

## UNIVERSIDADE ABERTA A TERCEIRA IDADE: PROJETO PILOTO NA DISCIPLINA DE MEMÓRIA E APRENDIZAGEM NA TERCEIRA IDADE

DÉSIRÉ DOS SANTOS DELIAS<sup>1</sup>; DEBORAH KAZIMOTO ALVES<sup>2</sup>; ZAYANNA CHRISTINE LOPES LINDOSO<sup>3</sup>; GIOVANA DUZZO GAMARO<sup>4</sup>; ADRIANA SCHÜLER CAVALLI<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Escola Superior de Educação Física/UFPeL, bolsista de extensão1 – [desire23franca@gmail.com](mailto:desire23franca@gmail.com)1

<sup>2</sup>CCQFA curso de Química Bacharelado/ UFPeL – [deborahkazomoto@hotmail.com](mailto:deborahkazomoto@hotmail.com)2

<sup>3</sup>Coordenadora UNATI-zayanna@gmail.com

<sup>4</sup>CCQFA- Bioquímica - [giovanagamaro@hotmail.com](mailto:giovanagamaro@hotmail.com)

<sup>5</sup>Escola Superior de Educação Física-UFPeL, orientadora,[adriscavalli@gmail.com](mailto:adriscavalli@gmail.com)

### 1. INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas foi observada uma aceleração no processo de envelhecimento populacional no Brasil em consideração ao declínio da fecundidade, queda da taxa de mortalidade infantil e ao aumento da expectativa de vida. Num futuro breve teremos no Brasil mais pessoas idosas do que jovens, sendo que este processo de transição demográfica desafiará o sistema de saúde, mercado de trabalho e previdenciário (CAVALLI, CAVALLI, 2011).

O envelhecimento pode ser conceituado como um conjunto de modificações morfológicas, fisiológicas, bioquímicas e psicológicas, que determinam a perda progressiva da capacidade de adaptação do indivíduo ao meio ambiente, sendo considerado um processo dinâmico e progressivo (FERREIRA, 2003).

Frente ao envelhecimento da população brasileira, existe a necessidade de estruturação de serviços e de programas de promoção de saúde que possam responder às demandas emergentes do novo perfil epidemiológico do país.

Considerando que grande parte dos idosos já mostra interesse em manter-se saudável, ativo e independente nesta fase da vida, crescem também os programas e projetos relacionados à promoção da saúde e bem-estar desses indivíduos (BORGES; MOREIRA, 2009). Entre as propostas destes programas, uma das mais encorajadas é a prática de atividades físicas, podendo ser incentivado o idoso a praticar esportes, danças, exercícios de força, atividades recreativas e de memória, não importando a modalidade, pois todas trazem, de alguma forma, benefícios à saúde do idoso.

Diante deste contexto, a Universidade Federal de Pelotas cria o projeto piloto no primeiro semestre de 2016, intitulado como Universidade Aberta à Terceira Idade – UNATI, com a proposta de um novo espaço dentro da universidade direcionado à população idosa, tendo por objetivo, a organização de estratégias de ação, traçando coordenadas teórico-metodológicas e condução de um processo educativo necessário a esta população que hoje busca cada vez mais qualidade de vida.

O espaço acadêmico, uma vez aberto a receber idosos faz uso de uma metodologia específica, contribuindo para a conscientização do processo de envelhecimento por parte do idoso, a humanização de si e compreensão acerca de suas potencialidades e limitações. Isso permite ao idoso a condução de novos hábitos e rotinas e desempenho de novos papéis ocupacionais, no âmbito da vida

social, saúde, produtividade, educação e lazer. A UNATI neste primeiro semestre, ofereceu seis disciplinas compreendendo três dias da semana, no período de 11 de abril a 13 de julho de 2016.

Assim sendo, o presente trabalho objetivou analisar os fatores motivacionais de idosos participantes de uma das disciplinas oferecidas na UNATI/UFPEL, mais especificamente a disciplina de Memória e Aprendizagem na Terceira Idade.

## 2. METODOLOGIA

Este estudo tem delineamento descritivo transversal (THOMAS; NELSON, 2002). A amostra é intencional e foi composta por todos os idosos, participantes da disciplina de Memória e Aprendizagem na Terceira Idade da UNATI/UFPEL e que aceitaram a realizar o estudo.

Os critérios de elegibilidade para a participação do estudo foram: disponibilidade para participar da pesquisa; ter 60 anos de idade ou mais; estar presente nos dias de coleta; permanência no programa e participação de forma assídua verificada por meio das listas de frequência sendo necessária presença de 75% nas aulas no período de Abril a Julho de 2016.

Como instrumento de coleta de dados foi utilizado o Inventário de Motivação Intrínseca (IMI) de McAuley, Duncan e Tammen (1989), que permite avaliar de maneira subjetiva a intensidade da motivação intrínseca dos indivíduos em qualquer experiência vivida pelos sujeitos e está fundamentado, teoricamente, na Teoria da Autodeterminação de Deci e Ryan (2000). O IMI é um questionário constituído por 9 perguntas avaliados por meio de uma escala Likert de 7 pontos, desde “isso me motiva pouquíssimo” a “isso me motiva muitíssimo”. O questionário foi aplicado em duas etapas, sendo a primeira no início das atividades em abril de 2016 e a segunda etapa ao final das atividades em julho de 2016. Os dados foram expressos em valores absolutos e percentuais.

## 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A população do estudo foi de 14 idosos, sendo que considerando os critérios de inclusão a amostra foi composta por 11 idosos, um do sexo masculino e dez do feminino, com idade média de  $68,63 \pm 6,73$ , cadastrados no projeto UNATI /UFPEL e que estavam frequentando regularmente as aulas.

Considerando os aspectos psicológicos ligados à motivação intrínseca, foi possível identificar que no Pós teste os participantes demonstraram maior motivação e maior nível de divertimento para a realização das atividades assim como também se sentiram mais competentes e esforçados para desempenhar as atividades, conforme consta na Tabela 1 abaixo.

**Tabela 1 – Dados do Inventário de Motivação Intrínseca no Pré e Pós- teste, de idosos da UNATI/UFPeI.**

<b>1.Foi divertida as atividades da aula de hoje?</b>							
(Nada divertido)	1	2	3	4	5	6	7 (Muito divertido)
Pré				1(9,09%)		1(9,09%)	9(81,82%)
Pós							11(100%)
<b>2. Enquanto eu participava, eu pensava em como eram divertidas as atividades?</b>							
(Nada pensava)	1	2	3	4	5	6	7 (Pensava muito)
Pré							11(100%)
Pós							11(100%)
<b>3.Eu achei as atividades da aula de hoje chata?</b>							
(Nada chata)	1	2	3	4	5	6	7 (Muito chata)
Pré	11(100%)						
Pós	11(100%)						
<b>4.Após participar das atividades da aula por algum tempo, eu me senti bem competente?</b>							
(Nada competente)	1	2	3	4	5	6	7 (Muito competente)
Pré	1(9,09%)			2(18,18%)	1(9,09%)	3(27,27%)	4(36,37%)
Pós					3(27,27%)	2(18,18%)	6(54,54%)
<b>5.Eu estou satisfeito com o meu desempenho nas atividades?</b>							
(Nada satisfeito)	1	2	3	4	5	6	7 (Muito satisfeito)
Pré	1(9,09%)			1(9,09%)	2(18,18%)	2(18,18%)	5(45,45%)
Pós					1(9,09%)	4(36,36%)	6(54,54%)
<b>6. As atividades da aula eu não conseguia realizar muito bem?</b>							
(Não concordo)	1	2	3	4	5	6	7 (Concordo fortemente)
Pré	8(72,72%)		1(9,09%)		1(9,09%)		1(9,09%)
Pós	10(90,91%)			1(9,09%)			
<b>7. Eu não me esforcei muito para desempenhar bem as atividades da aula?</b>							
(Esforcei nada)	1	2	3	4	5	6	7 (Esforcei muito)
Pré				1(9,09%)			10(90,91%)
Pós				1(9,09%)		1(9,09%)	9(81,82%)
<b>8. Era importante para mim, desempenhar bem as atividades da aula?</b>							
(Nada importante)	1	2	3	4	5	6	7 (Muito importante)
Pré							11(100%)
Pós							11(100%)
<b>9. Eu me esforcei bastante tentando acertar as atividades da aula?</b>							
(Esforcei muito)	1	2	3	4	5	6	7 (Esforcei nada)
Pré	9(81,82%)		1(9,09%)				1(9,09%)
Pós	9(81,82%)					1(9,09%)	1(9,09%)

Segundo Morin (2006) é necessário a busca por processos educacionais mais concretos e multidimensionais. Segundo o autor “o conhecimento permanece como uma aventura para a qual a educação deve fornecer apoio indispensável” (MORIN, 2006, p. 31). Diante disso, percebe-se que o perfil geral de aprendizes tem se modificado. Atualmente, idosos têm buscado cada vez mais o espaço acadêmico não somente para fazer parte de um grupo de convivência,

como também de realizar o sonho de regressar aos estudos e manter-se ligado a uma vida social que oferta a ele outros caminhos e possibilidades. Segundo Deci e Ryan (2000), quando os sujeitos conseguem regular seu comportamento para formas de motivação intrínseca ou para motivação extrínseca identificada, tendem a realizar ações/atividades de forma mais autodeterminada, estando mais motivados a alcançar seus objetivos.

#### 4. CONCLUSÕES

Os resultados mostram a importância dos fatores motivacionais na indução de diversos benefícios cognitivos, comportamentais e afetivos de idosos na execução de tarefas. É importante identificar e entender os principais fatores que podem motivar a população idosa e deve ser um elemento a ser trabalhado tanto para início da prática quanto para a manutenção da mesma. São necessários mais estudos na área para um melhor entendimento de como esses elementos se integram na dinâmica geral de funcionamento das pessoas possibilitando dessa maneira a criação de modelos de orientação e de educação para à prática das atividades e medidas de motivação que sejam adequados ao público em questão.

#### 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BORGES, M.R.D. & MOREIRA, A.K. (2009). Influências da prática de atividades físicas na terceira idade: estudo comparativo dos níveis de autonomia para o desempenho nas AVDs e AIVDs entre idosos ativos fisicamente e idosos sedentários. **Motriz**, 15(3), 562- 573.

CAVALLI, A. S.; CAVALLI, M. O. O Brasil fica velho antes de ficar rico – O planejamento prognóstico como premissa para um envelhecimento saudável. In: CAVALLI, A. S.; AFONSO, M. R. (org.). **Trabalhando com a Terceira idade: práticas interdisciplinares**. Pelotas. Editora e Gráfica Universitária, 2011. p. 13-37.

FERREIRA, M. T. O papel da Atividade Física na Composição Corporal de Idosos. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, Universidade Municipal de São Caetano do Sul (USCS), v. 1, n.1, p. 43-52, 2003.

MORIN, E. **Os Sete Saberes necessários à Educação do Futuro**. 11. Ed. São Paulo: Cortez, 2006, 118p.

RYAN, R. M.; DECI, E. L. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. **American Psychologist**. 2000, 55:68–78.

THOMAS, J. R.; NELSON, J. K. **Métodos de pesquisa em atividade física**. 3ª ed. Porto Alegre: Artmed, 2002.