados por Rutter (1993). Este autor substituiu em seus escritos o termo “invulnerável” pelo termo “resiliência”. Para ele, a invulnerabilidade traz em si a ideia de algo que além de inato é permanente, processo do qual Rutter discorda.

As primeiras pesquisas sobre as questões que envolviam a resiliência e seus atributos, apenas listavam as características pessoais dos sujeitos ditos resilientes e o conjunto de atributos que os capacitavam enquanto tal. Tal premissa pode ser percebida

nos estudos de Werner; Smith (1989, 1992, 2001), que eram focados nos riscos e em populações que viviam em condições de risco.

Os resultados apresentados por Werner; Smith ressaltavam as características individuais dos sujeitos. A ideia inicial não era focar a resiliência, mas observar os fatores de risco e sua relação com o desenvolvimento das crianças. Os resultados apresentados por estas autoras apontavam para as questões pertinentes a resiliência ainda enquanto um conjunto de características individuais. Assim, os sujeitos resilientes apareciam como que dotados de autossuficiência. As variantes da pesquisa buscavam enumerar as características que estes sujeitos apresentavam e que os qualificava como pessoas resilientes; não necessariamente buscavam compreender o desenvolvimento da resiliência enquanto processo (Werner; Smith, 1989).

Por não haver um consenso entre os pesquisadores, o termo resiliência apresenta diferentes formatos: resiliência inata ou adquirida; permanente ou circunstancial; adaptação\superação ou sobrevivência. Segundo Brandão (2011), existe um conjunto de autores que entendem a resiliência enquanto processo dinâmico, desenvolvido gradualmente através da história do sujeito e da sua relação com o ambiente no qual está inserido e diante da adversidade que enfrenta.

Para Souza; Cerveny (2006), o conceito pode apresentar uma multiplicidade de definições assim descritas:

Presença de traços de personalidade; o desenvolvimento normal sob condições difíceis; a manifestação de competência apesar das condições difíceis; o desenvolvimento da capacidade de adaptação bem-sucedida, salientado a competência manifestada na vida adulta; a condição de resistência e o resultado do equilíbrio entre fatores protetores e de risco (Souza; Cerveny, 2006, p. 25).

Atualmente, apesar de alguns autores nortearem seus trabalhos sobre o assunto através das pesquisas realizadas na década de 1970 e 1980, e apresentarem uma visão clássica baseada nos precursores do tema, entende-se que a resiliência é um processo dinâmico que pode ser adquirido, o qual é circunstancial e de adaptação\superação ou sobrevivência, dependendo de múltiplos fatores para ser tangenciado.

Resiliência, Terceira Idade e a Logoterapia

O século XXI trouxe consigo a necessidade de reflexão sobre o ser humano, visando uma maior compreensão sobre as pessoas. Nesse sentido percebe-se a necessidade de articular estudos que busquem desenvolver o ser humano em suas

potencialidades. É aí que o estudo do conceito de resiliência ganha importância primordial, pois ele busca entender como um sujeito consegue sobreviver/superar adversidades (Infante, 2005).

Para Infante (2005) o desenvolvimento histórico do conceito de resiliência pode ser dividido e abordado a partir do trabalho de duas gerações de pesquisadores. A primeira, originária dos anos 1970, procurava identificar os fatores de risco e de resiliência que influenciavam o desenvolvimento de crianças as quais viviam em condições adversas. De acordo com a autora:

No desenvolvimento histórico dessa primeira geração, começa-se a ampliar o foco de pesquisa, que se desloca de um interesse em qualidades pessoais, que permitiriam superar a adversidade (como a autoestima e autonomia) para um interesse maior em estudar os fatores externos ao indivíduo (nível socioeconômico, estrutura familiar, presença de um adulto próximo) (Infante, 2005, p. 24).

No que tange a segunda geração, Infante revela que a mesma retomou o foco de interesse da primeira geração, ao inferir que determinados fatores estão presentes nos sujeitos que vivem em situações de alto risco, e que mesmo assim conseguem se adaptar à sociedade em que vivem em uma perspectiva que a autora denominou de “adaptação resiliente” (Infante, 2005, p. 25).

Fator interessante a ser considerado em um primeiro momento, diz respeito ao fato de que, entre os precursores do uso do termo resiliência em Psicologia, observa-se que o mesmo é utilizado, mormente para trabalhar com crianças. A partir desse pressuposto adveio o interesse em estender a aplicabilidade do mesmo para as pessoas idosas, conforme verificado por Laranjeira (2007).

Envelhecer faz parte do processo natural de desenvolvimento humano, e conforme o passar do tempo surgem diversas mudanças através das etapas da vida, e algumas delas podem acarretar fatores de risco, em vista das perdas, adversidades, e do próprio processo de envelhecimento em si (Whitbourne, 2001; Laranjeira, 2007; Ferreira *et al.*, 2010).

Diante destes fatores ocorridos no processo de envelhecer, cada indivíduo reage de uma forma, alguns idosos demonstram estar mais vulneráveis e outros demonstram desenvolver comportamentos para enfrentamento e manejo dos fatores estressores que tangenciam o envelhecimento, criando mecanismos de proteção e/ou prevenção e/ou enfrentamento para as situações advindas do processo (Laranjeira, 2007; Ferreira *et al.*, 2010).

Segundo Whitbourne (2001), a resiliência psicológica no contexto do envelhecimento humano, apresenta uma tríade de força: fatores individuais (as capacidades cognitivas e as competências sociais), fatores familiares (o calor humano, a coesão e a atenção por parte do principal prestador de cuidados) e fatores de suporte (rede de apoio familiar, o sistema de serviços sociais).

Laranjeira (2007) aponta que esses fatores de força podem favorecer o desenvolvimento da resiliência. No entanto, o excesso de qualquer um deles pode gerar um efeito adverso, a saber: a preponderância da autoestima pode levar a arrogância e a desobediência de regras e leis, tornando-se um fator de risco. Para o autor o caráter de proteção ou de risco depende principalmente do contexto qualitativo relacional, do suporte familiar e/ou social (Laranjeira, 2007).

Para Oliveira e Silva (2013), apesar das perdas apresentadas no decorrer do processo de envelhecimento, existe um acúmulo de experiências, competências e habilidades intelectuais que permite uma visão racional das experiências atuais à luz das experiências anteriores. As autoras acreditam estas experiências, podem manter uma qualidade de vida satisfatória, através do significado e sentido de vida que os sujeitos atribuem ao momento em que vivem, mas também alertam para um vazio existencial que pode ocorrer por vários fatores, entre os quais a perda de pessoas queridas e a ausência de rede social ou de invisibilidade.

O processo de envelhecimento causa uma série de questionamentos sobre a vida e seu sentido. Segundo Frankl (2003), tais inquições só podem ser respondidas a partir das próprias vivências pessoais e a partir do momento em que o sujeito assume a sua responsabilidade sobre si. Na opinião do autor, estas dúvidas podem conduzir ao desenvolvimento de novos sentidos para a vida.

Estes novos sentidos podem surgir a partir da criação e realização de tarefas, execução de trabalhos, atividades, novas experiências que levem a adquirir novos gostos e a apreciação de novas possibilidades como encontrar alguém para amar; desenvolver trabalhos que contribuam para sociedade; desenvolver dignidade ao passar por um sofrimento inevitável (Frankl, 2003).

As atitudes estabelecidas frente às novas experiências apresentadas pela velhice podem favorecer na promoção da saúde mental e bem-estar psicológico, assim como na prevenção de doenças e mal-estar psicológico. É fundamental para a saúde mental do idoso que ele tenha uma percepção positiva de vida. A Logoterapia vê no sentimento de esperança um aspecto fundamental da vontade do sentido de existir, uma vez que, se há

uma expectativa de futuro, existe sentido de vida, mesmo que este sentido seja sofrer, mas sofrer com dignidade e respeitar a vida (Oliveira; Silva, 2013; Frankl, 2003).

O conceito de Resiliência fundamentado na Logoterapia

A Logoterapia é uma abordagem teórica e prática criada pelo psiquiatra vienense Viktor Emil Frankl, que se tornou conhecido a partir de seu livro "Em Busca de Sentido" (Um Psicólogo no Campo de Concentração) de 1946, no qual expõe suas experiências enquanto detento de um campo de concentração durante a Segunda Guerra Mundial, e através do qual, dá início as bases de sua teoria.

A Logoterapia concebe o ser humano em uma perspectiva biopsicossocial e espiritual, em que o sujeito desenvolve possibilidades de realização de valores em qualquer que seja a situação de sua vida. A partir destes conceitos determinados por Viktor Frankl na Logoterapia é possível encontrar um sentido para o sofrimento.

A escola criada pelo médico vienense é conhecida por "Análise Existencial" e seu objetivo é esclarecer a existência, enfatizando possibilidades através das quais os seres humanos podem realizar o sentido da vida e pensar sobre ele mesmo (Frankl, 1991). Segundo Frankl (2003), cada indivíduo possui um sentido específico para a sua vida. Esta premissa orienta o sujeito para a compreensão de que é possível transformar o sofrimento em superação de si mesmo, tornando-o uma vitória pessoal.

O sentido de vida dos sujeitos se subordina a totalidade de suas vidas, o que cada um viveu e o momento presente. Para Frankl (1989), os sujeitos devem expressar o que é mais humano de si, e isso só acontece quando o sujeito se pergunta sobre o sentido da vida. Esse processo faz referência a tudo que é vivido. Frankl entende que só é possível compreender o sentido da vida de alguém quando esta vida se encerra ou, melhor dito, após a sua existência (Frankl, 1992).

Para se entender o sentido de vida dos sujeitos é necessário considerar suas subjetividades, pois cada sujeito constitui em si um princípio único e específico. Frankl (1989) entende que este sentido é transitório, sendo necessário um olhar atento ao momento que o sujeito está vivendo, daí a peculiaridade deste sentido.

A Logoterapia trouxe aos sujeitos uma configuração nova ante as outras escolas. Viktor Frankl (1989) afirmava que as escolas psicanalistas e comportamentais estavam reduzindo o ser humano a um único aspecto e não percebiam a sua totalidade. Diante disso, argumentava sobre a necessidade de observar o ser humano não somente pelos aspectos mensuráveis, determináveis e objetivos (portanto, quantitativos). Para revolver

esta situação ele apresentava um complemento às dimensões humanas, apresentado através de três dimensões.

A primeira delas compreenderia a dimensão somatológica ou somática, na qual estariam contidos os aspectos fisiológicos, biológicos e orgânicos do ser humano. A segunda dimensão é a psicológica ou psíquica, que abrange as pulsões, o funcionamento psicodinâmico da psique, bem como comportamentos operantes, condicionamentos comportamentais, etc (Frankl, 1989).

A terceira dimensão é chamada de noológica ou noética. Esta dimensão compreende os aspectos inerentes à espiritualidade, através da qual o ser humano opera sobre si as questões próprias da sua realidade existencial, sua relação com o mundo, os valores e sentidos que atribui ao ser e ao vir a ser, assumindo a partir dessas premissas compromissos de responsabilidade/responsabilização pessoal e consciência de si (Frankl, 1989).

É perceptível na obra de Frankl a influência da Filosofia e da Antropologia no que tange a sua visão entre ser humano e espírito. O autor se fundamentava nas linhas existenciais e fenomenológicas para observar os sujeitos. Nesse contexto, o conceito de espiritualidade humano apresentado por ele se configura pelo momento vivido no presente, pela consciência imediata do homem em resposta ao que está vivendo (Frankl, 2012).

A Logoterapia afirma que o ser humano em sua essência é um ser responsável e possui uma autonomia da existência espiritual decorrente deste senso de responsabilidade. A dimensão noológica se refere a fenômenos especificamente humanos, relacionados à consciência. Segundo Frankl, somente o ser humano tem a liberdade de descobrir o próprio sentido da vida, autotranscender nesse contexto, se autodistanciar das coisas para melhor percebê-las e, a partir daí, tomar decisões. (Frankl, 1989).

Frankl (1992) infere que a existência humana é em si, noológica, enquanto os fatos as quais os sujeitos são submetidos tem cunho biológico ou psicológico e condicionante. Para o autor (Frankl, 1989), o ser humano é um ser histórico, fundamentado por condições sociológicas e por condições biológicas e psicológicas, mas ainda assim é livre para buscar o sentido de sua existência.

A percepção de sentido do ser surge a cada momento em sua vida, e a pessoa passa a conhecer a si mesma, a partir do cumprimento de suas atividades do cotidiano e

do momento em que vive o sentido de cada atividade realizada. De acordo com Frankl (1992), na maioria dos casos ter sentido na vida é ter tarefas a cumprir.

Frankl (1989) aponta também que existe sentido para além das situações individuais vividas, ou seja, aquelas que o ser humano está vivendo. A esse conjunto de valores ele denominou universais de sentido, os quais são divididos em três categorias: valores criativos, vivenciais e valores de atitudes.

Os valores criativos compreendem as realizações do ser humano, através das quais ele fornece algo para o mundo como, por exemplo: seu trabalho, uma invenção, ou uma descoberta. Os valores vivenciais são as coisas que o mundo pode oferecer ao ser humano, entre quais a natureza, uma paisagem, um céu estrelado, o pôr do sol, um amor. Já os valores de atitude constituem as reações do homem diante as adversidades, o se posicionar de forma digna diante ao sofrimento inevitável (Frank, 1989).

A vida como um todo possui um sentido em si, e o sofrimento faz parte dela, assim todo sofrimento também possui seu sentido. Segundo Frankl (1989), é possível encontrar sentido mesmo em meio ao sofrimento, e o sujeito precisa se posicionar diante este momento. Existem situações em que as pessoas podem (e devem) evitar a dor, pois quem escolhe sofrer nesse contexto faz uma opção pelo masoquismo. Mas há momentos em que a única possibilidade é sofrer com dignidade, como por exemplo, em situações que envolvem doenças terminais.

Quando ocorrem situações de sofrimento inevitável na vida humana, precisamente em momentos de sofrimento extremo, é necessário suportar este momento, suportar o não entendimento deste sofrimento, entender que mesmo que possa ser impossível perceber o processo racionalmente, a vida possui um sentido incondicional. Este sentido de ignorar a incapacidade de compreensão é chamado de supra-sentido, e ele só pode ser adquirido e aprendido através da fé, da confiança e do amor (Frankl, 1989).

A fé ou a religiosidade humana está dentro da dimensão do supra-sentido, onde o sujeito consegue adquirir força e coragem. Segundo Viktor Frankl (1989), o sujeito capaz de expressar essa dimensão vive sua vida como uma missão a ser cumprida, tornando-se de enxergar as coisas em sua dimensão fundamental, o que o faz responsável e consciente. Neste caso, se está diante de um ser que completou sua dimensão ontológica, e está aberto ao entendimento do outro (Frankl, 1989).

O conceito de auto-transcendência abrange a dimensão do supra-sentido. Neste caso, o sujeito adquire a capacidade de ir além de si mesmo. Em tese a auto, pois a auto-

transcendência é a faculdade de irmos além de nós mesmos, fazendo parte da essência humana. Segundo Frankl:

Ser homem significa ... ser para além de si mesmo. ... Ser humano significa ordenar-se em direção a algo ou a alguém: entregar-se ... a uma obra a que se dedica, a uma pessoa que ama, ou a Deus, a quem serve (Frankl, 1989, p.45).

A auto-transcendência difere-se do autodistanciamento na medida em que este último se refere ao distanciamento do “eu interno” diante de uma situação adversa. Esta característica pode ocorrer através do humor, através da qual a capacidade de rir em meio ao sofrimento torna o homem senhor de si (Frankl, 1989).

Segundo Frankl (2003), o autodistanciamento pode ocorrer também através da autocompreensão, a partir do momento em que sujeito busca compreender a si mesmo, torna-se capaz de se distanciar de si. Tal procedimento permite tomar decisões, se posicionar e decidir o que fazer, somente para depois agir. Assim, o ser humano torna-se menos instintivo e impulsivo e passa a agir com consciência.

Podemos perceber através deste constructo teórico que as adversidades e sofrimentos fazem parte da vida, em algum momento o ser humano irá passar por isso. A resiliência se apresenta intrinsecamente relacionada aos conceitos desta teoria, possibilitando a ampliação das perspectivas de abordagem em relação ao tema.

Considerações finais

Dentro do arcabouço teórico construído por Frankl em sua obra, o conceito de resiliência pode ser entendido como um processo a ser construído. Essa construção inicia a partir do momento em que o ser humano busca um sentido para a sua existência e para a sua vida. Nesse processo, procurar e encontrar sentido em situações de adversidade e sofrimento constroem ferramentas que permitem a construção de um sujeito resiliente.

Diante do sofrimento, o ser humano precisa aprender a questionar o sentido de si para, a partir de processos como a auto-transcendência e o autodistanciamento, tomar decisões que lhe permitirão suportar esse contexto dignamente, ou que lhe possibilitarão atitudes resilientes perante este momento, facilitando a aceitação de momentos difíceis em quaisquer fases da vida, entre elas o envelhecer.

A Logoterapia apresenta aos sujeitos a possibilidade de compreender que, a cada momento da vida, é possível construir novos sentidos para a existência, pois o sentido de ser é transitório, dependendo do momento em que o ser humano se encontra. Daí a

possibilidade de adaptação e de superação características do ser humano. Desse contexto decorre a sobrevivência, mas não necessariamente a resiliência, pois esta última depende da tomada de consciência dos sujeitos e da responsabilização dos mesmos em relação aos seus atos.

O estudo da Logoterapia permite pensar a resiliência como um potencial presente em todos os seres humanos, sendo possível que cada pessoa se torne sujeito de si no sentido de adquirir habilidades e competências que permitam alcançar este potencial, permitindo a partir daí, processos de envelhecimento com maior qualidade de vida; pois à medida que os sujeitos se tornam responsáveis pela sua existência, questionando seu sentido, adquirem a força necessária para enfrentar a trajetória da sua vida em condições favoráveis.

REFERÊNCIAS:

BRANDÃO, J. M.; MAHFOUD, M.; GIARNODOLI-NASCIMENTO, I. F. (2011). A Construção do conceito de resiliência em psicologia: discutindo as origens. *Paidéia*, 21(49), 263-271. Recuperado em 02 dezembro, 2018, de: <https://www.redalyc.org/html/3054/305423783014/>

CYRULNIK, B. (2001). *La maravilla del dolor: el sentido de la resiliencia*. (G. González-Zafra, trad.) Barcelona: Granica.

FERREIRA, O. G. L. et al. O envelhecimento ativo sob o olhar de idosos funcionalmente independentes. *Revista da Escola de Enfermagem*. USP, São Paulo, v. 44, n. 4, p. 1065-1069, Dezembro, 2010. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342010000400030&lng=en&nrm=iso

FRANKL, V. E. (2003). *Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração*. 18ª Ed. Petrópolis: Vozes.

FRANKL, V. E. (1992). *A presença ignorada de Deus* (W. O. Schlupp & H. H. Reinhold, Trans.). 2ª ed. São Leopoldo, RS: Sinodal; Petrópolis, RJ: Vozes.

FRANKL, V. E. (1991). *A psicoterapia na prática*. Campinas: Papirus.

FRANKL, V. E. (1990). *Dar sentido à vida*. (A. E. Allgayer, trad.). 2ª ed. Petrópolis: Ed. Vozes.

FRANKL, V. E. (2012). *Logoterapia e análise existencial: textos de seis décadas*. Rio de Janeiro: Forense Universitária.

FRANKL, V. E. (1989). *Psicoterapia e sentido da vida*. São Paulo: Quadrante.

GALENDE, E. (2004). Subjetividad y resiliencia: Del azar y la complejidad. In: MELILLO, Aldo; OJEDA, E. N. S.; Rodríguez, D. (orgs.). *Resiliencia y subjetividad: los ciclos de la vida*. Buenos Aires: Paidós. p. 23-61.

GARCIA, S. C. (2008). A resiliência no indivíduo especial: uma visão logoterapêutica. *Revista Educação Especial*, 21(31), 25-36. Recuperado em 02 dezembro, 2018, em <https://periodicos.ufsm.br/educacaoespecial/article/view/7>

INFANTE, F. (2005). A Resiliência como processo: uma revisão de literatura recente. In: MELILLO, A. et al (orgs.). *Resiliência: descobrindo as próprias fortalezas*. Porto Alegre: Artmed, p. 23-38.

JUNQUEIRA, M. F. P. S.; DESLANDES, S. F. (2003). Resiliência e maus-tratos à criança. *Cadernos de Saúde pública*, 19(1), 227-235. Recuperado em 03 dezembro, 2018, em <https://www.scielo.org/pdf/csp/2003.v19n1/227-235/pt>.

LARANJEIRA, C. A. S. J. (2007). Do vulnerável ser ao resiliente envelhecer: revisão de literatura. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 23(3), 327-332. Recuperado em 04 dezembro, 2018, em <http://www.scielo.br/pdf/ptp/v23n3/a12v23n3>.

LARROSA, S. M. R. (2007). Resiliência: uma perspectiva de esperança na superação das adversidades. In: HOCH, L. C.; ROCCA, S. M. R. (orgs.). *Sofrimento, resiliência e fé: implicações para as relações de cuidado*. São Leopoldo: Sinodal; EST. p. 2-27.

NASCIMENTO, M. C.; CALSA, G. C. (2016). Resiliência e idosos: Revisão da produção acadêmica brasileira, 2000-2015. *Revista Kairós: Gerontologia*, 19(1), 255-272. Recuperado em 05 dezembro, 2018, em <http://ken.pucsp.br/kairos/article/view/31811>.

PINHEIRO, D. P. N. (2004). A resiliência em discussão. *Psicologia em estudo*, 9(1), 67-75. Recuperado em 7 dezembro, 2018, em http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-73722004000100009&script=sci_arttext&tlng=pt.

POLETTO, M.; KOLLER, S. H. (2008). Contextos ecológicos: promotores de resiliência, fatores de risco e proteção. *Estudos de Psicologia*, 25(3), 405-416. Recuperado em 10 dezembro, 2018, em <http://www.scielo.br/pdf/estpsi/v25n3/a09v25n3>.

POLETTO, M.; KOLLER, S. H. (2006). Resiliência: uma perspectiva conceitual e histórica. In: DELL'AGLIO, D. D.; KOLLER, S. H.; YUNES, M. A. M. (orgs.). *Resiliência e Psicologia Positiva: interfaces do risco à proteção*. São Paulo: Casa do psicólogo. p. 19-44.

POLETTO, M. (2007). *Contextos ecológicos de promoção de resiliência para crianças e adolescentes em situação de vulnerabilidade*. 104f. Dissertação (Mestrado em Psicologia do Desenvolvimento)- Programa de Pós-Graduação em Psicologia do Desenvolvimento, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre. Recuperado em 10 dezembro, 2018, em <https://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/10812>.

ROCCA, L. S. M. Resiliência: uma perspectiva de esperança na superação das adversidades. In: HOCH, L. C.; ROCCA, L. S. M. (orgs.). *Sofrimento, resiliência e fé: implicações para as relações de cuidado*. São Leopoldo: Sinodal; EST. 2007. p. 2-27.

RUTTER, M. (1993). La “resiliencia”: consideraciones conceptuales. *Journal of Adolescent Health*, 14(8), 690-696.

SOUZA, M. T. S.; CERVENY, C. M. O. (2006). Resiliência: introdução à compreensão do conceito e suas implicações no campo da psicologia. *Revista Ciências Humanas*, 12(2), 21-29.

TAVARES, J. (2001). A resiliência na sociedade emergente. In: TAVARES, J.(org.). *Resiliência e Educação*. São Paulo: Cortez. p. 43-75.

TROMBETA, L. H. A. P.; GUZZO, R. S. L. (2002). *Enfrentando o cotidiano adverso: estudo sobre resiliência em adolescentes*. Campinas: Editora Alínea.

WAGNER, A.; SILVEIRA, S. C. (2007). É possível florescer em lugares inóspitos? Algumas reflexões sobre os processos de superação dos sujeitos em situações adversas. *Ciência e conhecimento*, 2(s/n), 1-14. Recuperado em 13 dezembro, 2018, em http://www.cienciaeconhecimento.com.br/pdf/vol002_PsA1.pdf.

WALLER, M. A. (2001). Resilience in ecosystemic context: evolution of the concept. *American Journal of Orthopsychiatric*, 71(3), 290-297. Recuperado em 14 dezembro, 2018, em <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1037/0002-9432.71.3.290>.

WERNER, E. E.; SMITH, R. S. (2001). *Journeys from childhood to midlife: risk, resilience and recovery*. London: Cornell University Press.

WERNER, E. E.; SMITH, R. S. (1992). *Overcoming the odds: high risk children from birth to adulthood*. London: Cornell University Press.

WERNER, E. E.; SMITH, R. S. (1989). *Vulnerable but invincible: a longitudinal study of resilient children and youth*. New York: Adams, Bannister, Cox.

WHITBOURNE, S. K. (2001). *Adult development and aging: biopsychosocial perspectives*. New York: John Wiley and Sons.

YUNES, M. A. M.; MENDES, N. F.; ALBUQUERQUE, B. M. (2005). Percepções e crenças de agentes comunitários sobre resiliência em famílias monoparentais pobres. *Texto e contexto – Enfermagem*, 14(esp), 24-31. Recuperado em 18 dezembro, 2018, em <http://repositorio.furg.br/handle/1/1558>

YUNES, M. A. M.; SZYMANSKI, H. (2001). Resiliência: noção, conceitos afins e considerações críticas. In: TAVARES, José. (org.). *Resiliência e educação*. São Paulo: Cortez. p. 13-42.

CAPÍTULO 3 ARTIGO II

O USO DA LITERATURA PARA A COMPREENSÃO DO ENVELHECIMENTO HUMANO

RESUMO: Este artigo tem como objetivo refletir sobre o uso da literatura como uma ferramenta para entender o processo de envelhecimento humano, baseado no estudo de "O Velho e o Mar", de Ernest Hemingway. Para tanto, parte de pesquisas bibliográficas e teóricas, considerando as três forças da literatura apontadas por Roland Barthes, a saber, *mathesis*, *mimesis* e *semiosis*. Somado a isso, discute como essas forças podem ser aplicadas ao texto literário no sentido de compreender o processo de envelhecimento humano. Conclui-se que é possível utilizar o texto literário para o entendimento do processo de envelhecimento humano, especialmente quando correlacionado com a ideia de que o envelhecimento faz parte de um contexto maior que envolve a própria existência do sujeito.

PALAVRAS-CHAVE: Roland Barthes. Texto Literário. Idosos. Ernest Hemingway. O Velho e o Mar

ABSTRACT: This article aims to reflect on the use of literature like a tool for understand the process of human aging, based on the study of Ernest Hemingway's "O Velho e o Mar". In order to do so, he starts from bibliographical and theoretical research, taking into account the three forces of literature pointed out by Roland Barthes, namely, *mathesis*, *mimesis* and *semiosis*. Added to this, it discusses how these forces can be applied to the literary text in the sense of understanding the process of human aging. It is concluded that it is possible to use literary text to understand the process of human aging, especially when correlated with the idea that aging is part of a larger context that involves the very existence of the subject.

KEYWORDS: Roland Barthes. Literature Text. Seniors. Ernest Hemingway. O Velho e o Mar.

1. INTRODUÇÃO

Para que serve a literatura? Eis a pergunta que permeia a obra de Tzvetan Todorov (2010), na qual o autor aponta os perigos que o texto literário enfrenta em um universo cercado pelo pragmatismo. Na opinião do autor, a literatura ajuda o ser humano a compreender o seu lugar no mundo, possibilitando uma série de experiências que permitem maior entendimento sobre a condição da existência humana (TODOROV, 2010).

Diante disso, é possível afirmar que o texto literário amplia as percepções dos sujeitos que auferem a experiência da leitura, oportunizando a eles novas formas de concepção em relação às coisas que os cercam, bem como abrindo às pessoas novas possibilidades de organização da vida. O texto literário permite que cada pessoa responda melhor a sua vocação de ser humano, trazendo em seu bojo sensações que intensificam a sensibilidade do sujeito que lê, permitindo que ele se torne mais crítico e reflexivo em relação a sua própria humanidade.

Partindo dessa constatação, o presente artigo busca compreender de que forma o texto literário pode servir como ferramenta para discutir questões pertinentes ao processo de envelhecimento humano e se a sua utilização como instrumento de reflexão para pensar sobre esta fase da vida, auxilia na compreensão e entendimento do processo. Para tanto traz como aporte a obra de Ernest Hemingway, “O Velho e o Mar”.

O trabalho está organizado em três partes distintas. Na primeira, faz-se uma breve apresentação do autor e da obra proposta para análise. A segunda conjuga as questões referentes à forma como Hemingway apresenta a questão do envelhecimento humano em seu texto, a partir da figura de Santiago, personagem principal do livro; relacionando-as com a tese de Roland Barthes proposta em “A Aula” (BARTHES, 1989).

Na terceira e última parte apresentam-se as considerações finais sobre o assunto, mostrando como o texto literário traz correlações de verossimilhança com o cotidiano e cria imagens através das quais pode servir como instrumento para reflexão em relação à existência.

2. O Autor e sua Obra: Ernest Hemingway e “O Velho e o Mar”

Ernest Hemingway nasceu na cidade de Oak Park, no estado de Illinois (EUA) em 1899 e morreu em 1961. Aos 17anos já atuava como jornalista, escrevendo para um jornal de Kansas City. O estilo conciso característico do texto jornalístico é um dos elementos presentes em sua escrita literária. Hemingway ficou famoso pela sua vida aventureira, a qual foi marcada por cenários como Cuba, onde o escritor residiu por muitos anos, tornando-se inclusive, amigo de Fidel Castro¹.

Foi a sua estadia em Cuba que lhe rendeu a escrita de “O Velho e o Mar”, livro que foi publicado em 1952. Esta obra é considerada um dos textos mais importantes da literatura em língua inglesa do mundo, tanto que ela rendeu a Hemingway o Prêmio Nobel de Literatura no ano de 1954. De acordo com a comissão responsável pela outorga da premiação, o autor norte-americano

¹ Informações retiradas de https://www.ebiografia.com/ernest_hemingway/ Acesso em: 12 ago. 2018.

mereceu o prêmio devido ao seu domínio na arte envolvendo a narrativa moderna, além do fato de a obra em si influenciar grandemente o estilo da escrita contemporânea².

“O Velho e o Mar” conta a história de um velho pescador chamado Santiago. O personagem principal do livro é um viúvo solitário que há exatos 84 dias não pesca um peixe sequer. Abandonado por todos os moradores do vilarejo onde vive, Santiago só não leva uma existência mais triste devido à presença em sua vida de um jovem rapaz chamado Manolin, a quem ele ensinou a arte da pesca. Manolin vê o velho pescador como uma espécie de mentor, e sempre o incentivou a continuar com seu trabalho.

Durante algum tempo, Manolin foi aprendiz no barco de Santiago, mas devido à insistência de seus pais, foi trabalhar em outro barco. Os pais de Manolin consideravam que Santiago atraía a má sorte e ficaram com medo de que seu filho fosse arrastado para a vida miserável que Santiago levava.

Mesmo impedido de pescar com o amigo, o menino nunca deixou de visitá-lo e ajudar nas suas tarefas sempre que possível. O romance descreve inclusive cenas em que Manolin leva comida ao velho, em momentos nos quais este passava por processos de extrema penúria, conforme descrito na citação abaixo:

- Que arranjaste? -- perguntou.
- Ceia -- respondeu o rapaz. - Vamos ter ceia.
- Não tenho grande fome.
- Anda comer. Não se pode pescar sem comer.
- Eu tenho pescado - disse o velho, levantando-se, pegando no jornal e dobrando-o. Começou depois a dobrar o cobertor.
- Deixa-te ficar de cobertor - recomendou o rapaz. - Não hás-de pescar sem comer, enquanto eu for vivo (HEMINGWAY, 1956, p. 07) ³.

No alvorecer do 85º dia sem que houvesse fígado um peixe, Santiago partiu em direção ao oceano por mais uma vez, em busca de seu sustento. Assim que ele alcançou uma corrente que o levou em direção ao alto mar, sentiu que um peixe fígou a isca a qual estava deixando correr solta na água. O pescador não tem uma

² Maiores informações ver <https://efemeridesdoefemello.com/2014/10/28/ernest-hemingway-ganha-nobel-de-literatura/>

³ A versão do texto de Hemingway utilizada para a escrita deste artigo está disponível em <https://agrupamentoidanha.com/ficheiros/d3351020JaM31DRx5b.pdf>

ideia exata do tamanho da presa que levava fisgada, sendo que ela o arrasta cada vez mais rumo ao oceano.

Em um determinado momento, o peixe salta da água em toda a sua magnitude e o pescador se dá por conta de que fisgou um mostro, conforme se percebe pela citação:

A linha subia devagar e firme, e então a superfície do oceano arqueou à frente do barco, e o peixe apareceu. Apareceu interminavelmente, e dos lombos lhe escorria água. Brilhava ao sol, e a cabeça e o dorso eram púrpura escura, e ao sol as listras nos lados eram largas e cor de alfazema. O dardo era do tamanho de uma pá de "Baseball" e em forma de florete. Saiu a todo o comprimento fora de água e voltou a ela, suavemente, como um nadador, e o velho viu a grande foíce da cauda afundar-se e a linha começar a correr (HEMINGWAY, 1956, p. 24).

O texto descreve que o velho já havia visto muitos peixes de grande tamanho, mas que aquele, sem dúvida, era o maior de todos. Homem e peixe lutam por três dias até que ao fim e ao cabo, depois de grande sofrimento Santiago consegue matar o peixe e amarrá-lo a lateral da sua canoa, dando início ao seu retorno à costa.

No entanto, os tubarões farejam a sua presa e começam a se alimentar dela. O velho até se dispõe a lutar contra eles e efetivamente vence uma primeira batalha contra os tubarões, mas logo percebe que a sua luta é vã. Derrotado, Santiago segue navegando e aos poucos vê o gigantesco peixe ser devorado pelos tubarões. Quando finalmente chega à praia, resta apenas uma carcaça amarrada a lateral de seu barco.

Santiago sofreu muito fisicamente tanto em sua batalha solitária contra o peixe monstruoso que fisgou, quanto em sua luta contra os tubarões. Suas mãos foram cortadas, feriu-se nas costas e o calor do sol provocou-lhe queimaduras e desidratação. Durante todos os dias em que ficou desaparecido no mar, Manolin observava o horizonte, procurando pelo seu mentor. Quando ele chegou à praia, em uma condição lastimável, foi o jovem que tratou de tomar as providências relativas ao seu cuidado, prestando a Santiago todo o apoio de que necessitava.

Na praia, a carcaça gigantesca do peixe fisgado pelo velho pescador atraía a atenção de todos e fazia com que as pessoas do vilarejo olhassem para ele com o respeito renovado. Turistas se aproximavam daquela ossada, impressionados que

ficavam pelo seu tamanho. Alguns deles perguntavam aos guias turísticos locais o que havia se passado e eles respondiam apenas: *tiburón*.

“O Velho e o Mar” finda suas páginas desta maneira: com os turistas admirando com espanto a enorme carcaça depositada na praia (alguns deles pensando que a carcaça pertencia a um tubarão). Enquanto isso, Santiago dorme em sua pobre cabana, tendo seu sono vigiado por Manolin.

3. Envelhecimento Humano e Literatura: uma proposta barthesiana

As questões referentes ao processo de envelhecimento humano tem ganhado destaque em diferentes campos da cultura, produzindo uma série de debates sobre o tema, ao mesmo tempo em que trazem novos desafios aos estudiosos da questão. Para Silva, os estudos acadêmicos envolvendo a temática objetivam “[...] analisar, problematizar e propor novas formas de compreensão do envelhecimento” (SILVA, 2008, p. 156). Neste sentido, a literatura pode ser utilizada como um instrumento para auxiliar nas questões referentes a esta problematização.

Assim, o texto literário pode ser compreendido para além da sequência de obras ou características que determinados escritos possuem e que os qualifica como pertencentes a um ou outro período literário. No caso específico do texto analisado por este artigo, interessa compreender o “jogo de palavras” (BARTHES, 1989, p. 17) que constrói os significantes em relação ao envelhecimento e a forma como Hemingway o apresenta através da figura de Santiago.

Essa premissa se torna possível quando se parte do pressuposto de que a literatura possui em si três forças primordiais, quais sejam elas, *mathesis*, *mimesis* e *semiosis* (BARTHES, 1989).

4. A *mathesis* em “O Velho e o Mar”

Para Barthes, a *mathesis* representa a capacidade que o texto literário tem de assumir em si outros saberes. Nesse sentido, Barthes afirma que:

[...] todas as ciências estão presentes no monumento literário. É nesse sentido que se pode dizer que a literatura, quaisquer que sejam as escolas em nome das quais ela se declara, é absolutamente,

categoricamente realista: ela é a realidade, isto é o próprio fulgor do real. [...] a literatura não diz que sabe alguma coisa, mas que sabe *de* alguma coisa; ou melhor; que ela sabe algo das coisas – que sabe muito sobre os homens (BARTHES, 1989, p. 18-19, o grifo acompanha o original).

A literatura carrega em si um processo de reflexão infinito, pois, através do texto escrito, o saber se recria constantemente produzindo uma série de discursos que, na opinião de Barthes (1989) em relação ao texto literário deixam de ser epistemológicos e passam a possuir um cunho dramático. Em essência, literatura carrega o texto de um sabor que a ciência não possui, ou seja, ela usa das palavras para criar “[...] projeções, explosões, vibrações, maquinarias e sabores: a escritura faz do saber uma festa” (BARTHES, 1989, p. 21)

Partindo da proposta barthesiana, pergunta-se: o que se torna possível saber sobre o envelhecimento humano a partir de uma leitura de “O Velho e o Mar”? Como as questões referentes ao significado do envelhecer estão presentes no texto? Logo nas páginas iniciais do livro algumas imagens⁴ traduzidas em palavras trazem uma marca negativa ao processo relativo ao envelhecer como se percebe na citação abaixo transcrita:

[...] A vela estava remendada com quatro velhos sacos de farinha e, assim ferrada, parecia o estandarte da perpétua derrota. O velho era magro e seco, com profundas rugas na parte de trás do pescoço. As manchas castanhas do benigno cancro da pele que o sol provoca ao reflectir-se no mar dos trópicos viam-se-lhe no rosto. As manchas iam pelos lados da cara abaixo, e as mãos dele tinham as cicatrizes profundamente sulcadas, que o manejo das linhas com peixe graúdo dá. Mas nenhuma destas cicatrizes era recente. Eram antigas como erosões num deserto sem peixes (HEMINGWAY, 1956, p. 03).

A escrita de Hemingway permite perceber que o velho passou uma vida inteira sofrendo a inclemência do sol tropical e que a dureza desta vida lhe deixou marcas pelo corpo, as quais a velhice apenas acentuou. De certa forma, é como se a natureza deixasse ainda mais velho o que naquele corpo já era velho. Isso pode ser constatado pelas expressões: “magro e seco”; “profundas rugas”; “manchas que iam

⁴ O conceito de imagem aqui é utilizado conforme a premissa proposta por Wunenburger principalmente no que se refere à questão da ficção. Neste sentido: “Designa invenções às quais não corresponde realidade alguma. Mas tudo o que é fictício em geral só o é relativamente, e em determinado momento. Além disso, podem existir ficções (assim como analogias) que são da competência de atividades racionais abstratas (em direito, em ciências), e não da imaginação no sentido estrito. [...] O termo ‘ficção’ [...] é muito frequente na filosofia analítica e na semiótica, que repousam numa oposição real-fictício” (WUNENBURGER, 2007, p. 09)

pelos lados da cara” e “cicatrizes profundamente sulcadas”, as quais são formas de reforçar a ideia da fragilidade física que o envelhecimento traz ao ser humano.

Para Silva (2008), a geriatria (cujo surgimento enquanto disciplina data do começo do século XX) corroborou com a construção desse tipo de referência, pois associou as características biológicas referentes ao envelhecimento humano com a degeneração do corpo e a decadência física que acompanha o processo. Para a autora: “A geriatria não só distingue a velhice das outras etapas da vida, mas também a define como decadência física” (SILVA, 2008, p. 159).

O texto de Hemingway também traz algumas passagens onde se demonstra como a comunidade de pescadores vê Santiago. Aqui se percebe uma diferença marcante entre a forma como o velho é tratado pelos pescadores mais jovens e pelos mais velhos. Quanto aos primeiros, eles fazem piadas grosseiras em relação à condição dele. Já os segundos ficam tristes quando Santiago está presente, mas o tratam com respeito⁵. Esta prerrogativa dá conta da forma como as pessoas compreendem o idoso e, nas palavras de Pessini e Siqueira esta compreensão:

[...] deve ser colocada no contexto dos seres humanos, em uma perspectiva histórica e temporal: o processo de acumular anos, do qual o idoso é uma parte e expressão concreta do tempo. Ser gente é estar situado no tempo. A temporalidade é constitutiva da existência humana (PESSINI E SIQUEIRA, 2013, p. 111).

Os jovens pescadores que riem de Santiago e da sua situação miserável não são capazes de compreender o sentido da alteridade, ou seja, não conseguem se colocar no lugar do outro, situação bastante comum nos dias atuais. No ensaio “Envelhecer e Morrer: alguns problemas sociológicos”, Norbert Elias discute sobre essa questão quando diz que as pessoas sabem que os idosos mesmo quando saudáveis, apresentam algumas dificuldades, como a locomoção por exemplo. Mas não podem imaginar o que isso significa, pois não alcançaram a idade daqueles para compreender a dimensão deste significado (ELIAS, 2001).

Para a geração de pescadores mais nova, a figura de Santiago remete ao que Pessini e Siqueira denominaram “cultura da obsolescência” (Pessini e Siqueira, 2013, p. 111), a qual na opinião dos autores, vê na pessoa idosa algo que pode ser descartado e segregado. Essa visão está diretamente relacionada à forma como a

⁵ “Sentaram-se no Terraço e muitos dos pescadores fizeram troça do velho e ele não se zangou. Outros, dos pescadores mais velhos, olhavam-no e ficavam tristes. Mas não o mostravam e falavam atenciosamente da corrente e dos fundos a que haviam deitado as linhas e do bom tempo firme e do que tinham visto” (HEMINGWAY, 1956, p.04).

nossa sociedade pensa as questões relativas ao consumo e a tecnologização das coisas e mesmo das pessoas (ROSELLÓ, 2009).

A sociedade capitalista em seu modelo de compreensão do mundo associou a questão da modernização tecnológica com a periodização da vida (SILVA, 2008). Nesse sentido, aquele que envelhece, quando não possui mais a força necessária para prover o seu sustento, ou quando atinge uma determinada idade a partir da qual deve ser afastado do trabalho passa a ser considerado improdutivo. Aos olhos de parte da sua comunidade Santiago é considerado improdutivo: afinal de que serve um pescador que não consegue pescar?

Quanto aos pescadores mais velhos, eles possuem uma compreensão maior da situação de Santiago e pode-se mesmo dizer que eles o veem como uma espécie de reflexo em um espelho. Santiago representa para eles o tempo que passa incólume: eles percebem na situação de pobreza e descrédito em que o pescador se encontra um futuro que pode ser o deles. Daí o sentimento de tristeza diante da sua presença, o que não os impede de tratá-lo com respeito. Para eles, devido ao fato de estarem mais próximos da idade de Santiago, o envelhecimento possui outro sentido.

Mas o envelhecimento humano não é representado em “O Velho e o Mar” somente através de imagens negativas. Em alguns momentos, Hemingway traz ao texto premissas que mostram outro olhar em relação ao envelhecer como visto na seguinte citação: “Tudo nele e dele era velho, menos os olhos, que eram da cor do mar e alegres e não vencidos” (HEMINGWAY, 1956, p. 03).

Comparar os olhos de Santiago ao mar remete a uma carga metafórica tão profunda quanto o oceano. A cor do mar oscila entre azul e verde, dependendo do reflexo do sol sobre a água. De acordo com o Dicionário de Símbolos a cor azul remete a ideias que auferem a espiritualidade, o desapego à vida mundana e a paz. Já a cor verde, traz em si questões inerentes à longevidade, força e esperança⁶.

Nesse sentido, é possível compreender que o texto de Hemingway remete a ideia do envelhecimento enquanto processo que permite ao ser humano ter uma dimensão mais completa em relação ao sentido da vida e, a partir dessa dimensão, ter a habilidade de ressignificar-se enquanto pessoa. Isso quer dizer que a alegria

⁶ Maiores informações ver: <<https://www.dicionariodesimbolos.com.br/significado-cor-azul/>>

da vida e a essência da juventude podem ser mantidas mesmo na velhice. Perceber os olhos “alegres e não vencidos” de Santiago é uma constatação desse fato.

Não é porque ele não pesca um peixe já faz 84 dias que ele deixa de ter esperanças. Tanto que ele parte em direção ao oceano mais uma vez. Todos ao seu redor podem se apiedar dele e sentir por ele algo que varia entre o desprezo e a consternação, mas ele não se permite sentir por si nenhuma coisa nem outra. É isso que faz com que ele continue em busca de seu objetivo.

Os olhos de Santiago, janelas de sua alma, revelam um velho dotado do ímpeto no sentido latino da expressão, ou seja, alguém que possui vigor e impulso para seguir adiante, independente da fase da vida em que se encontra. A força de Santiago provém de seu íntimo, origina-se no *anima*, alimenta-se de seu princípio vital, processo o qual não precisa de uma idade específica para ocorrer.

5. A obra de Hemingway e a *mimesis* barthesiana

Barthes informa que a segunda força da literatura está em sua capacidade de representar. Para o autor: “desde os tempos antigos até as tentativas de vanguarda, a literatura se afaina na representação de alguma coisa” (BARTHES, 1989, p. 22). E, o quê a literatura tenta representar? Simplesmente a realidade, algo que não pode ser representado. Porém, é justamente porque o ser humano deseja constantemente a representação do real através das palavras, que existe “[...] uma história da literatura” (BARTHES, 1989, p. 23).

A literatura não se rende aos ditames da realidade e é por isso que vai buscando e entremeando palavras através das quais se aproxima do contexto real, através de um jogo de verossimilhança no qual o texto literário permite que o universo que ele explora sirva de espelho para o universo em que se vive o cotidiano. É por esta razão que se pode ver em Santiago a figura de muitos outros velhos que são abandonados, que vivem em solidão ou esquecidos.

O texto também remete para a velhice como sinônimo de dependência, conforme a citação abaixo transcrita:

Onde te lavaste?, pensou o rapaz. O chafariz da aldeia era duas ruas abaixo. Tenho de ter aqui água para ele, e sabão e uma boa toalha. Porque sou tão distraído? Tenho de lhe arranjar outra camisa e um casaco para o Inverno e uns sapatos e outro cobertor (HEMINGWAY, 1965, p. 08).

No entanto, não necessariamente todas as pessoas envelhecem com um mesmo grau de dependência, seja ele em relação a sua força física, a sua situação financeira ou social. Para Elias o fator de dependência vai estar associado a “[...] todo curso de suas vidas e, portanto, [a] estrutura da sua personalidade” (ELIAS, 2001, p. 82). Embora seja um idoso pobre⁷, Santiago foge do processo de dependência a partir do momento em que segue trabalhando, mesmo diante da situação precária em que se encontra.

Desta forma o pescador resiste (como a própria literatura resiste) em fugir aos discursos tipificados em relação ao envelhecer, e suas ações no transcorrer da sua luta contra o peixe demonstram o desejo que ele tem em manter a sua autonomia enquanto pessoa e, portanto a sua independência. Assim, Santiago representa aqui a força resiliente enquanto força de resistência.

Seja devido à presença de Manolin em sua vida⁸, seja pelo fato de que Santiago percebe que, apesar da debilidade física do seu corpo a vida lhe trouxe outras armas com as quais lutar⁹, o velho pescador mantém uma atitude positiva perante a vida. Se as agruras de uma vida de pobreza o marcaram fisicamente, essa mesma vida lhe garantiu sabedoria e vontade. Nesse sentido, o texto de Hemingway conversa com a lógica da Psicologia Positiva mostrando que o “ser no mundo” (HEIDEGGER, 2012, p. 169) no qual se constitui o pescador possui um propósito de vida.

Mesmo envelhecido fisicamente, Santiago não deixa (e nem deixará) de ser um pescador. Na condição de mestre de Manolin, sente que ainda precisa ensinar algo ao menino. Para atingir tal objetivo ele necessita estar sempre preparado para enfrentar qualquer dificuldade, uma vez que: [...] “É preferível ter sorte. Mas eu prefiro ser exato. Assim, quando a sorte vem, está-se pronto para ela” (HEMINGWAY, 1965, p. 12).

⁷ Silva (2008) aponta que o termo “velho” está ligado a questão da pobreza e é utilizado principalmente para se referir às pessoas idosas em situação de vulnerabilidade econômica. Em todo o texto de Hemingway, salvo o tratamento carinhoso dado a Santiago por Manolin (velhote), o pescador é chamado de velho e sua situação de miséria é marcante.

⁸ Em alguns momentos do texto é possível perceber que o menino admira Santiago e esta admiração serve como mote para que ele continue sua trajetória de vida, apesar das adversidades. Essa questão pode ser percebida na passagem que segue: “- Qué va - disse o rapaz. -- Há muitos pescadores bons e alguns dos grandes. Mas tu és só tu” (HEMINGWAY, 1965, p. 09).

⁹ “Posso não ser tão forte como julgo - disse o velho. - Mas sei muitas manhas e tenho força de vontade” (HEMINGWAY, 1965, p. 09).

O trecho transcrito corrobora com a assertiva inerente ao propósito de vida. Santiago não confia apenas na sorte, ele se coloca em estado de alerta, pois prefere “ser exato” a contar com o acaso: isso significa que ele está disposto a alcançar seu objetivo mesmo que as demais pessoas ao seu redor não pensem que ele seja capaz disso, em virtude da sua idade.

O propósito de vida que acompanha o desejo de Santiago faz com que, durante toda a sua luta contra o peixe, o pescador não deixe de ter cuidados consigo mesmo, através de uma série de recomendações que faz a si próprio: “[...] e tenho de comer a ‘tuna’, para que as forças não me falem”. [...] “Come, que darás força à mão. A culpa não é dela, [...]. Trata de comer” (HEMINGWAY, 1965, p. 22). As ações que pautam a decisão de Santiago em se alimentar podem ser associadas ao que Foucault (1985) denominou cuidado de si.

Durante o transcorrer da história, nos momentos em que Santiago revela mais sobre a sua vida, é possível perceber que ele tomava várias precauções que possibilitavam a ele a preparação para atingir seu propósito de vida. Essa série de princípios tem por base a ideia da necessidade, a qual pode ou não ser momentânea, e ordenam um conjunto de ações que auferem em uma prática da existência (FOUCAULT, 1985). No caso do pescador, essas ações não foram momentâneas, mas sim advindas de uma “arte da existência” (FOUCAULT, 1985, p. 49):

E comia os brancos ovos para que lhe dessem força. Comia-os em Maio, para em Setembro e Outubro, ter força para o peixe graúdo. Bebia também um copo de óleo de fígado de tubarão, todos os dias, no armazém onde muitos pescadores guardavam a palamenta. Havia-o lá para aqueles que o quisessem. A maior parte deles detestava-lhe o sabor. Mas não era pior do que levantar-se um homem à hora que eles se levantavam, e fazia muito bem aos resfriamentos e gripes, e era bom para os olhos (HEMINGWAY, 1965, p. 14).

As atitudes tomadas por Santiago revelam que ele faz o possível ao seu alcance para garantir a sua autonomia enquanto pessoa e, portanto, manter o seu lugar no mundo. As medidas preventivas, como por exemplo, beber óleo de fígado de tubarão, evitam doenças que poderiam impedir que ele exercesse sua profissão adequadamente.

O pescador não mostra sua convicção em seu propósito de vida exclusivamente através de ações cujo objetivo é salvaguardar seu corpo físico,

mantendo-o forte e saudável. Em algumas passagens do texto, é na espiritualidade que Santiago vai buscar a força que lhe falta, mostrando mais uma vez como a aproximação com a realidade é uma premissa que permite entender “O Velho e o Mar” enquanto metáfora da vida humana:

- Não sou religioso. Mas vou dizer dez Padre-Nossos e dez Ave-Marias, para que apanhe este peixe, e prometo ir em peregrinação à Virgem de Cobre, se o apanhar. Isto é promessa.

Começou a dizer mecanicamente as orações.

Às vezes estava tão cansado que não se lembrava da oração, e tinha de as dizer depressa, para que saíssem automaticamente. E pensou: as ave-marias são mais fáceis de dizer que os padre-nossos.

- Ave Maria, cheia de Graça, o Senhor é convosco. Bendita sois Vós entre as mulheres, bendito é o fruto do Vosso ventre, Jesus. Santa Maria, Mãe de Deus, rogai por nós, pecadores, agora e na hora da nossa morte. Amén. - E, depois, acrescentou: - Santa Virgem roga pela morte deste peixe. Apesar de ele ser maravilhoso (HEMINGWAY, 1965, p. 25).

A oração traz consolo ao coração de Santiago, mesmo que fisicamente ele continue sentindo muitas dores e um grande desconforto. Assim, esta passagem remete a um estado de transcendência, que, de acordo com Vieira (2010) permite aos sujeitos melhores condições psicológicas quanto ao enfrentamento de situações estressantes, garantindo-lhe maior possibilidade de resistir a elas.

Hemingway mimetiza em Santiago duas qualidades que, em tese, o ser humano adquire com o passar dos anos, quais sejam elas, a sabedoria e a paciência. Em alguns momentos do texto é possível observar que determinados detalhes notados pelo velho pescador só são possíveis devido à sabedoria que angariou depois de anos trabalhando em alto-mar: “Se há furacão, a gente, andando no mar, vê os sinais dele no céu, muitos dias antes. Em terra ninguém vê, porque não se sabe que distinguir. A terra há-de também influir na forma das nuvens. Mas não está para vir nenhum furacão” (HEMINGWAY, 1965, p. 24).

Quanto à questão que envolve a paciência, é possível percebê-la através de atitudes que Santiago toma durante a batalha que trava com o peixe. Depois de estar no mar por pelo menos dois dias e duas noites sem dormir, quando começa sua batalha final contra a sua presa gigantesca, o pescador reflete sobre a necessidade de ter “[...] calma e força [...]” (HEMINGWAY, 1965, p. 35).

As características de sabedoria e paciência inerentes a Santiago corroboram com a máxima preconizada por Cícero, segundo a qual: “[...] a irreflexão assinala a idade juvenil, enquanto a prudência qualifica a velhice” (CÍCERO, s/d, p. 33). Assim,

não necessariamente a força física, ou, o vigor da juventude constituem elemento preponderantes para que os sujeitos alcancem ou tenham propósitos de vida.

A sabedoria e a paciência parecem como elementos importantes garantindo prestígio ao idoso, bem como o tornando sujeito primordial quanto à tomada de decisões em virtude da experiência de vida que angariou durante a sua existência.

6. Figurações da *semiosis* em Santiago: “O Velho e o Mar”, metáfora da vida

A *semiosis* pode ser definida como a ciência dos signos. Para Barthes (1989), a origem dessa linha de conhecimento está na linguística¹⁰. De acordo com o pensador francês, a *semiosis* tem por base de análise o texto literário em si, bem como as palavras que constituem esse texto.

Ao tomá-lo como parâmetro para análise, a *semiosis* cria um “[...] lugar inclassificado, atópico, por assim dizer, longe dos *topoi* da cultura politizada [...]” (BARTHES, 1989, p. 39). Assim, o texto literário serve de cenário para a construção do intangível que se soergue em relação ao discurso coletivo, corrigindo-o e trazendo consigo novas verdades.

Diante de uma cultura que considera o velho obsoleto, conforme auferido em outra instância deste artigo, pergunta-se que novas verdades “O Velho e o Mar” poderia trazer a contemporaneidade. Quais seriam as interpretações em relação ao envelhecimento (e em relação à própria vida) que uma leitura deste livro poderia oferecer?

A estrutura da obra já aponta para algo diferenciado. O texto não é extenso, o desenrolar da história não apresenta extremo grau de complexidade, nem muitas variações em termos de ambiente, já que praticamente todo o contexto se desenvolve tendo como aporte o velho em sua solitária luta com o peixe. De acordo com Jorge de Sena, tradutor da edição utilizada neste artigo, o texto é, antes de tudo “[...] um breve poema em prosa, uma epopeia de simples trama, singelamente narrada” (HEMINGWAY, 1965, p. 03).

¹⁰ “Por seus conceitos operatórios, a semiologia, que se pode definir canonicamente como a ciência dos signos, saiu da linguística” (BARTHES, 1989, p. 31). O autor ainda afirma que este campo do saber representa, em última instância a desconstrução da própria linguística.

Mas é a partir destes detalhes que a obra adquire um novo contexto a partir do momento em que se percebe que Santiago pode ser qualquer pescador pobre, já que as linhas iniciais do texto o apresentam como “[...] um velho que pescava sozinho num esquife na Corrente do Golfo, e saíra já por oitenta e quatro dias sem apanhar um peixe” (HEMINGWAY, 1965, p. 03). Ou dito de outra forma, uma pessoa idosa em situação de miséria. A figuração de muitos idosos que podem ser encontrados cotidianamente.

Santiago é um herói anônimo que luta pela sua sobrevivência e que reflete a necessidade de o ser humano ser valorizado enquanto pessoa, independente da idade. Neste sentido, a figura do pescador propõe vários questionamentos, entre eles qual a especificidade do ser no mundo (HEIDEGGER, 2012). Por isso sua batalha pela existência é tão comovente e faz com que as pequenas vitórias que conquista tragam uma sensação de esperança a quem se debruça sobre as páginas do livro:

A cabeça do tubarão estava fora de água e o dorso vinha saindo, e o velho ouvia a pele e a carne a rasgarem-se no grande peixe, quando cravou o arpão na cabeça do tubarão, no ponto de intersecção da linha dos olhos com a linha do nariz. Tais linhas não existiam. Existiam apenas a possante cabeça de um azul ferrete e os grandes olhos e as queixadas investindo estrelajantes e de engolir tudo. Mas era aquela a localização do cérebro, e o velho feriu. Feriu-o com as suas mãos ensanguentadas, que manejavam vigorosamente um bom arpão. Feriu sem esperança, mas com decisão e total malignidade (HEMINGWAY, 1965, p. 40- 41).

Santiago tem experiência suficiente para saber que a batalha que trava com os tubarões é uma batalha perdida. No entanto, ele mantém uma chama de esperança¹¹. Mas, à medida que os tubarões farejam o sangue do peixe na água e vão devorando-lhe a carne, o pescador admite a sua derrota: “Estás cansado, velho – disse. – Estás cansado de todo” (HEMINGWAY, 1965, p. 43).

Porém, isso não é motivo para que ele desista de lutar: “Não podia esperar matá-los, pensou. No meu tempo, sim. Mas magoei-os de verdade, e nenhum deles se deve sentir muito bem. Se tivesse um pau com duas pegadas, matava de certeza o primeiro” (HEMINGWAY, 1965, p. 44).

Os recortes retirados do texto de Hemingway mostram que sua obra aponta para perspectivas que buscam o respeito pela dignidade humana diante de

¹¹ “Mas o homem não foi feito para a derrota - disse. - Um homem pode ser destruído, mas não derrotado” (HEMINGWAY, 1965, p. 40).

situações adversas, caracterizadas por Santiago e o contexto no qual ele está envolvido. Neste sentido, a obra resgata a “globalidade da pessoa” (ROSELLÓ, 2009, p. 22), sem reduzi-la ao pragmatismo social vigente que considera alguns sujeitos mais aptos que outros a realizar determinadas atividades ou a praticar determinadas ações.

A luta protagonizada por Santiago marca o caminho oposto ao do pensamento da sociedade ocidental contemporânea através do qual “[...] os fenômenos de instrumentalização da pessoa humana são mais frequentes do que se desejaria” (ROSELLÓ, 2009, p. 23). O pescador e sua jornada revelam que toda a pessoa é em si um fim e, portanto não deve ser tratada de forma objetificada.

Essa questão pode ser comprovada no respeito renovado com o qual Santiago passa a ser visto quando chega à costa com o que restou de seu peixe preso ao seu barco:

Vários pescadores rodeavam o esquiife, olhando para o que a ele estava amarrado, e um estava metido na água, de calças arregaçadas, a medir com uma linha o esqueleto.

[...]

- Tinha mais de seis metros do nariz à cauda – exclamou o pescador que estava a medir (HEMINGWAY, 1965, p. 47).

Em sua luta Santiago reencontra a dignidade perdida. Mais que provar algo a comunidade que o julga fadado ao fracasso por ser um homem idoso, Santiago recupera em sua luta contra o peixe a sua essência enquanto ser humano. A leitura do livro faz perceber que o processo do envelhecimento traz uma mudança de posição da pessoa na sociedade e automaticamente nas relações que essa pessoa tem com os outros, acarretando em um processo de vulnerabilidade social o qual deve ser combatido. (ROSELLÓ, 2009).

7. Considerações finais

Utilizar da literatura como aporte para produzir reflexões sobre o envelhecimento humano permite perceber alguns elementos cruciais os quais auferem respostas às perguntas que a leitura do texto de Ernest Hemingway, “O Velho e o Mar”, suscitou.

É importante ressaltar que é possível pensar a literatura enquanto força de resistência em relação a discursos que se produzem cotidianamente em relação ao

envelhecimento humano, possibilitando novas atitudes e novas percepções em relação a esta fase da vida. Vale ressaltar que este processo de entendimento não é construído de um momento para outro, mas exige a capacidade dos sujeitos envolvidos estarem dispostos à mudança em relação à compreensão das coisas, exercitando o princípio da alteridade.

A literatura também pode servir como ferramenta para que o sujeito consiga maior compreensão sobre si mesmo e sobre princípios que carregam particularidades entre elas a sabedoria que a pessoa vai angariando ao longo dos anos, possibilitando-lhe outra consciência quanto à tomada de decisões. Tal processo amplia a visão de mundo que o sujeito possui bem como a percepção que tem da própria existência.

Assim, a sabedoria figura enquanto elemento que possibilita uma forma de ver o mundo e uma forma de ser no mundo a qual somente a experiência de vida pode compor. E ela traz conforto no que tange ao processo da existência, pois promove uma reflexão sobre si e proporciona maior segurança ao sujeito.

A leitura de “O Velho e Mar” permite compreender que a experiência de uma vida pode ser vista enquanto maneira de construir novas significação para o ato de viver, permitindo que o sujeito protagonista da sua história alcance uma transcendência que se torna propósito de vida, angariando-lhe a força necessária para a sobrevivência mesmo diante de contextos difíceis e estressantes.

8. REFERÊNCIAS:

BARTHES, R. *Aula*. Tradução: Leyla Perrone-Moisés, São Paulo: Cultrix, 1989.

CÍCERO. *A Velhice Saudável*. Tradução: Luiz Feracine, São Paulo: Editora Escala, s/d.

ELIAS, N. *A Solidão dos Moribundos: seguido de Envelhecer e Morrer*. Tradução Plínio Dentzien, Rio de Janeiro: Zahar, 2001.

FOUCAULT, M. *História da Sexualidade: o Cuidado de Si*. Tradução: Maria Thereza da Costa Albuquerque, Rio de Janeiro: Edições Graal, 1985.

HEIDEGGER, M. *Ser e Tempo*. Tradução de Fausto Castilho. Campinas, SP: Editora da UNICAMP; Petrópolis, RJ: Editora Vozes, 2012.

HEMINGWAY, E. *O Velho e o Mar*. Tradução de Jorge de Sena. Edição Livros do Brasil, s/l, 1956, disponível em:
<https://agrupamentoidanha.com/ficheiros/d3351020JaM31DRx5b.pdf>

IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. *População brasileira deve chegar ao máximo (228,4 milhões) em 2042*. 2013 Disponível em:
<http://saladeimprensa.ibge.gov.br/noticias.html?view=noticia&id=1&idnoticia=2455&busca=1&t=populacao-brasileira-deve-chegar-maximo-228-4-milhoes-2042>.

PLACCO, V. M. N. S. Resiliência e desenvolvimento pessoal. TAVARES, J. (org) *Resiliência e Educação*. São Paulo: Cortez, 2001. p.7-12.

PESSINI, L. e SIQUEIRA, J. E. Bioética, Envelhecimento Humano e Dignidade no Adeus à Vida. In: FREITAS, E. V. et al. *Tratado de Geriatria e Gerontologia*. 3 ed, Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2013, pp. 107-116.

SEQUEIRA, C. *Cuidar de Idosos com Dependência Física e Mental*. Lisboa: Lidel, 2010.

SILVA, L. R. F. Da Velhice à Terceira Idade: o percurso histórico das identidades atreladas ao processo de envelhecimento. In: *História, Ciências: Saúde. Manguinhos*, Rio de Janeiro, v. 15, n. 1, pp. 155-168, jan.- mar. 2008.

ROSELLÓ, F. T. *Antropologia do Cuidar*. Tradução: Guilherme Laurito Summa. Petrópolis, RJ: Vozes, 2009.

TODOROV, T. *A Literatura em Perigo*. Tradução: Caio Meira, 3 ed, Rio de Janeiro: DIFEL, 2010.

VIEIRA, S. P. Resiliência como força interna. In: *Revista Kairós*, São Paulo, Caderno Temático 7, junho 2010, pp. 21-30.

WUNENBURGER, J. J. *O Imaginário*. Tradução: Maria Stela Gonçalves, São Paulo: Edições Loyola, 2007.

<<https://efemeridesdoefemello.com/2014/10/28/ernest-hemingway-ganha-nobel-de-literatura/>> acesso 24 de setembro de 2018.

<<https://www.dicionariodesimbolos.com.br/significado-cor-azul/>> acesso em 28 de setembro de 2018.

<https://www.ebiografia.com/ernest_hemingway/> acesso em 24 de setembro de 2018.

APÊNDICES

APÊNDICE I – PRODUTO TÉCNICO



Programa de Desenvolvimento de Resiliência em Isosos

Diante do processo de envelhecimento populacional e devido ao aumento da expectativa de vida, questões essas instauradas mundialmente, compreende-se a necessidade de criar e desenvolver estratégias que possibilitem a autonomia da população idosa, pois o envelhecimento gera alterações na condição da pessoa, devido a uma série de questões tais como as perdas cognitivas, as quais podem causar: limitações; incapacidades de mobilidade e de tomada de decisões (SEQUEIRA 2010). Por estas e outras razões, é importante promover o envelhecimento saudável e ativo.

De acordo com Pinheiro (2004), cada indivíduo reage de maneira diferente quando do processo de envelhecimento, em decorrência das suas particularidades e subjetividades. Alguns se apresentam mais fragilizados, enquanto outros demonstram competência no enfrentamento e manejo de situações e fatores estressantes, desenvolvendo mecanismos de proteção a essas situações, aos quais a autora denomina enquanto fatores de proteção, ou de resiliência (PINHEIRO, 2004).

Seguindo este raciocínio, o conceito de resiliência apresenta-se dentre as estratégias as quais o idoso pode valer-se para enfrentar as adversidades do processo de envelhecimento. Segundo Placco (2001), este conceito refere-se à capacidade que o indivíduo tem de responder aos desafios e dificuldades através de atitudes e comportamentos que revelam a sua flexibilidade e capacidade de articulação/superação; além de uma rápida recuperação diante de circunstâncias desfavoráveis, mantendo um equilíbrio dinâmico no decorrer e após a adversidade.

Para Nascimento e Calsa (2016), a resiliência é um fator importante a ser discutido em se tratando de idosos, pois se relaciona à capacidade de autonomia dos mesmos para criar estratégias com o intuito de enfrentar as dificuldades do cotidiano de forma saudável constituindo ferramenta para o cuidado de si (FOUCAULT, 1985).

Pensando em todos estes aspectos este roteiro de oficinas foi criado e dele fizeram parte pessoas idosas que participam do projeto UNAMI/UEMS - Universidade Aberta para a Melhor Idade da Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul. Todos e todas que se propuseram a contribuir com a pesquisa e cooperaram com as oficinas, assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido através do qual foram devidamente informados dos trâmites que envolveriam o trabalho. Este projeto foi protocolado e aprovado junto ao Comitê de Ética



com Seres Humanos (CESH) da Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul, sob o número CAAE: 76741517.8.0000.8030.

A UNAMI/UEMS é um projeto de extensão desenvolvido desde 2014, e promove a integração da população com idade mínima de 55 anos em atividades diversas¹, as quais são desenvolvidas no ambiente universitário. As ações desenvolvidas pelo projeto disseminam o conhecimento nas mais diversas áreas, proporcionam um estilo de vida saudável e melhoram a qualidade de vida dessa população.

Seguindo os conceitos de resiliência e buscando relacioná-los a proposta da UNAMI/UEMS este roteiro de oficinas foi desenvolvido para promover intervenções psicossociais com os idosos visando à melhoria da sua qualidade de vida, auxiliando no enfrentamento dos desafios do envelhecimento e na descoberta de suas potencialidades.

Neste contexto, e entendendo as prerrogativas de Barthes (1977), a literatura foi utilizada como base para a criação de tecnologias/ferramentas educativas em saúde, no caso uma metodologia que auxilie no entendimento sobre as questões que envolvem o conceito de resiliência.

Através deste pressuposto, se propõe o estímulo a criação de mecanismos que possibilitem um envelhecimento saudável. Porém, promover atividades com idosos exige, acima de tudo, levar em consideração sua linguagem, sua história de vida, suas condições e limites cognitivos, emocionais e físicos, dentre outros.

As práticas desenvolvidas neste cenário propiciaram aos participantes uma série de benefícios entre eles melhor interação social e estímulo mental, o que acarretou no desenvolvimento de um sujeito de si (FOUCAULT, 1985) dentro das suas possibilidades, tornando-o suficiente para superar desafios e ser autônomo.

O roteiro de oficinas que segue proposto neste trabalho pode sofrer alterações de acordo com a necessidade e de acordo com o público ao qual ele será destinado. Cabe ao proponente articulá-lo de acordo com a realidade na qual está integrado, demonstrando assim o conhecimento que ele possui desta realidade. Por isso as oficinas não seguem um cronograma com tempo de duração das atividades, mas uma ordem para elas sigam corretamente seus objetivos.

¹ O projeto de extensão é uma atividade desenvolvida pelo curso de graduação em Enfermagem da UEMS, e conta com o apoio interdisciplinar de vários outros cursos de graduação como Turismo, Direito, Letras, Engenharia Ambiental e Economia. No ano de 2017, passaram a integrar o quadro do projeto na condição de ministrantes de oficinas, professores de outras instituições de ensino superior (IES), da área de Biomedicina.



REFERÊNCIAS

- BARTHES, R. A Aula. Trad. Leyla Perrone-Moisés. São Paulo: Cultrix, 1989.
- FOUCAULT, M. *História da Sexualidade: o cuidado de si*. Rio de Janeiro: Graal, 1985.
- NASCIMENTO, M.C.; CALSA, G.C. Resiliência e idosos: revisão da produção acadêmica brasileira, 200- 2015. *Revista Kairós Gerontologia*, São Paulo, v.19, n.1, p. 255-272, 2016.
- PINHEIRO, D. P. N. A resiliência em discussão. *Psicologia em Estudo*, Maringá, v. 9, p. 67-75, 2004. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/pe/v9n1/v9n1a09>. Acesso em 23 set. 2016.
- PLACCO, V. M. N. S. Resiliência e desenvolvimento pessoal. TAVARES, J. (org) *Resiliência e Educação*. São Paulo: Cortez, 2001. p.7-12.
- SEQUEIRA, C. *Cuidar de Idosos com Dependência Física e Mental*. Lisboa: Lidel. (2010).



Roteiro das Oficinas

- Oficina 1

TEMA: Quebrar o gelo

OBJETIVOS

GERAL

- Identificar a visão dos sujeitos sobre si quanto a resiliência.

ESPECÍFICOS

- Conhecer os participantes;
- Identificar o conhecimento prévio sobre o conceito de resiliência.

Conteúdo Programático

- Dinâmica Quebra gelo;
- Aplicação de Questionário;
- Roda de conversa.

Metodologia

- A oficina será desenvolvida através de técnicas de trabalho em grupo e aplicação de um questionário.

Estratégia de Ensino

Toda atividade e/ou questionário será explicado e/ou lido pelo condutor.

Etapa 1: Dinâmica: "Quebra gelo".

Etapa 2: Será aplicado um pequeno questionário para identificar conhecimentos prévios que os idosos trazem sobre resiliência, descrevendo-os no questionário. (Se o idoso não souber escrever ou não consegue escrever pede-se que o condutor ou um ajudante transcreva para o questionário a resposta do idoso).



Etapa 3: Roda de conversa sobre resiliência.

Intervalo: 20 minutos.

Etapa 4: Cada participante discorrerá livremente, o que achou da dinâmica e sobre o sentido de "ser" resiliente. (Se o idoso não souber escrever ou não consegue escrever pede-se que o condutor ou um ajudante transcreva para o questionário a resposta do idoso).

Etapa 5: O condutor fará o encerramento da oficina.

Avaliação

A avaliação ocorrerá a partir do questionário sobre o que eles já conheciam em relação ao conceito de resiliência. Para encerrar, será solicitado aos alunos uma breve atividade de modo a expressarem a percepção que tiveram da oficina.

Cronograma

- Dinâmica de Grupo (Etapa 1);
- Levantamento de conhecimentos prévios (Etapa 2);
- Roda de Conversa (Etapa 3);
- Intervalo
- Atividade livre sobre a oficina e resiliência (Etapa 4);
- Fechamento (Etapa 5)

Dinâmica

Conhecendo e aprendendo

O objetivo dessa dinâmica de quebra gelo para idosos é promover uma integração maior entre os participantes de um grupo que já tenha alguma convivência.

Procedimento: Formar um círculo com o grupo da terceira idade.

Materiais: Um objeto pequeno, podendo ser uma bola por exemplo.

Explicar aos participantes que será dada uma oportunidade para que aprendam mais uns sobre os outros.

Quem estiver com a bola deve passá-la à outra pessoa que deverá dizer seu nome e revelar algo diferente sobre si (uso lente de contato, por exemplo, ou tenho um cachorro).



Quando todos tiverem falado, explicar que na segunda rodada eles terão que passar a bola a alguém e dizer o nome da pessoa e o que ela disse na rodada anterior.

Dicas: Observar quais participantes estão prestando atenção e conseguem lembrar das informações que seu colega falou. Caso algum tenha muita dificuldade, pedir que os outros participantes o ajudem.

Apontar a importância de saber ouvir, que muitas vezes estamos muito preocupados com o que vamos dizer, e esquecemos de prestar atenção no que nos é dito.

Tempo de aplicação: 15 minutos

Número máximo de pessoas: 20

Número mínimo de pessoas: 4

Referências Bibliográficas

LUPERINI, R. Dinâmicas e jogos na empresa: método, instrumento e práticas de treinamento. Trad. João Batista Kreuch. 2 ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2018.

VIEIRA, S. P. Resiliência como força interna. Revista *Kairós*, São Paulo, Caderno Temático 7, junho 2010, pp. 21-30.



Questionário I – Oficina I

Nome: _____ Idade: _____

Data: ____/____/____

- a) O senhor/senhora já ouviu falar sobre resiliência? Se já, descreva-a. Mas se nunca ouviu falar escreva o que acha que é.

- b) O senhor/senhora acha que as pessoas podem desenvolver resiliência? Se sim, pontue que tipo de situações como sendo situações nas quais as pessoas desenvolvem a resiliência?



Questionário II - Oficina I

Nome: _____ Idade: _____

Data: ____/____/____

a) Escreva o que achou sobre a Dinâmica "Quebra - Gelo":

b) De acordo com Roda de Conversa sobre Resiliência escreva sobre o sentido de "ser" resiliente?



Oficina 2

TEMA: Leitura fílmica de “O Velho e o mar”

OBJETIVOS

GERAL

- Apresentar a obra “O velho e o mar”.

ESPECÍFICOS

- Demonstrar figurativamente o processo de resiliência dentro do filme;

Conteúdo Programático

- Leitura fílmica de “O velho e o mar”;
- Roda de conversa sobre o Filme.

Metodologia

- A oficina será desenvolvida através da reprodução de mídia e de técnicas de trabalho em grupo.

Estratégia de Ensino

Toda atividade e/ou questionário será explicado e/ou lido pelo condutor.

Etapa 1: Reprodução do filme.

Intervalo: 20 min

Etapa 2: Roda de conversa sobre o Personagem Santiago.

Etapa 3: Cada participante descobrirá livremente por escrito e/ou por desenho o que achou do filme, sobre Santiago e sua superação das adversidades. (Se o idoso não souber escrever



pede-se que o condutor ou um ajudante transcreva para o questionário a resposta do Idoso). O Condutor sempre lê juntamente a atividade com os Idosos.

Etapa 5: O condutor fará o encerramento da oficina.

Avaliação

A avaliação ocorrerá a partir da atividade, de modo a expressarem a percepção que tiveram da oficina.

Cronograma

- Reprodução de mídia. (Etapa 1);
- Intervalo;
- Roda de Conversa (Etapa 2);
- Atividade sobre o filme e o assunto da roda de conversa (Etapa 3);
- Fechamento (Etapa 4)

Referências Bibliográficas

CANAU, J. *Memória e Identidade*. Tradução: Maria Leticia Ferreira. São Paulo: Contexto, 2012.

FOUCAULT, M. *História da Sexualidade: o cuidado de si*. Rio de Janeiro: Graal, 1985.

HEMINGWAY, E. *O Velho e o mar*. 8 ed, Trad. Fernando de Castro Ferro. Rio de Janeiro: Editora Civilização Brasileira, 1962.

VIEIRA, S. P. Resiliência como força interna. *Revista Kairós*, São Paulo, Caderno Temático 7, junho 2010, pp. 21-30.



Oficina 3

TEMA: Trechos de “O velho e o mar”

OBJETIVOS

GERAL

- Expressar o processo de resiliência através de projeção com desenhos e pinturas da leitura filmica de “O Velho e o Mar”.

ESPECÍFICOS

- Aproximar a obra “O velho e o mar” da realidade do público (idosos);
- Refletir sobre envelhecimento, resiliência e memória.

Conteúdo Programático

- Leitura dos trechos relevantes do livro “O Velho e o mar”;
- Roda de conversa sobre os trechos apresentados ;
- Atividade de desenho livre.

Metodologia

- A oficina será desenvolvida através de leituras de trechos da obra “O Velho e o Mar”, técnicas de trabalho em grupo e atividade lúdica com lápis de cor e de desenho livre.

Estratégia de Ensino

Etapa 1: Leitura de trechos da obra “O Velho e o Mar”.

Intervalo: 20 min.

Etapa 2: Roda de conversa sobre Santiago, envelhecimento, resiliência e memória.

Etapa 3: Cada participante fará desenhos ou pinturas livremente em uma folha de papel.



Etapa 5: O condutor fará o encerramento da oficina.

Avaliação

A avaliação ocorrerá a partir atividade de desenho e pintura livre, de modo a expressarem as práticas de resiliência que foram identificadas por eles na obra "O velho e o Mar".

Cronograma

- Leituras de trecho do livro. (Etapa 1);
- Intervalo;
- Roda de Conversa (Etapa 2);
- Atividade de desenho e pintura livre. (Etapa 3);
- Fechamento (Etapa 4)

Referências Bibliográficas

CANDAUI, J. *Memória e Identidade*. Tradução: Maria Leticia Ferreira. São Paulo: Contexto, 2012.

FOUCAULT, M. *História da Sexualidade: o cuidado de si*. Rio de Janeiro: Graal, 1985.

HEMINGWAY, E. *O Velho e o Mar*. 8 ed, Trad. Fernando de Castro Ferro. Rio de Janeiro: Editora Civilização Brasileira, 1962.

VIEIRA, S. P. Resiliência como força interna. *Revista Kairós*, São Paulo, Caderno Temático 7, junho 2010, pp. 21-30.



Oficina 4

TEMA: Resiliência e sentido de vida

OBJETIVOS

GERAL

- Apresentar o conceito de resiliência e Logoterapia.

ESPECÍFICOS

- Explicitar o que é resiliência e a sua importância;
- Expor sobre a logoterapia no desenvolvimento de resiliência para superar adversidades;
- Refletir sobre envelhecimento, resiliência, memória e sentido de vida.

Conteúdo Programático

- Descrever o conceito de Resiliência ;
- Descrever a Logoterapia;
- Explicitar como estes dois termos podem auxiliar no desenvolvimento de bem-estar e de superação de adversidades;
- Roda de conversa;
- Atividade livre para expressar o que entendeu sobre os conceitos apresentados na oficina.

Metodologia

- A oficina será desenvolvida através de apresentação de slides, técnicas de trabalho em grupo e atividade livre.

Estratégia de Ensino

Etapa 1: Apresentação de Slides sobre resiliência e logoterapia.

Intervalo: 20 min.

Etapa 2: Roda de conversa sobre sentido da vida.



Etapa 3: Cada participante fará uma atividade textual livre em uma folha de papel.

Etapa 4: O condutor fará o encerramento da oficina.

Avaliação

A avaliação ocorrerá a partir atividade textual livre, de modo a expressarem o seu entendimento de resiliência e sentido da vida.

Cronograma

- Apresentação de slides. (Etapa 1);
- Intervalo;
- Roda de Conversa (Etapa 2);
- Atividade textual livre (Etapa 3);
- Fechamento (Etapa 4)

Referências Bibliográficas

CANDAUI, J. *Memória e Identidade*. Tradução: Maria Leticia Ferreira. São Paulo: Contexto, 2012.

FOUCAULT, M. *História da Sexualidade: o cuidado de si*. Rio de Janeiro: Graal, 1985.

FRANKL, V. E. *Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração*. Petrópolis: Vozes, 2006.

_____. *Um sentido para a vida*. Aparecida: Santuário, 1989.

_____. *O sofrimento de uma vida sem sentido: caminhos para encontrar a razão de viver*. Tradução Karlenu Bocarro. — 1. Ed. — São Paulo: E Realizações, 2015.

HEMINGWAY, E. *O Velho e o Mar*. 8 ed, Trad. Fernando de Castro Ferro. Rio de Janeiro: Editora Civilização Brasileira, 1962.

VIEIRA, S. P. Resiliência como força interna. *Revista Kairós*, São Paulo, Caderno Temático 7, junho 2010, pp. 21-30.



Oficina 5

TEMA: Ser resiliente

OBJETIVOS

GERAL

- Verificar se os participantes se percebem enquanto seres resilientes.

ESPECÍFICOS

- Identificar como cada sujeito se percebe em relação ao desenvolvimento de resiliência (se identifica como resiliente ou não);
- Identificar o que aprendeu nas oficinas para desenvolver qualidade de vida (autonomia) e resiliência;

Conteúdo Programático

- Realizar reflexões sobre as adversidades e como manter a qualidade de vida mesmo em meio as dificuldades.
- Atividade textual livre para expressar como se percebe. (Se o idoso não souber escrever pede-se que o condutor ou um ajudante transcreva para o questionário a resposta do Idoso). O Condutor sempre lê juntamente a atividade com os Idosos.

Metodologia

- A oficina será desenvolvida através de técnicas de trabalho em grupo e atividade livre.

Estratégia de Ensino

Etapa 1: Roda de conversa

Intervalo: 20 min.



Etapa 2: Cada participante fará uma atividade livre em uma folha de papel sobre como se percebe.

Etapa 3: O condutor fará o encerramento da oficina.

Avaliação

Cada participante discorrerá livremente por escrito e/ou por desenho sobre como se percebe em relação a resiliência e sua superação das adversidades. (Se o idoso não souber escrever pede-se que o condutor ou um ajudante transcreva resposta do Idoso). O Condutor sempre lê juntamente a atividade com os Idosos.

Cronograma

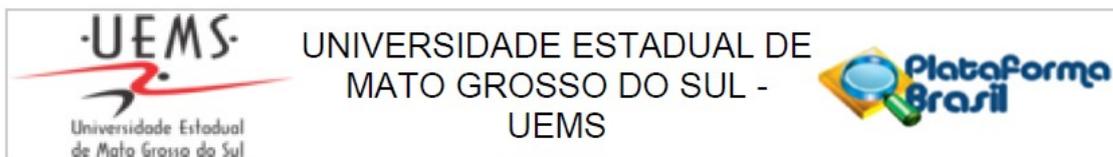
- Roda de Conversa. (Etapa 1);
- Intervalo;
- Atividade textual livre. (Etapa 2);
- Fechamento (Etapa 3)

Referências Bibliográficas

- CANDAUI, J. *Memória e Identidade*. Tradução: Maria Leticia Ferreira. São Paulo: Contexto, 2012.
- FOUCAULT, M. *História da Sexualidade: o cuidado de si*. Rio de Janeiro: Graal, 1985.
- FRANKL, V. E. *Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração*. Petrópolis: Vozes, 2006.
- _____. *Um sentido para a vida*. Aparecida: Santuário, 1989.
- _____. *O sofrimento de uma vida sem sentido: caminhos para encontrar a razão de viver*. Tradução Karlenu Bocarro. — 1. Ed. — São Paulo: E Realizações, 2015.
- HEMINGWAY, E. *O Velho e o Mar*. 8 ed, Trad. Fernando de Castro Ferro. Rio de Janeiro: Editora Civilização Brasileira, 1962.
- VIEIRA, S. P. Resiliência como força interna. *Revista Kairós*, São Paulo, Caderno Temático 7, junho 2010, pp. 21-30.

ANEXO

ANEXO I – PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: RESILIÊNCIA EM IDOSOS e UMA PROPOSTA DE OFICINAS PARA DESENVOLVIMENTO DE RESILIÊNCIA

Pesquisador: PAULO RAMSES DA COSTA

Área Temática:

Versão: 2

CAAE: 76741517.8.0000.8030

Instituição Proponente: FUNDAÇÃO UNIVERSIDADE ESTADUAL DE MATO GROSSO DO SUL

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 2.362.828

Apresentação do Projeto:

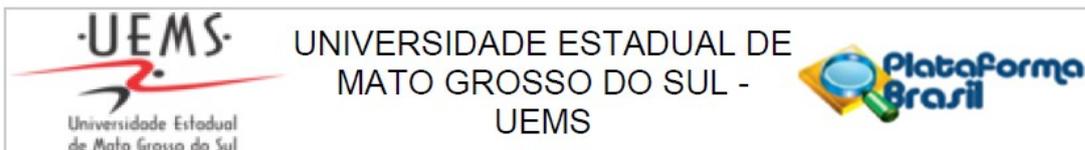
A pesquisa envolve um estudo com idosos para o desenvolvimento de oficinas com o objetivo de conceituar e desenvolver a resiliência em idosos através de atividades filmográficas, literárias e de estímulos cognitivos. O estudo tem abordagem qualitativa, do qual participarão os idosos inscritos no projeto Unami Universidade Aberta da Melhor Idade, da Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul (UEMS). A coleta de dados se dará por meio de entrevistas pré-estruturadas e também por registros do desenvolvimento de oito oficinas. Como produto pretende avaliar o programa realizado. As oficinas terão como base uma obra de Ernest Hemingway, escritor norte-americano que recebeu o Prêmio Pulitzer com o livro "O Velho e o Mar" em 1953 e o Nobel de Literatura em 1954. Aponta que a relevância da proposta se encontra em seu empreendimento social, que sua contribuição não está somente relacionada ao aumento de material teórico e de material prático de saúde, mas se inserindo de um modo mais amplo na sociedade incluindo o idoso no meio social e, desenvolvendo habilidades cognitivas, de autonomia e de autorreflexão, para consequentemente diminuir o impacto na saúde pública. Pretende envolver 50 participantes.

Objetivo da Pesquisa:

Objetivo Geral:

Usar da literatura como ferramenta para o desenvolvimento da capacidade de resiliência em

Endereço: Rodovia Dourados Itahum - Km 12 - Cx:351
Bairro: Cidade Universitária **CEP:** 79.804-970
UF: MS **Município:** DOURADOS
Telefone: (67)3902-2699 **E-mail:** cesh@uems.br



Continuação do Parecer: 2.362.828

idosos.

Objetivos Específicos:

Desenvolver resiliência.

Identificar as representações dos idosos sobre si e a sociedade.

Estimular habilidades cognitivas em idosos.

Elaborar um programa de desenvolvimento da capacidade de resiliência específico para idosos com a utilização da literatura.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Os benefícios decorrentes da pesquisa são que os participantes adquiram novos conhecimentos, sejam estimulados, desenvolvam estratégias e habilidades cognitivas, proporcionando resiliência as adversidades, autonomia, autoestima, e qualidade de vida.

Os riscos de desconforto que por ventura possam ser auferidos a este trabalho serão minimizados, e poderão advir de cansaço devido à duração da entrevista ou de eventuais processos emocionais oriundos do teor das perguntas. Neste caso, a entrevista será imediatamente interrompida.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

A proposta de pesquisa atende as prerrogativas éticas da Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Apresenta a documentação exigida de forma adequada para atender as questões de ordem ética necessária para execução da pesquisa.

Recomendações:

Não há.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

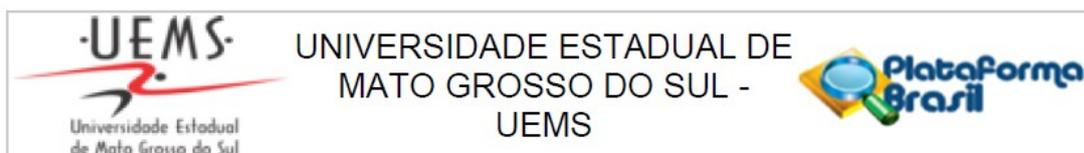
Proposta aprovada.

Considerações Finais a critério do CEP:

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_P	09/10/2017		Aceito

Endereço: Rodovia Dourados Itahum - Km 12 - Cx:351
Bairro: Cidade Universitária **CEP:** 79.804-970
UF: MS **Município:** DOURADOS
Telefone: (67)3902-2699 **E-mail:** cesh@uem.br



Continuação do Parecer: 2.362.828

Básicas do Projeto	ETO_964915.pdf	21:37:25		Aceito
Brochura Pesquisa	Brochura.docx	09/10/2017 21:35:58	PAULO RAMSES DA COSTA	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE_CORRIGIDO.docx	09/10/2017 21:35:28	PAULO RAMSES DA COSTA	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projeto_Brochura.doc	09/10/2017 21:33:48	PAULO RAMSES DA COSTA	Aceito
Outros	Autorizacao.pdf	15/09/2017 17:42:57	PAULO RAMSES DA COSTA	Aceito
Folha de Rosto	folha_de_rosto.pdf	13/08/2017 16:46:06	PAULO RAMSES DA COSTA	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

DOURADOS, 01 de Novembro de 2017

Assinado por:
Cynthia de Barros Mansur
(Coordenador)

Endereço: Rodovia Dourados Itahum - Km 12 - Cx:351
Bairro: Cidade Universitária **CEP:** 79.804-970
UF: MS **Município:** DOURADOS
Telefone: (67)3902-2699 **E-mail:** cesh@uems.br

ANEXO II – Regras de formatação artigo I – Revista Kairós: Gerontologia

KAIRÓS

GERONTOLOGIA

ISSN (print) 1518-2587
ISSN (eletronic) 2178-001X

CAPA SOBRE ACESSO CADASTRO PESQUISA ATUAL
ANTERIORES NOTÍCIAS PROGRAMA DE ESTUDOS PÓS-GRADUADOS
EM GERONTOLOGIA NORMAS PARA SUBMISSÃO DE ARTIGOS PORTAL
DO ENVELHECIMENTO

Capa > Sobre a revista > **Submissões**

Submissões

- [Submissões Online](#)
- [Diretrizes para Autores](#)
- [Declaração de Direito Autoral](#)
- [Política de Privacidade](#)

Submissões Online

Já possui um login/senha de acesso à revista Revista Kairós : Gerontologia?
[ACESSO](#)

Não tem login/senha?
[ACESSE A PÁGINA DE CADASTRO](#)

O cadastro no sistema e posterior acesso, por meio de login e senha, são obrigatórios para a submissão de trabalhos, bem como para acompanhar o processo editorial em curso.

Diretrizes para Autores

A Revista Kairós Gerontologia aceita colaborações, sugestões e críticas, que podem ser encaminhadas ao Editor Científico (Prof.^a Dr.^a Flávia Manzano Moreira Lodovici), no endereço eletrônico: flalodo@terra.com.br ou kairos@pucsp.br.

Os Trabalhos recebidos, nas modalidades de Artigos científicos, Relatos de Experiência, Pesquisas, Debates, Entrevistas, Resenhas críticas (a livros recém-publicados na área gerontológica ou em área articulada com a do envelhecimento) ou Anais de Eventos serão submetidos ao Conselho de Pareceristas, ao qual caberá a decisão da publicação.

O Conselho Editorial dispõe de plena autoridade para decidir sobre a conveniência de sua aceitação, podendo, inclusive, rerepresentá-lo aos autores com sugestões para que sejam feitas alterações necessárias no texto e/ou para que o adaptem às normas editoriais de publicação. Neste caso, o trabalho será reavaliado pelo Conselho de Pareceristas.

O respeito às normas APA para publicação é condição obrigatória para o recebimento do trabalho. O parecer será devidamente encaminhado ao primeiro autor. Originais não aprovados não serão devolvidos, mas fica resguardado o direito do(a) autor(a) em divulgá-los em outros espaços editoriais. Possíveis correções ortográficas serão feitas, visando a manter a homogeneidade e a qualidade da publicação, respeitando-se, porém, o estilo e a opinião do autor.

Recomenda-se que o texto seja previamente encaminhado a um revisor técnico, especialista no idioma.

Configurações Gerais:

(1) Os artigos devem ter de 12 a 20 páginas, incluindo notas e bibliografia, e devem ser enviados preferencialmente online através do endereço <http://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/information/authors>. Ou, ainda, para

a Editora Científica, Profa. Flaminia M.M.Lodovici, no endereço: flalodo@terra.com.br ou kairos@pucsp.br.

(2) Devem ser enviados em programa Word for Windows no corpo 12, fonte Times New Roman, com espaço 1,5. Para reentrâncias ou parágrafos, recomenda-se usar a tecla TAB ou 1,25 cm na primeira linha. As citações no corpo do trabalho, com recuo de todas as linhas em 4,0 cm, indo até o final da linha horizontal.

(3) Cada artigo deve conter resumo e abstract de no máximo 6 linhas; três palavras-chave/keywords e título em inglês (para indexação internacional). Recomenda-se que o autor submeta esses textos em inglês à revisão de um falante-nativo do inglês, para evitar problemas de tradução.

(4) As notas de rodapé devem ser explicativas contendo apenas informações complementares e substanciais ao artigo e devem constar no fim de cada página citada.

(5) A menção a autores no correr do texto deve ser a seguinte: Autor (apenas com inicial maiúscula), data. Ex.: (Martins, 1998). Se houver mais de um título do mesmo autor no mesmo ano, eles devem ser diferenciados por uma letra após a data. Ex.: (Martins, 1998a), (Martins, 1998b). Se houver citações, acrescentar as páginas citadas após a data. Ex.: (Martins, 1998: 72-8).

(6) Os dados de autoria necessários (biodata), inseridos no final do artigo, são: nome, profissão, vínculo institucional e e-mail (por volta de 3 linhas).

(7) Toda a referência bibliográfica deve aparecer completa: autoria, ano, título, local de publicação, editora, n.º das páginas citadas (no caso de referência a artigo). Numa obra em que não consta a data de publicação, favor esclarecer (s/d). Ex.: Brecht, B. (s/d). Histórias de almanaque. Lisboa: Vega.

(8) No caso de livros, os títulos devem aparecer em itálico. Ex.: Bosi, E. (1987). Memória e Sociedade: lembranças de velhos. São Paulo: Edusp.

(9) No caso de periódicos, os títulos dos artigos devem aparecer em fonte regular e os títulos das revistas e periódicos em itálico (seguido em itálico o volume. O número entre parênteses, em formato normal). Ex.: Martins, J. (1998). Não somos Chronos, somos Kairós. Revista Kairós Gerontologia, 1(1) - Núcleo de Estudo e Pesquisa do Envelhecimento. FACS/NEPE/PUC-SP.

(10) No caso de filmes, os títulos devem aparecer em formato regular, seguido do tipo de filme, ano, direção, país, e distribuidora. Ex.: O gato sumiu (filme-vídeo) (1996). (Cedric Klapifch, Dir.). França: Lumière Home Vídeo.

(11) O envio espontâneo de qualquer colaboração implica automaticamente a cessão dos direitos de publicação à Kairós Gerontologia. A revista não se obriga a devolver os originais e/ou disquetes ou pendrives enviados.

Condições para submissão

Como parte do processo de submissão, os autores são obrigados a verificar a conformidade da submissão em relação a todos os itens listados a seguir. As submissões que não estiverem de acordo com as normas serão devolvidas aos autores.

1. A contribuição é original e inédita, e não está sendo avaliada para publicação por outra revista; caso contrário, justificar em "Comentários ao Editor".
2. Os arquivos para submissão estão em formato Microsoft Word, OpenOffice ou RTF (desde que não ultrapasse os 2MB)
3. Todos os endereços de páginas na Internet (URLs), incluídas no texto (Ex.: <http://www.ibict.br>) estão ativos e prontos para clicar.
4. O texto está em espaço 1,5; usa uma fonte de 12-pontos; emprega itálico ao invés de sublinhar (exceto em endereços URL); com figuras e tabelas inseridas no texto, e não em seu final.
5. O texto segue os padrões de estilo e requisitos bibliográficos descritos em [Diretrizes para Autores](#), na seção Sobre a Revista.
6. A identificação de autoria deste trabalho foi removida do arquivo e da opção Propriedades no Word, garantindo desta forma o critério de sigilo da revista, caso submetido para avaliação por pares (ex.: artigos), conforme instruções disponíveis em [Asegurando a Avaliação por Pares Cega](#).

ANEXO III - Regras de formatação artigo II – Revista Revell – Revista de Estudos Literários da UEMS



[CAPA](#) [SOBRE](#) [ACESSO](#) [CADASTRO](#) [PESQUISA](#) [ATUAL](#)
[ANTERIORES](#) [NOTÍCIAS](#) [NORMAS PARA SUBMISSÃO](#)

Capa > Sobre a revista > **Submissões**

Submissões

- [Submissões Online](#)
- [Diretrizes para Autores](#)
- [Declaração de Direito Autoral](#)
- [Política de Privacidade](#)

Submissões Online

Já possui um login/senha de acesso à revista REVELL - REVISTA DE ESTUDOS LITERÁRIOS DA UEMS?
[ACESSO](#)

Não tem login/senha?
[ACESSE A PÁGINA DE CADASTRO](#)

O cadastro no sistema e posterior acesso, por meio de login e senha, são obrigatórios para a submissão de trabalhos, bem como para acompanhar o processo editorial em curso.

Diretrizes para Autores

NORMAS DE FORMATAÇÃO PARA SUBMISSÃO DE ARTIGOS

A contribuição é deve ser original e inédita, e não estar sendo avaliada para publicação por outra revista; caso contrário, deve-se justificar em "Comentários ao editor".

As submissões que não estiverem de acordo com as normas serão devolvidas aos autores.

Nos arquivos dos textos não devem conter informações que identifiquem seus autores, estas informações já estão postas no ato da submissão.

A *REVELL* aceita apenas submissões de artigos de autores(as) mestrandos (com seus respectivos orientadores), mestres, doutorandos e doutores.

Todos os proponentes deverão especificar no item "Comentários para o editor", na primeira página de submissão, a chamada a qual submete seu texto, assim como se faz parte do dossiê ou se faz parte dos artigos de temática livre.

Pedimos, gentilmente, que todos os autores preencham todos os campos relativos ao seu cadastro na revista, incluindo "resumo da biografia" (Titulação, instituição, cidade, país).

Por gentileza, encaminhem também todos os artigos para o e-mail da revista: revelluems@gmail.com

1. IDIOMAS

Os artigos deverão ser no formato .doc ou .docx e com páginas não numeradas. Aceitam-se artigos em Português, Espanhol, Francês e Inglês, bem como produções literárias, resenhas e entrevistas a serem publicadas em sessões específicas da revista.

2. FORMATO E NÚMERO DE PAGINAS E FONTES.

A formatação da página deve ser a seguinte: 3 cm margem superior e esquerda e 2 cm margem inferior e direita. Fonte Cambria, corpo 12, entrelinha 1,5. O texto deve ter de 12 a 20 páginas.

3. TÍTULO e RESUMO

Para trabalhos em língua portuguesa.

Título e resumo devem ser traduzidos para o inglês. O título do trabalho deve vir centralizado, somente com a primeira letra e nomes próprios em maiúsculo, corpo 14 e em negrito. O resumo deve ser formatado em fonte Cambria, tamanho 10, espaçamento simples. Abaixo dos resumos, indicam-se as palavras-chave (no máximo cinco), que devem estar separadas por ponto e vírgula (;).

Para trabalhos em língua inglesa, espanhola ou francesa.

Título e resumo devem estar em inglês, português e em terceira língua (espanhol ou francês). O título do trabalho deve vir centralizado, somente com a primeira letra e nomes próprios em maiúsculo, corpo 14 e em negrito. O resumo deve ser formatado em fonte Cambria, tamanho 10, espaçamento simples. Abaixo dos resumos, indicam-se as palavras-chave (no máximo cinco), que devem estar separadas por ponto e vírgula (;).

4. SESSÕES

As sessões do texto devem ser enumeradas, a começar de 1 (na Introdução).

5. NOTAS DE RODAPÉ

As notas devem ser digitadas em pé de página, numeradas a partir de 1, e não devem ser utilizadas para referência bibliográfica. As notas de rodapé devem se restringir ao mínimo necessário e indispensável.

6. CITAÇÕES

Empregue aspas para citações de até três linhas dentro de um parágrafo; citações mais longas, devem ser destacadas, em parágrafo separado, com adentramento 4, precedidas e seguidas de uma linha em branco, digitadas em Cambria, corpo 10, sem aspas e coma espaçamento simples.

As referências, após citação ou paráfrase, devem ser feitas no corpo do trabalho, apresentadas entre parênteses, por intermédio da data identificadora do trabalho, seguida de vírgula, espaço, da expressão p. de página, espaço, e do número da página citada. Ex.: (BOSI, 1988, p. 25-30). Não será permitido o uso de "idem", "ibidem", "op cit", "et al".

7. REFERÊNCIAS

As referências bibliográficas deverão ser apresentadas ao final do texto, obedecendo as normas abaixo:

Livro: RODRÍGUEZ, Víctor Gabriel. *O ensaio como tese: estética e narrativa na composição do texto científico*. São Paulo: Martins Fontes, 2012.

Capítulo de livro: ADORNO, Theodor W. O ensaio como forma. In: *Notas de literatura*. Trad. Jorge de Almeida. São Paulo: Editora 34, 2006.

Artigo Científico: GONZÁLEZ, Elena Cristina Palmero. Literaturas Hispánicas En Canadá: Desplazamiento Cultural Y Procesos Literarios. *Aletria: Revista de Estudos de Literatura*, v. 22, p. 70. Belo Horizonte: POSLIT, Faculdade de Letras da UFMG 2012.

Disponível: <http://www.periodicos.letras.ufmg.br/index.php/aletria/article/view/3849>

Acessado em xx/xx/xxxx.

Toda repetição de nome de autor(es) deve ser escrita por extenso. Não utilizar a "_____" para indicar repetição de nome de autor.

8. ANEXOS

A inserção de anexos deverá ser feita depois das referências bibliográficas, ser precedida da palavra Anexo e incluir a permissão de autores/editores para reprodução, parcial ou integral, de textos já publicados.

9. TABELAS, GRAFICOS E DESENHOS

Tabelas, gráficos, desenhos e quadros devem ser encaminhados separadamente, em versão digital.

PAULO RAMSÉS DA COSTA
MÁRCIA MARIA DE MEDEIROS

OFICINAS PARA
DESENVOLVIMENTO DE RESILIÊNCIA EM IDOSOS

Dourados/MS
2019

C875o Costa, Paulo Ramsés da
Oficinas para desenvolvimento de resiliência em idosos /
Paulo Ramsés da Costa. Dourados, MS: UEMS, 2019.
20p.
ISBN: 978-85-7136-027-3

Produto Técnico (Mestrado) – Ensino em Saúde –
Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul, 2019.
Orientadora: Prof. Dr^a Márcia Maria de Medeiros

1. Envelhecimento 2. Resiliência Psicológica 3. Literatura I.
Medeiros, Márcia Maria de II. Título

CDD 23.ed. – 155.2

Programa de Desenvolvimento de Resiliência em Idosos

Diante do processo de envelhecimento populacional e devido ao aumento da expectativa de vida, questões essas instauradas mundialmente, compreende-se a necessidade de criar e desenvolver estratégias que possibilitem a autonomia da população idosa, pois o envelhecimento gera alterações na condição da pessoa, devido a uma série de questões tais como as perdas cognitivas, as quais podem causar: limitações; incapacidades de mobilidade e de tomada de decisões (SEQUEIRA 2010). Por estas e outras razões, é importante promover o envelhecimento saudável e ativo.

De acordo com Pinheiro (2004), cada indivíduo reage de maneira diferente quando do processo de envelhecimento, em decorrência das suas particularidades e subjetividades. Alguns se apresentam mais fragilizados, enquanto outros demonstram competência no enfrentamento e manejo de situações e fatores estressantes, desenvolvendo mecanismos de proteção a essas situações, aos quais a autora denomina enquanto fatores de proteção, ou de resiliência (PINHEIRO, 2004).

Seguindo este raciocínio, o conceito de resiliência apresenta-se dentre as estratégias as quais o idoso pode valer-se para enfrentar as adversidades do processo de envelhecimento. Segundo Placco (2001), este conceito refere-se à capacidade que o indivíduo tem de responder aos desafios e dificuldades através de atitudes e comportamentos que revelam a sua flexibilidade e capacidade de articulação/superação; além de uma rápida recuperação diante de circunstâncias desfavoráveis, mantendo um equilíbrio dinâmico no decorrer e após a adversidade.

Para Nascimento e Calsa (2016), a resiliência é um fator importante a ser discutido em se tratando de idosos, pois se relaciona à capacidade de autonomia dos mesmos para criar estratégias com o intuito de enfrentar as dificuldades do cotidiano de forma saudável constituindo ferramenta para o cuidado de si (FOUCAULT, 1985).

Pensando em todos estes aspectos este roteiro de oficinas foi criado e dele fizeram parte pessoas idosas que participam do projeto UNAMI/UEMS - Universidade Aberta para a Melhor Idade da Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul. Todos e todas que se propuseram a contribuir com a pesquisa e cooperaram com as oficinas, assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido através do qual foram devidamente informados dos trâmites que envolveriam o trabalho. Este projeto foi protocolado e aprovado junto ao Comitê de Ética com Seres Humanos (CESH) da

Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul, sob o número **CAAE: 76741517.8.0000.8030**.

A UNAMI/UEMS é um projeto de extensão desenvolvido desde 2014, e promove a integração da população com idade mínima de 55 anos em atividades diversas¹², as quais são desenvolvidas no ambiente universitário. As ações desenvolvidas pelo projeto disseminam o conhecimento nas mais diversas áreas, proporcionam um estilo de vida saudável e melhoram a qualidade de vida dessa população.

Seguindo os conceitos de resiliência e buscando relacioná-los a proposta da UNAMI/UEMS este roteiro de oficinas foi desenvolvido para promover intervenções psicossociais com os idosos visando à melhoria da sua qualidade de vida, auxiliando no enfrentamento dos desafios do envelhecimento e na descoberta de suas potencialidades.

Neste contexto, e entendendo as prerrogativas de Barthes (1977), a literatura foi utilizada como base para a criação de tecnologias/ferramentas educativas em saúde, no caso uma metodologia que auxilie no entendimento sobre as questões que envolvem o conceito de resiliência.

Através deste pressuposto, se propõe o estímulo a criação de mecanismos que possibilitem um envelhecimento saudável. Porém, promover atividades com idosos exige, acima de tudo, levar em consideração sua linguagem, sua história de vida, suas condições e limites cognitivos, emocionais e físicos, dentre outros.

As práticas desenvolvidas neste cenário propiciaram aos participantes uma série de benefícios entre eles melhor interação social e estímulo mental, o que acarretou no desenvolvimento de um sujeito de si (FOUCAULT, 1985) dentro das suas possibilidades, tornando-o suficiente para superar desafios e ser autônomo.

O roteiro de oficinas que segue proposto neste trabalho pode sofrer alterações de acordo com a necessidade e de acordo com o público ao qual ele será destinado. Cabe ao proponente articulá-lo de acordo com a realidade na qual está integrado, demonstrando assim o conhecimento que ele possui desta realidade. Por isso as oficinas não seguem um cronograma com tempo de duração das atividades, mas um ordem para elas sigam corretamente seus objetivos.

¹² O projeto de extensão é uma atividade desenvolvida pelo curso de graduação em Enfermagem da UEMS, e conta com o apoio interdisciplinar de vários outros cursos de graduação como Turismo, Direito, Letras, Engenharia Ambiental e Economia. No ano de 2017, passaram a integrar o quadro do projeto na condição de ministrantes de oficinas, professores de outras instituições de ensino superior (IES), da área de Biomedicina.

REFERÊNCIAS

BARTHES, R. **A Aula**. Trad. Leyla Perrone-Moisés. São Paulo: Cultrix, 1989.

FOUCAULT, M. **História da Sexualidade: o cuidado de si**. Rio de Janeiro: Graal, 1985.

NASCIMENTO, M.C.; CALSA, G.C. Resiliência e idosos: revisão da produção acadêmica brasileira, 200- 2015. **Revista Kairós Gerontologia**, São Paulo, v.19, n.1, p. 255-272, 2016.

PINHEIRO, D. P. N. A resiliência em discussão. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 9, p. 67-75, 2004. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/pe/v9n1/v9n1a09>. Acesso em 23 set. 2016.

PLACCO, V. M. N. S. Resiliência e desenvolvimento pessoal. TAVARES, J. (org) **Resiliência e Educação**. São Paulo: Cortez, 2001. p.7-12.

SEQUEIRA, C. **Cuidar de Idosos com Dependência Física e Mental**. Lisboa: Lidel. (2010).

Roteiro das Oficinas

- Oficina 1

TEMA: Quebrar o gelo

OBJETIVOS

GERAL

- Identificar a visão dos sujeitos sobre si quanto a resiliência.

ESPECÍFICOS

- Conhecer os participantes;
- Identificar o conhecimento prévio sobre o conceito de resiliência.

Conteúdo Programático

- Dinâmica Quebra gelo;
- Aplicação de Questionário;
- Roda de conversa.

Metodologia

- A oficina será desenvolvida através de técnicas de trabalho em grupo e aplicação de um questionário.

Estratégia de Ensino

Toda atividade e/ou questionário será explicado e/ou lido pelo condutor.

Etapa 1: Dinâmica: “Quebra gelo”.

Etapa 2: Será aplicado um pequeno questionário para identificar conhecimentos prévios que os idosos trazem sobre resiliência, descrevendo-os no questionário. (Se o idoso não souber escrever ou não consegue escrever pede-se que o condutor ou um ajudante transcreva para o questionário a resposta do Idoso).

Etapa 3: Roda de conversa sobre resiliência.

Intervalo: 20 minutos.

Etapa 4: Cada participante discorrerá livremente, o que achou da dinâmica e sobre o sentido de “ser” resiliente. (Se o idoso não souber escrever ou não consegue escrever pede-se que o condutor ou um ajudante transcreva para o questionário a resposta do Idoso).

Etapa 5: O condutor fará o encerramento da oficina.

Avaliação

A avaliação ocorrerá a partir do questionário sobre o que eles já conheciam em relação ao conceito de resiliência. Para encerrar, será solicitado aos alunos uma breve atividade de modo a expressarem a percepção que tiveram da oficina.

Cronograma

- Dinâmica de Grupo (Etapa 1);
- Levantamento de conhecimentos prévios (Etapa 2);
- Roda de Conversa (Etapa 3);
- Intervalo
- Atividade livre sobre a oficina e resiliência (Etapa 4);
- Fechamento (Etapa 5)

Dinâmica

Conhecendo e aprendendo

O objetivo dessa dinâmica de quebra gelo para idosos é promover uma integração maior entre os participantes de um grupo que já tenha alguma convivência.

Procedimento: Formar um círculo com o grupo da terceira idade.

Materiais: Um objeto pequeno, podendo ser uma bola por exemplo.

Explicar aos participantes que será dada uma oportunidade para que aprendam mais uns sobre os outros.

Quem estiver com a bola deve passá-la á outra pessoa que deverá dizer seu nome e revelar algo diferente sobre si (uso lente de contato, por exemplo, ou tenho um cachorro).

Quando todos tiverem falado, explicar que na segunda rodada eles terão que passar a bola a alguém e dizer o nome da pessoa e o que ela disse na rodada anterior.

Dicas: Observar quais participantes estão prestando atenção e conseguem lembrar das informações que seu colega falou. Caso algum tenha muita dificuldade, pedir que os outros participantes o ajudem.

Apontar a importância de saber ouvir, que muitas vezes estamos muito preocupados com o que vamos dizer, e esquecemos de prestar atenção no que nos é dito.

Tempo de aplicação: 15 minutos

Número máximo de pessoas: 20

Número mínimo de pessoas: 4

Referências Bibliográficas

LUPERINI, R. **Dinâmicas e jogos na empresa:** método, instrumento e práticas de treinamento. Trad. João Batista Kreuch. 2 ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2018.

VIEIRA, S. P. Resiliência como força interna. **Revista Kairós**, São Paulo, Caderno Temático 7, junho 2010, pp. 21-30.

Oficina 2

TEMA: Leitura filmica de “O Velho e o mar”

--

OBJETIVOS

GERAL

- Apresentar a obra “O velho e o mar”.

ESPECÍFICOS

- Demonstrar figurativamente o processo de resiliência dentro do filme;

Conteúdo Programático

- Leitura fílmica de “O velho e o mar”;
- Roda de conversa sobre o Filme.

Metodologia

- A oficina será desenvolvida através da reprodução de mídia e de técnicas de trabalho em grupo.

Estratégia de Ensino

Toda atividade e/ou questionário será explicado e/ou lido pelo condutor.

Etapa 1: Reprodução do filme.

Intervalo: 20 min

Etapa 2: Roda de conversa sobre o Personagem Santiago.

Etapa 3: Cada participante discorrerá livremente por escrito e/ou por desenho o que achou do filme, sobre Santiago e sua superação das adversidades. (Se o idoso não souber escrever pede-se que o condutor ou um ajudante transcreva para o questionário a resposta do Idoso). O Condutor sempre lê juntamente a atividade com os Idosos.

Etapa 5: O condutor fará o encerramento da oficina.

Avaliação

A avaliação ocorrerá a partir da atividade, de modo a expressarem a percepção que tiveram da oficina.

Cronograma

- Reprodução de mídia. (Etapa 1);
- Intervalo;
- Roda de Conversa (Etapa 2);
- Atividade sobre o filme e o assunto da roda de conversa (Etapa 3);
- Fechamento (Etapa 4)

Referências Bibliográficas

CANDAU, J. **Memória e Identidade**. Tradução: Maria Letícia Ferreira. São Paulo: Contexto, 2012.

FOUCAULT, M. **História da Sexualidade: o cuidado de si**. Rio de Janeiro: Graal, 1985.

HEMINGWAY, E. **O Velho e o mar**. 8 ed, Trad. Fernando de Castro Ferro. Rio de Janeiro: Editora Civilização Brasileira, 1962.

VIEIRA, S. P. Resiliência como força interna. **Revista Kairós**, São Paulo, Caderno Temático 7, junho 2010, pp. 21-30.

Oficina 3

TEMA: Trechos de “O velho e o mar”

OBJETIVOS

GERAL

- Expressar o processo de resiliência através de projeção com desenhos e pinturas da leitura filmica de “O Velho e o Mar”.

ESPECÍFICOS

- Aproximar a obra “O velho e o mar” da realidade do público (idosos);

- Refletir sobre envelhecimento, resiliência e memória.

Conteúdo Programático

- Leitura dos trechos relevantes do livro “O Velho e o mar”;
- Roda de conversa sobre os trechos apresentados ;
- Atividade de desenho livre.

Metodologia

- A oficina será desenvolvida através de leituras de trechos da obra “O Velho e o Mar”, técnicas de trabalho em grupo e atividade lúdica com lápis de cor e de desenho livre.

Estratégia de Ensino

Etapa 1: Leitura de trechos da obra “O Velho e o Mar”.

Intervalo: 20 min.

Etapa 2: Roda de conversa sobre Santiago, envelhecimento, resiliência e memória.

Etapa 3: Cada participante fará desenhos ou pinturas livremente em uma folha de papel.

Etapa 5: O condutor fará o encerramento da oficina.

Avaliação

A avaliação ocorrerá a partir atividade de desenho e pintura livre, de modo a expressarem as práticas de resiliência que foram identificadas por eles na obra “O velho e o Mar”.

Cronograma

- Leituras de trecho do livro. (Etapa 1);
- Intervalo;
- Roda de Conversa (Etapa 2);
- Atividade de desenho e pintura livre. (Etapa 3);
- Fechamento (Etapa 4)

Referências Bibliográficas

CANDAU, J. **Memória e Identidade**. Tradução: Maria Letícia Ferreira. São Paulo: Contexto, 2012.

FOUCAULT, M. **História da Sexualidade**: o cuidado de si. Rio de Janeiro: Graal, 1985.

HEMINGWAY, E. **O Velho e o Mar**. 8 ed, Trad. Fernando de Castro Ferro. Rio de Janeiro: Editora Civilização Brasileira, 1962.

VIEIRA, S. P. Resiliência como força interna. **Revista Kairós**, São Paulo, Caderno Temático 7, junho 2010, pp. 21-30.

Oficina 4

TEMA: Resiliência e sentido de vida

OBJETIVOS
GERAL
- Apresentar o conceito de resiliência e Logoterapia.
ESPECÍFICOS
- Explicitar o que é resiliência e a sua importância;
- Expor sobre a logoterapia no desenvolvimento de resiliência para superar adversidades;
- Refletir sobre envelhecimento, resiliência, memória e sentido de vida.

Conteúdo Programático

- Descrever o conceito de Resiliência ;
- Descrever a Logoterapia;
- Explicitar como estes dois termos podem auxiliar no desenvolvimento de bem-estar e de superação de adversidades;
- Roda de conversa;
- Atividade livre para expressar o que entendeu sobre os conceitos apresentados na oficina.

Metodologia

- A oficina será desenvolvida através de apresentação de slides, técnicas de trabalho em grupo e atividade livre.

Estratégia de Ensino

Etapa 1: Apresentação de Slides sobre resiliência e logoterapia.

Intervalo: 20 min.

Etapa 2: Roda de conversa sobre sentido da vida.

Etapa 3: Cada participante fará uma atividade textual livre em uma folha de papel.

Etapa 4: O condutor fará o encerramento da oficina.

Avaliação

A avaliação ocorrerá a partir atividade textual livre, de modo a expressarem o seu entendimento de resiliência e sentido da vida.

Cronograma

- Apresentação de slides. (Etapa 1);
- Intervalo;
- Roda de Conversa (Etapa 2);
- Atividade textual livre.(Etapa 3);
- Fechamento (Etapa 4)

Referências Bibliográficas

CANDAU, J. **Memória e Identidade**. Tradução: Maria Letícia Ferreira. São Paulo: Contexto, 2012.

FOUCAULT, M. **História da Sexualidade: o cuidado de si**. Rio de Janeiro: Graal, 1985.

FRANKL, V. E. **Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração**. Petrópolis: Vozes, 2006.

_____. **Um sentido para a vida**. Aparecida: Santuário, 1989.

_____. **O sofrimento de uma vida sem sentido: caminhos para encontrar a razão de viver**. Tradução Karleno Bocarro.—1. Ed.—São Paulo: É Realizações, 2015.

HEMINGWAY, E. **O Velho e o Mar**. 8 ed, Trad. Fernando de Castro Ferro. Rio de Janeiro: Editora Civilização Brasileira, 1962.

VIEIRA, S. P. Resiliência como força interna. **Revista Kairós**, São Paulo, Caderno Temático 7, junho 2010, pp. 21-30.

Oficina 5

TEMA: Ser resiliente

OBJETIVOS

GERAL

- Verificar se os participantes se percebem enquanto seres resilientes.

ESPECÍFICOS

- Identificar como cada sujeito se percebe em relação ao desenvolvimento de resiliência (se identifica como resiliente ou não);

- Identificar o que aprendeu nas oficinas para desenvolver qualidade de vida (autonomia) e resiliência;

Conteúdo Programático

- Realizar reflexões sobre as adversidades e como manter a qualidade de vida mesmo em meio as dificuldades.

- Atividade textual livre para expressar como se percebe. (Se o idoso não souber

escrever pede-se que o condutor ou um ajudante transcreva para o questionário a resposta do Idoso). O Condutor sempre lê juntamente a atividade com os Idosos.

Metodologia

- A oficina será desenvolvida através de técnicas de trabalho em grupo e atividade livre.

Estratégia de Ensino

Avaliação

Cada participante discorrerá livremente por escrito e/ou por desenho sobre como se percebe em relação a resiliência e sua superação das adversidades. (Se o idoso não souber escrever pede-se que o condutor ou um ajudante transcreva resposta do Idoso). O Condutor sempre lê juntamente a atividade com os Idosos.

Etapa 1: Roda de conversa

Intervalo: 20 min.

Etapa 2: Cada participante fará uma atividade livre em uma folha de papel sobre como se percebe.

Etapa 3: O condutor fará o encerramento da oficina.

Cronograma

- Roda de Conversa. (Etapa 1);
- Intervalo;
- Atividade textual livre. (Etapa 2);
- Fechamento (Etapa 3)

Referências Bibliográficas

CANDAU, J. **Memória e Identidade**. Tradução: Maria Letícia Ferreira. São Paulo: Contexto, 2012.

FOUCAULT, M. **História da Sexualidade: o cuidado de si**. Rio de Janeiro: Graal, 1985.

FRANKL, V. E. **Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração**. Petrópolis: Vozes, 2006.

_____. **Um sentido para a vida**. Aparecida: Santuário, 1989.

_____. **O sofrimento de uma vida sem sentido: caminhos para encontrar a**

razão de viver. Tradução Karleno Bocarro.— 1. Ed.— São Paulo: É Realizações, 2015.

HEMINGWAY, E. **O Velho e o Mar**. 8 ed, Trad. Fernando de Castro Ferro. Rio de Janeiro: Editora Civilização Brasileira, 1962.

VIEIRA, S. P. Resiliência como força interna. **Revista Kairós**, São Paulo, Caderno Temático 7, junho 2010, pp. 21-30.

APÊNDICES

Questionário I – Oficina I

Nome: _____ Idade: _____

Data: ____/____/____

- a) O senhor/senhora já ouviu falar sobre resiliência? Se já, descreva-a. Mas se nunca ouviu falar escreva o que acha que é.

- b) O senhor/senhora acha que as pessoas podem desenvolver resiliência? Se sim, pontue que tipo de situações como sendo situações nas quais as pessoas desenvolvem a resiliência?
