



Instituto Politécnico de Leiria
Escola Superior de Educação e Ciências Sociais
Escola Superior de Saúde

Mestrado em Intervenção para um Envelhecimento Ativo

Vidas de idosos. Reviver o passado para construir um futuro mais ativo

Anabela Cordeiro Ferreira Frazão

Leiria, Março de 2016



Instituto Politécnico de Leiria
Escola Superior de Educação e Ciências Sociais
Escola Superior de Saúde

Mestrado em Intervenção para um Envelhecimento Ativo

**Vidas de idosos. Reviver o passado para construir
um futuro mais ativo**
O caso de três idosos

Dissertação de Mestrado
Anabela Cordeiro Ferreira Frazão
Aluna N° 5130276

Professor Orientador: Professor Doutor Ricardo Vieira

Leiria, Março de 2016

O Júri

Presidente

Doutor/a _____

Doutor/a _____

Doutor/a _____

Doutor/a _____

AGRADECIMENTOS

Ao terminar esta dissertação de mestrado não posso deixar de agradecer a todos que a tornaram possível, e que me transformaram naquilo que eu hoje sou.

Em primeiro lugar agradeço a Deus porque me deu saúde, coragem e determinação para voltar para a universidade após 30 anos de me formar em serviço social.

Depois agradeço aos meus pais que acreditaram em mim e investiram com sacrifício no meu futuro e tornaram possível eu ser uma interventora social na área dos idosos, profissão que amo profundamente.

Agradeço também ao meu marido que desde o primeiro dia em que manifestei o forte desejo de atualizar os meus conhecimentos na área do envelhecimento ativo me incentivou e deu força nos momentos mais difíceis.

Agradeço ao Professor Doutor Ricardo Vieira, meu orientador pela motivação, envolvimento, empenho e pela partilha de conhecimentos sem o qual seria impossível chegar aos resultados a que cheguei, como diz Samuel Butler, citado por Ricardo Vieira (1999a) “*Já não sou eu, mas outro que mal acaba de começar*”.

Agradeço a todos os professores do mestrado em intervenção para um envelhecimento ativo, por tudo o me acrescentaram em termos de conhecimentos tão transformadores da minha perspetiva de intervenção social.

Agradeço também a todos os meus colegas que comigo integraram a equipa interdisciplinar da “Casa de Afetos” mencionada nesta dissertação de mestrado, nomeadamente o Doutor Casimiro Duarte, o Sr. Enfermeiro Carlos Fidalgo, a Terapeuta ocupacional Cláudia Teixeira, com os quais aprendi a conhecer mais profundamente os nossos queridos idosos e a ser mais profissional.

Agradeço aos três idosos estudados que se dispuseram a abrir o seu baú de memórias e a partilhar comigo momentos tão íntimos das suas vidas, e sem os quais nunca teria sido possível fazer esta investigação científica.

A todos o meu muito Obrigado!

“A qualidade de vida dos idosos não depende exclusivamente das condições objetivas em que vivem mas, dependem também, e por vezes muito, dos seus projetos de vida que se (re)vivificam ou não, têm sentido, ou não, para si. Em suma, a qualidade de vida dos idosos depende também, da forma como estes subjetivam o seu quotidiano e os factos vividos no seu eu enquanto sujeitos e não apenas objetos de cuidado de técnicos e familiares.”

(Vieira, 2014, p.107)

RESUMO

Os indicadores do envelhecimento demográfico sugerem desafios de impacto no ajustamento da sociedade portuguesa ao crescente aumento da população idosa e, com este, vai aumentando igualmente a preocupação com a qualidade de vida desta população, e com o envelhecimento ativo. A responsabilidade de ajudar o idoso a envelhecer com qualidade é de todos nós e por isso é urgente olhar os novos tempos do presente como tempos em que dar um sentido à velhice deverá fazer parte dos desafios da vida de cada um de nós, e em especial dos técnicos de intervenção social, no sentido de ajudar o idoso a encontrar o seu sentido de vida no presente, como força geradora e motivadora da construção do seu futuro. Fundamenta-se assim a escolha deste estudo científico intitulado “Vidas de idosos. Reviver o passado para construir um futuro mais ativo”. Com o objetivo de perceber se é ou não possível os técnicos de intervenção em envelhecimento ativo conciliarem o conhecimento da história de vida de um idoso, com o projeto de vida fundamental para a sua qualidade de vida, (re)desenhando o seu projeto de vida, no diálogo com ele mesmo, conciliando os interesses do passado com as suas perspetivas presentes e futuras, foram estudados três idosos independentes, autónomos, em que todos aderiam às atividades propostas pela instituição, em duas instituições distintas. Em função destes objetivos e numa tentativa de entender o significado que os idosos dão às suas vidas ou a aspetos circunscritos dela, optei por uma abordagem qualitativa que permite recolher e refletir os aspetos enraizados dos indivíduos, os seus hábitos quotidianos e nos dão acesso ao seu mundo subjetivo, em contraste com a despersonalização dos estudos estatísticos. Nesta perspetiva, recorri à metodologia etnográfica, e dentro desta à metodologia das histórias de vida, através da realização de diversas entrevistas profundas aos três sujeitos estudados, que foram sistematizadas em sinopses de cuja análise de conteúdo foram retirados os dados que permitiram chegar às conclusões deste estudo científico. Só em espaços de participação onde os técnicos de intervenção sejam mediadores, com um olhar holístico sobre o idoso, e onde é prioritário respeitar as diferenças, é possível ajuda-lo a (re)desenhar o seu projeto de vida e a construir um futuro com mais significado para si, por isso mais positivo e com mais qualidade de vida.

Palavras-chave: Envelhecimento Ativo, Qualidade de vida, Histórias de Vida, Institucionalização, Animação Gerontológica.

ABSTRACT

The indicators of demographic aging in Portuguese society suggest important challenges regarding the elderly population. Helping the elder age with quality of life as well as purpose motivates the creation of a meaningful future. Therefore, this responsibility should be faced as a challenge which concerns not only the professional social workers but all of us. Hence the choice of the following scientific study: “Lives of the elderly. Reliving the past to build a more active future”.

With the purpose of attempting to understand whether it is possible for the professional social workers to conciliate the knowledge of the elderly’s histories with their life projects, which are intrinsic to their quality of life and enable the elder himself to rethink his plan having in mind both his past interests and his present and future aspirations, three unrelated and autonomous elderly men and women were studied during the activities proposed in two institutions.

On account of these goals and in an effort to understand the meaning they gave to their lives, I opted for a qualitative approach which enables the gathering and reflection upon the most deep-seated matters and their everyday habits, as well as the access to their subjective world in contrast to the depersonalization of statistical studies. Appropriately, I used an ethnographic methodology, resorting to life stories gathered in several diverse interviews of the three subjects, systematized data which I would later use as basis for the conclusions of this scientific study. Only in situations where social workers serve as mediators and where it is a priority to respect differences along with an holistic approach to the elderly, it is possible to help redefine their life project and build a more meaningful, positive and quality future.

Key words: Active aging, Quality of life, Life stories, Institutionalization, Gerontological entertainment.

ÍNDICE

INTRODUÇÃO	1
1. A PROBLEMÁTICA DA INVESTIGAÇÃO	1
2. MOTIVAÇÕES PARA O MEU REGRESSO À UNIVERSIDADE E FAZER UMA DISSERTAÇÃO DE Mestrado	4
3. PERSPETIVAS E PREOCUPAÇÃO CIENTÍFICA COM O CUIDAR DE IDOSOS	4
4. A PERTINÊNCIA DO PROJETO DE INVESTIGAÇÃO	5
5. A ESTRUTURA DO ESTUDO	6
PARTE I - DA REVISÃO DA LITERATURA E DAS NOÇÕES OPERATÓRIAS	8
CAPÍTULO 1 – DO ENVELHECIMENTO AO ENVELHECIMENTO ATIVO E À ANIMAÇÃO GERONTOLÓGICA – REVISÃO DE LITERATURA:.....	9
1.1. O ENVELHECIMENTO DEMOGRÁFICO	9
1.2. O PROCESSO DE ENVELHECIMENTO	10
1.3. ENVELHECIMENTO E INSTITUCIONALIZAÇÃO	12
1.4. ENVELHECIMENTO BEM-SUCEDIDO, PROJETO DE VIDA QUALIDADE DE VIDA	16
1.5. ENVELHECIMENTO ATIVO E ANIMAÇÃO GERONTOLÓGICA	21
PARTE II – ESTUDOS DE CASO	28
CAPÍTULO 1 - UNIVERSO DE ESTUDO E METODOLOGIA	28
1.1. O UNIVERSO DE ESTUDO: DUAS INSTITUIÇÕES, DUAS PERSPETIVAS DE INTERVENÇÃO SOCIOCULTURAL COM IDOSOS	28
1.2. DA METODOLOGIA	34
1.3. – A MATRIZ QUE DIRECIONOU O ESTUDO DOS TRES SUJEITOS.....	38
CAPÍTULO 2 – O PROJETO PESSOAL E O SENTIDO DE VIDA DO SR.ANTÓNIO	40
2.1. O BIOGRAFADO	40
2. 2. O PASSADO: O PROJETO PESSOAL E O SENTIDO DE VIDA DO SR. ANTÓNIO	40
2.2.1. A infância entre a escola e a carpintaria do pai	40
2.2.2. A juventude e o encontro com as suas duas grandes paixões.....	41
2.2.3. A vida de adulto: entre a paixão pela profissão de aviador e o amor à família	42
2.2.4. Chegada a idade da reforma: a procura incessante de novos projetos.....	43
2. 3. O PRESENTE: PROJETO PESSOAL E O SENTIDO DE VIDA DO SR.ANTÓNIO.....	44
2.3.1. A transição do contexto familiar para a institucionalização.....	44
2.3.2. Os novos projetos de vida do Sr. António, e o seu sentido de vida.....	45
2.4. O PAPEL DA TÉCNICA DE ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL DA INSTITUIÇÃO	48

2.5. A SUA DEFINIÇÃO DE QUALIDADE DE VIDA	49
CAPÍTULO 3 – O PROJETO PESSOAL E O SENTIDO DE VIDA DA SRA. MARIA	51
3.1. O BIOGRAFADO	51
3. 2. O PASSADO: O PROJETO PESSOAL E O SENTIDO DE VIDA DA SRA. MARIA.....	51
3.2.1. A infância entre a família, a escola e o trabalho nas terras e as brincadeiras	51
3.2.2. A juventude e o encontro com as suas primeiras grandes decisões	52
3. 2.3. As diferentes fases da sua trajetória de vida em adulta	53
3.2.4. A idade da reforma e a procura incessante de novos projetos.....	55
3. 3. O PRESENTE: O PROJETO PESSOAL E O SENTIDO DE VIDA DA SRA. MARIA.....	56
3.3.1. A transição do contexto familiar para a institucionalização.....	56
3.3.2. Os novos projetos de vida da Sra. Maria, e o seu sentido de vida atual.....	57
3.4. O PAPEL DA TÉCNICA DE ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL DA INSTITUIÇÃO	58
3.5. A SUA DEFINIÇÃO DE QUALIDADE DE VIDA	59
CAPÍTULO 4 – O PROJETO PESSOAL E O SENTIDO DE VIDA DA SRª ROSA	60
4.1. O BIOGRAFADO	60
4.2. O PASSADO: O PROJETO PESSOAL E O SENTIDO DE VIDA DA SRª ROSA.....	60
4.2.1. A infância passada entre os trabalhos domésticos e as brincadeiras	60
4.2.2. A Juventude, uma vida de trabalho	61
4.2.3. As diferentes fases da sua trajetória de vida em adulta	62
4.2.4. A idade da reforma.....	62
4. 3. O PRESENTE: O PROJETO PESSOAL E O SENTIDO DE VIDA DA SRA. ROSA.....	64
4.3.1. A transição do contexto familiar para a institucionalização.....	64
4.3.2. A evolução do processo de adaptação da Sra. Rosa à sua nova casa	65
4.4.2. Os novos projetos de vida da Sra. Rosa e o seu sentido de vida atual	66
4.4. O PAPEL DA TÉCNICA DE ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL DA INSTITUIÇÃO E A (RE)CONSTRUÇÃO DO PROJETO DE VIDA	68
4.5. A SUA DEFINIÇÃO DE QUALIDADE DE VIDA	69
CAPÍTULO 5 – ANÁLISE COMPARATIVA DAS TRAJETÓRIAS DE VIDA E SENTIDOS DE VIDA DOS TRÊS SUJEITOS ESTUDADOS	70
CONCLUSÃO	75
BIBLIOGRAFIA E OUTRAS FONTES.....	85
APÊNDICES E ANEXOS	1
APÊNDICE 1	1
APÊNDICE 2 – CONSENTIMENTO INFORMADO.....	2
APÊNDICE 3 - SINOPSES DAS ENTREVISTAS REALIZADAS AOS SUJEITOS ESTUDADOS	3

APÊNDICE 3d - ANÁLISE COMPARATIVA DAS TRAJETÓRIAS DE VIDA E SENTIDOS DE VIDA DOS TRÊS SUJEITOS ESTUDADOS	38
ANEXOS	1

ÍNDICE DE TABELAS

TABELA 1 – CARACTERIZAÇÃO DOS SUJEITOS ESTUDADOS

LISTA DE SIGLAS

IPL – Instituto Politécnico de Leiria

INE – Instituto Nacional de Estatística

OMS – Organização Mundial de Saúde

ONU – Organização Mundial das nações Unidas

WHO – World Health Organization

INTRODUÇÃO

1. A PROBLEMÁTICA DA INVESTIGAÇÃO

Na era moderna, assistimos a um fenómeno único na humanidade, que caracterizou o final do século XX, e continua a caracterizar o século XXI, e que constitui, sem dúvida, a alteração mais importante na estrutura da população: o envelhecimento demográfico (Azeredo, 2011).

O desenvolvimento das sociedades contemporâneas tem permitido um aumento da esperança média de vida global. “O aumento crescente da sobrevivência das novas gerações tem reflexos não só no tempo de vida de cada um, que passa a ser mais longo, como no aumento, que é também crescente, do número dos que atingem idades avançadas.” (Fernandes, 2004, p.13).

O envelhecimento demográfico e humano coloca múltiplos desafios às sociedades contemporâneas. Todas as estimativas apontam para o facto de que, em Portugal, nas próximas décadas, esta tendência se irá acentuar. Torna-se, pois, cada vez mais urgente, a compreensão dos processos envolvidos no envelhecimento, assim como dos requisitos necessários para o seu sucesso e dos obstáculos que o impedem.

É no contexto do envelhecimento demográfico enquanto problema social e do envelhecimento individual como problema multidimensional, que se fundamenta a escolha deste estudo científico intitulado “Vidas de idosos. Reviver o passado para construir um futuro mais ativo”. Só através de uma melhor compreensão dos fenómenos sociais podemos ter uma intervenção mais eficaz enquanto profissionais e cidadãos. Assim, procurei desenvolver pesquisa bibliográfica e de terreno, com vista a criar as bases para uma investigação científica sólida e coerente que possa trazer algum valor acrescentado ao conhecimento científico na área do envelhecimento ativo, mas dialogando sempre entre os dados colhidos quer na minha prática profissional, quer no trabalho de campo agora realizado, quer, claro, com outros autores e investigações afins que pensam os idosos como sujeitos, condicionados pelas suas trajetórias e histórias devida. Desta forma, as palavras-chave ou conceitos teóricos fundamentais a

caracterizar e a fazer revisão bibliográfica e, em torno das quais desenvolvi as minhas pesquisas teóricas sobre o tema são: envelhecimento; envelhecimento ativo; qualidade de vida; identidade; histórias de vida; institucionalização; solidão; projeto de vida; animação sociocultural; animação gerontológica; mediação gerontológica.

Envelhecer será considerado uma experiência positiva, se ao longo da vida existir acompanhamento de oportunidades contínuas para a saúde, participação e segurança. A OMS adotou o termo “envelhecimento ativo” para expressar o processo para atingir esta visão e define envelhecimento ativo como “o processo de otimização de oportunidades para a saúde, participação e segurança, a fim de melhorar a qualidade de vida” (OMS 2002).

Urge, assim, em meu entender, estudar como é que as pessoas envelhecem cada um “*per se*”, dentro do envelhecimento das sociedades contemporâneas. Envelhecer não é sinónimo de doença, inatividade e contração geral no desenvolvimento - apesar das muitas crenças e atitudes negativas sobre a velhice, em alguns contextos culturais, sobretudo entre as sociedades ocidentais. “ Os seres humanos só porque envelhecem, não perdem necessariamente as suas capacidades, e os seus saberes podem ser preciosos numa sociedade em transformação” (Pimentel, 2001, p. 51).

Nesta Investigação, a partir de uma pesquisa de terreno realizada numa Residencial para idosos, do Concelho de Leiria, que por questões de ética pessoal e de investigação, passo a designar por “casa de repouso Bem Viver”, (nome fictício, e onde qualquer semelhança com a nomenclatura de alguma instituição de idosos é pura coincidência), fui interagindo de uma forma cada vez mais próxima com 2 idosos aí institucionalizados, o Senhor António de 87 anos e a Sr.^a D. Maria de 90 anos, com vista a compreender não só o seu processo de integração no lar mas, também, que formas de animação lhes são propostas pela instituição no seu quotidiano. Foi meu objetivo compreender qual a importância atribuída pelos técnicos de intervenção social da instituição, à trajetória de vida vivida por estes idosos, para a determinação de estratégias de animação para a qualidade de vida dos mesmos, no presente e fora do ambiente familiar. Similarmente, outro trabalho de campo foi realizado num outro lar, onde trabalhei até há dois anos atrás, e que designei por “ Casa de Afetos”. Voltei, agora como investigadora, e, debrucei-me igualmente sobre a história de vida da D. Rosa, de 77 anos, como veremos, respetivamente nos capítulos 2, 3 e 4. Como diz Vieira (2014b):

“A qualidade de vida dos idosos não depende exclusivamente das condições objetivas em que vivem mas, dependem também, e por vezes muito, dos seus projetos de vida que se (re)vivificam ou não, têm sentido, ou não, para si. Em suma, a qualidade de vida dos idosos depende também, da forma como estes subjetivam o seu quotidiano e os factos vividos no seu eu enquanto sujeitos e não apenas objetos de cuidado de técnicos e familiares” (Vieira, 2014, p.107).

Em função do contexto apresentado e da problemática associada a um envelhecimento que se pretende cada vez mais ativo, surgem várias questões que estarão na base dos objetivos para a investigação e desenvolvimento desta Dissertação subordinada ao Tema ”Vidas de idosos. Reviver o passado para construir um futuro mais ativo”, e que passo a enunciar:

- a) Qual o papel dos técnicos de intervenção social, num contexto de institucionalização de idosos, no que respeita ao processo de envelhecimento dos utentes e numa perspetiva de envelhecimento ativo?
- b) Como conciliar o conhecimento da história de vida de cada um dos idosos em estudo com o projeto de vida fundamental para a sua qualidade de vida?
- c) Bastará ser amigo, isto é, bastarão as qualidades pessoais do técnico, nomeadamente a empatia, para promover um envelhecimento ativo no idoso?
- d) Ou, haverá necessidade do técnico de intervenção em envelhecimento ativo ajudar a redesenhar o projeto de vida de cada idoso, no diálogo com ele mesmo, conciliando os interesses do passado com as suas perspetivas presentes e futuras?

Destas questões, surgem três grandes objetivos para a minha investigação:

A – Conhecer o passado biográfico de três idosos institucionalizados, em termos profissionais, pessoais e sociais.

B – Compreender três idosos institucionalizados, em duas instituições distintas e perceber se existe ligação entre o seu passado (a sua trajetória de vida), o seu presente e o seu projeto de vida no seu dia-a-dia enquanto idoso institucionalizado e ativo. Perceber em cada um dos idosos estudados qual é o sentido que o projeto de vida tem no seu bem-estar e no seu sentido de vida atual.

C – Perceber, para cada um dos idosos estudados, se o técnico de animação sociocultural das respetivas instituições de acolhimento (re)constrói, ou não, com eles o seu projeto de vida, no intuito de os tratar como sujeitos e não como objetos (Ribeiro e Vieira, 2015; Vieira, 2014b). Existe ou não o cuidado em estabelecer a ligação entre a

história de vida dos idosos em estudo e as atividades de animação sociocultural desenvolvidas na instituição, em consonância com o (re)viver o passado para, no presente, projetar com o idoso o seu futuro?

2. MOTIVAÇÕES PARA O MEU REGRESSO À UNIVERSIDADE E FAZER UMA DISSERTAÇÃO DE MESTRADO

O presente trabalho insere-se no âmbito da Dissertação de Mestrado “Intervenção para um Envelhecimento Ativo”. Este mestrado representa para mim, enquanto profissional tornada investigadora, o regresso à universidade, passados 28 anos sobre a minha formação de base na área das ciências sociais e humanas, particularmente em Serviço Social, numa perspetiva de dar continuidade à (re)construção do conhecimento sobre a intervenção social, trabalhando-o agora num contexto fora da atividade profissional e numa área tão atual e tão complexa como é a da intervenção para um envelhecimento ativo.

Ao vivenciar uma descontinuidade na minha trajetória profissional, após interrupção de uma prática profissional de quase três décadas, vi nesta descontinuidade, não um problema, mas uma oportunidade para a minha revalorização e reconstrução científica e profissional. Assim, e numa perspetiva de valorização pessoal e profissional de imediato me inscrevi no mestrado em intervenção para um envelhecimento ativo. É dentro deste contexto, que me encontro a fazer este relato, agora apoiado em paradigmas investigativos (Amado, 2013; Vieira, 2013), de natureza biográfica e etnográfica na forma de dissertação para o mestrado de intervenção para um envelhecimento ativo.

3. PERSPETIVAS E PREOCUPAÇÃO CIENTÍFICA COM O CUIDAR DE IDOSOS

Numa perspetiva de que o envelhecimento ativo não se inicia numa fase específica da vida, mas, e de acordo com Paúl e Ribeiro (2011, p.2), ele é “um processo que se entende ao longo da vida e em que a história individual se constrói progressivamente e se materializa em resultados profundamente heterogéneos e idiossincráticos”, em que os próprios sujeitos têm um papel determinante enquanto atores da sua própria vida, e “criam projeto(s), razão do existir com sentido” (Vieira 2014), fui constatando ao longo da minha prática profissional que os idosos chegam às

instituições, na maioria dos casos, numa outra perspectiva não ativa, sem um projeto de vida, sem motivações, sem exteriorizarem desejos ou necessidades, num desânimo total e carregando dentro de si uma profunda solidão.

Cansados de inúmeras perdas e carregando o peso da rejeição social nem sempre encontram nas instituições de acolhimento um ambiente promotor de uma qualidade de vida tão desejada. A este propósito, Fernandes (2002) refere que os cuidados prestados, numa instituição, de uma forma impessoal e estandardizada, originam um efeito negativo no dia-a-dia do sujeito institucionalizado. Esta é, ainda hoje, a realidade de muitos idosos internados em instituições onde não há qualquer preocupação com a forma de cuidar dos mesmos, no verdadeiro sentido da palavra cuidar, isto é, olhar o idoso como um sujeito ativo na construção do seu próprio projeto de envelhecimento, encontrar com ele significado para a vida, nos diversos momentos do seu quotidiano.

4. A PERTINÊNCIA DO PROJETO DE INVESTIGAÇÃO

Cuidar de idosos nas sociedades atuais representa um desafio na construção de soluções que requerem inovação e criatividade, inspiradas em abordagens holísticas, integradoras e humanizadas (Costa, 2002 p.265).

A felicidade é fruto de uma construção, onde o tipo de interações que se criam entre técnicos, funcionários e o idoso institucionalizado são determinantes nos resultados a alcançar. A este respeito Zimerman (2000) diz-nos que:

“O que importa é a postura diante da vida, a forma de ser e de buscar a felicidade. É preciso uma preparação interna, objetivos de vida e projetos para continuar vivendo (...). As ligações afetivas continuam a ser importantes na sua vida. É essa sensação que lhes dá tranquilidade, esperança, confiança no futuro” Zimerman (2000, p.30).

Investigar nesta área, justifica-se na medida em que os idosos merecem uma atenção especial, não apenas pela sua suscetibilidade à exclusão ou segregação, devido às limitações que resultam do seu processo de envelhecimento, mas também na perspectiva do seu contributo valioso, de experiências e vivências, tão úteis à sociedade. À medida que a idade avança, são inevitáveis as perdas nos planos biopsicossocial que os idosos enfrentam diariamente. “o velho sente-se um indivíduo diminuído, que luta para continuar sendo homem” (Bosi, 1994). Neste contexto o papel dos interventores técnicos para um envelhecimento ativo, sejam assistentes sociais, educadores sociais, animadores, enfermeiros, etc., surge como fundamental e urgente, mas sempre num trabalho de relação com os idosos e não apenas para os idosos.

A intervenção destes técnicos, numa dimensão de vida ativa, deverá ser no sentido de criar condições para que cada idoso possa encontrar sentido na vida e, para tal, ele deve ter consciência da necessidade de ser ator da sua própria vida, como base fundamental das transformações individuais e sociais que urge serem alcançadas nesta sociedade em que envelhecer se tornou um problema social. A este respeito Amado (2013) salienta que:

“Na Gerontologia educativa constata-se a existência de projetos de desenvolvimento de modelos e programas de animação, estimulação, enriquecimento pessoal, formação e instrução para e com os idosos. Esta educação de e com os idosos convoca para um modelo de trabalho assente na interação grupal e pretende que cada idoso se converta num protagonista construtor e ator do seu próprio desenvolvimento.” Amado (2013, p.212)

Centralizando-me mais na intervenção do animador, enquanto técnico de intervenção social, cujo papel é fundamental no envolvimento dos idosos institucionalizados, na construção ou (re)construção do seu projeto de vida, com que perspectiva devem as instituições de acolhimento de idosos, olhar a animação gerontológica?

5. A ESTRUTURA DO ESTUDO

Esta dissertação está dividida em duas partes, a primeira das quais, a Parte I que considere a parte teórica do estudo, e é constituída pelo capítulo 1; a segunda parte, a Parte II, que considere a parte empírica do mesmo, e que é constituída pelos capítulos 2, 3, 4 e 5, seguidos de uma conclusão.

Na Parte I, capítulo I, faço a revisão bibliográfica sobre os conceitos e palavras-chave fundamentais à compreensão da minha investigação: envelhecimento; envelhecimento ativo; qualidade de vida; identidade; histórias de vida; projeto de vida; animação gerontológica; mediação gerontológica; institucionalização.

Para o efeito comecei por lembrar diversas obras a que tive acesso não longo do primeiro ano deste mestrado em intervenção para um envelhecimento ativo. A partir desta base e da preciosa ajuda do meu orientar desta dissertação de mestrado, o Professor Ricardo Vieira, alarguei a minha pesquisa a novos autores, outras dissertações e teses dentro desta temática do envelhecimento ativo, centrando-me nas palavras-chave como direcionadoras do quadro de referência teórico que pretendia investigar para fundamentação da minha dissertação.

Na parte II, capítulo 1, apresento o universo de estudo e a metodologia. Nos capítulos 2, 3 e 4 faço um estudo de caso de natureza biográfica (Amado, 2013; Vieira, 2014) e etnobiográfica (Vieira, 2003; 2014 a 2014 b) em duas instituições de acolhimento a idosos, não só para compreender e comparar as práticas de Intervenção sociocultural em dois universos distintos mas, também para compreender três idosos aí institucionalizados e perceber a ligação existente ente os seus passados, os seus presentes e os seus projetos de vida no dia-a-dia da instituição, nas atividades de animação e nas suas qualidades de vida subjetivas. No capítulo 5 faço uma análise comparativa entre estes 3 casos e as experiências de sucesso bem como de insucesso que contribuíram para a sua qualidade de vida e bem-estar, bem como para a sua animação, no sentido de que animar é dar ânimo, é dar vida.

PARTE I - DA REVISÃO DA LITERATURA E DAS NOÇÕES OPERATÓRIAS

“Dar continuidade psicológica a tudo aquilo que se foi, é fundamental para se continuar a ser”.

(Vieira, 2000)

CAPÍTULO 1 – DO ENVELHECIMENTO AO ENVELHECIMENTO ATIVO E À ANIMAÇÃO GERONTOLÓGICA – REVISÃO DE LITERATURA:

1.1. O ENVELHECIMENTO DEMOGRÁFICO

O envelhecimento demográfico e humano é um tema da atualidade que coloca múltiplos desafios às sociedades contemporâneas, aos níveis político, económico e social, e que se reflete nos destinos individuais e coletivos (World Health Organization [WHO], 2005). Todas as estimativas apontam para o facto de que, em Portugal, nas próximas décadas, esta tendência se irá acentuar, (INE, censos 2011). De acordo com Paúl e Fonseca (2005), “dentro de aproximadamente 5 anos, um em cada cinco portugueses terá 65 ou mais anos e, em meados do século XXI, essa relação será de um para três portugueses.”

Segundo Moura (2006, p.28), e de acordo com dados da *II Assembleia Mundial sobre Envelhecimento* (Madrid,2002), “até 2050 o número de idosos irá ser maior que o número de jovens existentes, pela primeira vez na história da humanidade. Em 1959 as pessoas idosas representavam 8% da população, em 2000 representavam 10% e segundo a mesma fonte até 2050 o número de idosos deverá corresponder a 21% da população”.

Prevê-se para Portugal que em 2030 o número de pessoas com mais de 80 anos de idade seja o dobro do número atual, (Simões, 2006). O aumento da longevidade, associado à diminuição da natalidade, conduz a este fenómeno do rápido envelhecimento da população, e as alterações da pirâmide etária no diz respeito ao envelhecimento demográfico, trouxeram nas últimas décadas uma série de inquietações em relação à forma como as sociedades lidarão num futuro próximo com as problemáticas associadas a este fenómeno, nomeadamente a sustentabilidade das reformas, o aumento das despesas de saúde e a necessidade de repensar novas formas de intervenção. A queda da mortalidade e o aumento da morbilidade associados ao fenómeno do aumento da longevidade, está na origem de problemas com enormes impactos sociais, políticos e necessariamente económicos, como por exemplo o aumento dos custos dos cuidados de saúde primários e hospitalares.

O envelhecimento difere de indivíduo para indivíduo e apresenta-se como um processo complexo que importa compreendermos no contexto deste estudo nas suas

dimensões biopsicossocial, e que está condicionado quer por fatores intrínsecos ao indivíduo quer por fatores extrínsecos que se apresentam determinantes na forma como cada indivíduo envelhece.

1.2. O PROCESSO DE ENVELHECIMENTO

As alterações causadas pelo envelhecimento desenvolvem-se a um ritmo distinto, de indivíduo para indivíduo, e dependem de fatores internos ou individuais (biológicos, genéticos e psicológicos) e de fatores externos (comportamentais, ambientais e sociais) que determinam a forma como se envelhece. Enquanto os fatores internos podem contribuir para o aparecimento de doenças ao longo da vida, os fatores externos são em muitas situações responsáveis pelo declínio das funções. São exemplo disso as depressões e os fenómenos de isolamento de muitos idosos, verificando-se uma forte influência na sua qualidade de vida atual, quer das experiências passadas quer do ambiente em que vivem, quer ainda dos cuidados de saúde que recebem.

Segundo Neri (1995), citada por Moura (2006), “o modo de envelhecimento depende do curso de vida de cada indivíduo, grupo etário e geração, sendo estruturado pela influência constante e interativa das circunstâncias histórico-culturais, da incidência de diferentes patologias durante o processo de desenvolvimento e de envelhecimento, de fatores genéticos e do ambiente ecológico” (Moura, 2006, p.37). Segundo Seco (1999) citado por Moura (2006),” o envelhecimento, embora marcado por mutações biológicas visíveis, é também cercado por determinantes sociais que tornam as conceções sobre velhice variáveis de indivíduo para indivíduo, de cultura para cultura e de época para época” (Moura, 2006, p.38).

Este rápido envelhecimento da população que referimos anteriormente é, sobretudo nos países em desenvolvimento, acompanhado por mudanças dramáticas nas estruturas familiares e nos respetivos papéis desempenhados pelos diferentes grupos etários, que de acordo com Ribeirinho (2005), citado por Moura (2006), está a permitir à sociedade atual deparar-se perante uma situação contraditória:

“ por um lado confronta-se com o crescimento em massa da população idosa, fruto do aumento da esperança média de vida, e por outro lado, omite-se ou adota atitudes preconceituosas sobre a velhice, retardando assim uma efetiva implementação de medidas que visem minorar situações de dependência.” Moura, (2006, p.55)

Numa visão social do homem enquanto ser ativo e produtivo, centrada na produção de riqueza e fruto da sociedade moderna ocidental, a proliferação de creches e lares tem formatado tanto idosos, quanto crianças, numa educação que os destitui dos seus lugares sociais (Gusmão, 2003). Enquanto as crianças são seres que ainda não produzem e simbolizam o futuro, os idosos ao perderem a sua força de trabalho, deixam de produzir e pertencem ao passado. Nesta perspetiva o velho é rejeitado e constitui uma ameaça social. Neste sentido Bosi (1994, p.79) diz-nos que “o velho sente-se um indivíduo diminuído, que luta para continuar sendo homem”.

O olhar social sobre a velhice traduz-se em representações que promovem a criação de estereótipos, e a discriminação dos mais velhos, o “idadismo” onde a velhice sendo a última fase do ciclo de vida, tem uma representação social, condicionada por múltiplos fatores, mas onde se sobrevaloriza o visível, o material, o externo, em detrimento do subjetivo e dos valores associados ao que os idosos são e sentem e não ao que eles têm. “Não se vê o verdadeiro sentido de se ter uma idade, mais do que pertencer a uma idade” (Gusmão, 2003, p.27). A velhice é muitas vezes, e num contexto de desvalorização dos velhos, encarada como uma doença “por oposição aos valores da juventude, força física e ação” (Paúl, 1997), e o que acontece muitas vezes é que “os estereótipos sobre os idosos fazem com que eles se acomodem e aceitem essas representações, o que pode conduzir ao surgimento de depressões e problemas do foro psicossomático” (Vieira, 2009b, p. 136).

A existência de processos de envelhecimento individuais e diferenciados de pessoa para pessoa, em função das suas trajetórias de desenvolvimento a que cada um esteve sujeito ao longo da sua vida, fazem do envelhecimento e da velhice, segundo Moura (2005, p.17), uma experiência e uma fase consideradas como parte integrante do ciclo de vida fortemente dependente do contexto social e histórico em que são produzidas. Assim, a «velhice», é muito mais heterogénea do que habitualmente pensamos e por isso precisa ser estudada na sua diversidade para evitar a produção de exclusões sociais (Costa 2001; Cozinheiro 2007; Vieira 2009b) e, na verdade “não existe uma velhice mas maneiras diferentes de envelhecer; cada velhice é consequência de uma história de vida” (Peixoto, 2000, citado por Gusmão, 2003, p.18). A este respeito Simões (2006) diz que:

“Se todos nós envelhecemos [...] nenhum de nós envelhece exatamente da mesma maneira. Para além de ser pessoal (depende da nossa biologia e em particular da nossa dotação genética), o

envelhecimento é um fenómeno contextual (depende, [...] do género que nos coube em sorte, do nível de instrução que possuímos, da região geográfica onde vivemos). A complexa interação entre estas duas ordens de valores determina a imensa variedade das experiências individuais de envelhecimento” (Simões, 2006, p.24).

Envelhecer é também um processo experiencial subjetivo, e “ pode definir-se como a autoregulação exercida através de decisões e escolhas para adaptação ao processo de senescência.” (Costa, 2002, p.37).

1.3. ENVELHECIMENTO E INSTITUCIONALIZAÇÃO

Na era moderna, temos assistido ao fenómeno da institucionalização dos mais idosos, fruto do advento das sociedades pós tradicionais que metamorfoseou as condições de vida de todos os sujeitos, em especial dos indivíduos de mais idade. Estes indivíduos são na verdade, e de acordo com Sousa (2015, p.59) ”sujeitos de transição, uma vez que cresceram num tempo/lugar com características tradicionais muito diferentes das que encontram na sociedade de hoje. Em rigor passaram a relacionar-se num meio globalizador e fluido que substituiu a solidez do conhecimento e do familiar provocando vertigens emocionais”. A casa, lugar habitual de cuidados, foi sendo substituída por instituições modernas que passam a desempenhar as funções de acolhimento e de prestação de cuidados e onde o fim da vida já não acontece em família (Pimentel, 2009; Vieira, 2014b). Neste contexto, novas concepções de velhice emergem e as pessoas de idades mais avançadas torna-se invisíveis e transformam-se num grupo abstrato, simbolicamente excluídas da sociedade (Sousa, 2015).

Consideram-se idosos institucionalizados e residentes, os que vivem 24h por dia numa instituição. Segundo Golffman citado por Pereira (2012), “As instituições totais ou permanentes consistem em lugares de residência onde um grupo numeroso de indivíduos em condições similares, levam uma vida fechada e formalmente administrada por terceiros. Existe uma rotura com o exterior, dado que todos os aspetos da vida são regulados por um única entidade” (Pereira, 2012, p. 133). Assistimos assim, ao fenómeno moderno do envelhecimento em massa, no abstrato onde reina a

necessidade de uniformizar, criar regras institucionais, onde não há espaço para a individualidade nem para o subjetivo. A este respeito Ribeiro (2013) diz-nos que:

“a institucionalização do idoso é como que uma ‘colonização da velhice’, onde esta constitui como que mais um momento de esquecimento e isolamento, agravado pelo encontro com um ambiente coletivo de regras, onde é ignorada a sua individualidade, a sua história de vida” (Ribeiro, 2013, p.33.)

Segundo Vieira (2009b) “Entender o processo de envelhecimento, pressupõe que tenhamos consciência de que os idosos não envelhecem todos da mesma maneira, ou seja devemos perceber as suas diferenças individuais, rejeitando a visão da uniformidade.” (Vieira, 2009b p.135). Neste período de grandes mudanças a nível biológico, psicológico e social acontecem igualmente grandes mudanças no plano das relações interpessoais, que, e de acordo com o mesmo autor, “exigem ao idoso um esforço de adaptação para a sua reconfiguração identitária e bem-estar social” (Vieira, 2014, p.118). Com efeito, a identidade da pessoa idosa num contexto de institucionalização, continua a ser tão importante como antes, ou seja, a continuidade psicológica de tudo aquilo que se foi é fundamental para se continuar a ser. (Vieira, 2000; cozinheiro 2008; Sousa 2015). De acordo com Vieira (2000)

“O indivíduo acede à consciência de si, por diferenciação dos outros e assimilando a identidade do grupo que designa e identifica como seu. (...) Constrói-se assim o EU. Uma construção cuja matriz cultural é o outro. São os outros que constituem os referenciais, ou pelo menos, parte dos outros reajustadas ao eu que se torna assim um nós. É efetivamente o outro que dá sentido ao eu. Surge assim um projeto de existência. Depois é-se outro. Foi-se metamorfoseado, reconstruído (...) recria-se um novo eu, um novo outro, mesmo um novo mundo. É por isso que só com os outros e com o contexto a pessoa é” Vieira (2000, p.42).

São as pessoas significativas, os espaços e os objetos, isto é, as vivências e os seus diferentes contextos, que alimentam as relações afetivas de qualquer pessoa, independentemente da sua idade (Paúl, 2005; Pimentel, 2005; Pimentel 2009; Cardão 2009; Vieira 2014). “Frequentemente, estas relações são o espelho dos percursos de vida. Aquando da institucionalização estes espelhos são quebrados e a organização do tempo, dos recursos e das relações sociais são profundamente transtornados” (Sousa, 2015, pp.60-61).

A institucionalização significa para o idoso, na maioria das situações, distanciamento da família, perda de liberdade, receio da forma como será tratado, o que leva a que a institucionalização seja sempre acompanhada de sofrimento. De acordo com literatura da especialidade (Paúl, 2005; Pimentel, 2005; Pimentel 2009; Cardão

2009; Vieira 2014), a mudança definitiva para uma estrutura residencial é um dos aspetos mais traumáticos da velhice, porque implica rutura e descontinuidade de experiências. Segundo Pimentel (2009, p.243) “os processos de desvinculação e de rotura trazem frequentemente a solidão, e esta, por sua vez contribui para uma perceção negativa da qualidade de vida”. Machado Pais (2006) citado por Pimentel (2009) refere que “a solidão traduz-se num desencontro com o outro, nalguns casos consigo mesmo” (Pimentel, 2009, p.144). Trata-se de uma experiência essencialmente individual e subjetiva uma vez que cada um a sente ao seu modo e lhe atribui diferentes significados, e que segundo a autora, se prende com a ausência, real ou imaginária, de laços/vínculos que ligam as pessoas aos "outros" significativos (Pimentel, 2009). Ainda de acordo com a mesma autora, “ uma pessoa que viva sozinha pode não experimentar qualquer sentimento de solidão e sentir-se completamente integrada nas suas redes relacionais; enquanto que outra que viva com a família ou mesmo em instituição, pode sentir-se completamente excluída de qualquer rede relacional e esquecida pelos que a rodeiam” Pimentel (2009, p.244). Pitaud, 2004, citado por Pimentel (2009), afirma que "Podemos escolher o isolamento, mas não escolhemos nunca a solidão, porque esta é sofrimento, sinal de desequilíbrio na relação organismo/meio” (Pimentel 2009, p.244). Ainda segundo a mesma autora, a solidão e o isolamento social sentido e vivido em contexto institucional, acentuam uma série de perdas ao nível da identidade e da autoestima, e de acordo com Netto (2002), citado por Cardão (2009), quer a solidão quer o isolamento apresentam-se como “fatores que promovem, muitas vezes, a renúncia da própria vida”.

Embora o envelhecimento possa ser uma experiência vivida com prazer e com qualidade de vida, é importante termos presente que não existe um padrão único de velhice e envelhecimento, e que essa experiência deva ser considerada genericamente como bem ou mal sucedida, guiada por comportamentos e por estilos de vida e rotinas mais ou menos enraizados nos idosos e nas instituições de acolhimento. Embora haja idosos que identificam a instituição como a sua nova casa e alcancem sucesso enquanto novo(s) residente(s) ao encontrarem no lar referências que levam à metamorfose da sua identidade (Vieira, 2009a), há também experiências de insucesso e subjetivação da solidão, mesmo em contextos de muita população, onde “ a falta de rituais e a perda da noção espaço-temporal produz, assim, a tristeza, o sentimento de solidão e o envelhecimento precoce. (Vieira, 2014b, p.114). Os idosos refugiam-se na solidão,

“observando a sua existência entre um passado que já não existe, para além da nostalgia, e um futuro que acaba por ser a negação da própria alegria”(Vieira, 2014b, p.120)

Numa perspetiva de ciclo de vida, e de acordo com um “modelo de envelhecimento bem-sucedido” (Fonseca 2004) o velho dever ser visto “como produto e produtor de experiências” (Vieira, 2009a), pois, como afirma Zimmerman, citado por Vieira, “não basta ver o velho, é preciso senti-lo, e tentar entender a forma como ele sente” (Vieira, 2009a). Para manter esta coerência biográfica, nem sempre é fácil o trabalho dos técnicos de envelhecimento ativo. Esta é uma das grandes dificuldades que surge com os idosos institucionalizados, uma vez que, inevitavelmente, e para o bom funcionamento das instituições, há sempre rotinas que são criadas o que, muitas vezes, não vai de encontro às necessidades e hábitos específicos de cada idoso. Como afirma Vieira (2013, p.42), “esta fase da vida não é devidamente acompanhada e preparada, sendo que as pessoas são dispensadas e desvalorizadas, o que faz com que os próprios idosos se vejam tal como a sociedade os vê, simplesmente seres inúteis”.

A maior longevidade implica igualmente mudanças e alterações no plano coletivo, e novas construções sob diferentes influências de ordem sociocultural. A responsabilidade de ajudar o idoso a envelhecer com qualidade é de todos nós. A esse respeito Vieira afirma que “dar um sentido à velhice deveria ser, para todos, um desafio” (Vieira, 2009b, p. 135). Ainda segundo Vieira (2014), “O que os idosos mais desejam é um tempo de companhia, atenção e carinho, mas por vezes, a solidão e o silêncio que preenchem os seus dias atiram-nos para a depressão e o isolamento, sendo inundados, por vezes, por pensamentos negativos como por exemplo o desejo da própria morte”. (Vieira, 2014b, p.120).

A velhice traz tantas possibilidades de crescimento qualitativo, como de deterioração progressiva e irreversível. Há pessoas que encaram a velhice como uma etapa de felicidade, de plenitude, com uma atitude positiva face à velhice, tendo um projeto de vida para esse ciclo de vida. Nesta perspetiva Zimmerman (2000), apresenta-nos o velho como ‘um mais’:

“O velho é um mais: tem mais experiência, mais vivência, mais anos de vida, mais doenças crónicas, mais perdas, sofre mais preconceitos e tem mais tempo disponível. No momento em que utiliza mais a sua experiência, a vivência adquirida, ao longo da sua vida, aprende a conviver com as suas doenças crónicas e próprias da sua idade; elabora as suas perdas, não esquecendo os seus ganhos; dribla os preconceitos e aprende a utilizar o seu tempo. Ele continuará a aproveitar a vida, gozando as coisas boas e sendo feliz. Fazer planos para o amanhã é viver” (Zimmerman, 2000, pp. 19-20).

Mas, muitas outras pessoas encaram a velhice como uma fase pessimista, de decadência e deterioração, onde a depressão e as crises de identidade são uma constante. Segundo Zimmerman, (2000, p.24) “ A crise de identidade, provocada pela falta de papel social, levará o velho a uma perda de sua autoestima [...] Com o aumento de seu tempo de vida, ele deverá se adequar a novos papéis”.

Envelhecer não é ser velho, e “a representação social da velhice como acontecimento individual não convoca somente aspectos negativos relacionados com o desgaste e a eventual dependência” (Cardão, 2009). Envelhecer é igualmente ter experiência, maturidade e uma percepção das coisas e do mundo de forma mais elaborada e abrangente.

1.4. ENVELHECIMENTO BEM-SUCEDIDO, PROJETO DE VIDA QUALIDADE DE VIDA

O conceito de desenvolvimento humano, numa perspectiva de ciclo de vida, tem vindo a evoluir nos últimos anos no sentido de conferir uma atenção cada vez maior às perspectivas que defendem o papel ativo do indivíduo na construção do seu próprio desenvolvimento (Fonseca 2005a). Seja influenciando-o diretamente através da realização de escolhas, seja fazendo-o de forma indireta ao criar ou mudar os contextos onde esse desenvolvimento se processa, podemos afirmar, e de acordo com Fonseca, (2005a) que o indivíduo é responsável pelo seu próprio desenvolvimento, e mesmo na velhice este evolui de uma forma regular e progressiva:

“Uma visão desta natureza leva a encarar o ser humano como um sistema altamente complexo, onde se interligam dimensões de ordem biológica, cognitiva, emocional, relacional e social. Um sistema que apesar de sujeito a uma evolução regular e progressiva, não está confinado a uma meta desenvolvimental predeterminada.” (Fonseca, 2005a, p.23).

O envelhecimento, de acordo com o mesmo autor, “é em si mesmo um processo adaptativo às mudanças desenvolvimentais que acontecem quando o indivíduo experiêcia de um certo grau de insatisfação (ou crise) que está na origem de uma determinada ocorrência” (Fonseca, 2005a, p.69). É precisamente essa insatisfação que vai gerar a necessidade do indivíduo agir, de elaborar e desenvolver atividades intencionais e planificadas, e, segundo (Brandtstadter, 1984; Brandtstadter, Krampen e Greve,1987), citados por Fonseca (2005a), é “através destas atividades que o indivíduo vai, forjar objetivos desenvolvimentais que lhe permitam assegurar um balanço

favorável entre ganhos e perdas. Essa ação reguladora efetua-se em função de valores, expectativas e concepções pessoais de controlo e é, em si mesma, uma prova da plasticidade do desenvolvimento psicológico do ser humano” Fonseca (2005a, p.70). Cada ser é único e Brandtstadter (1984), citado por Fonseca (2005a) afirma que “o desenvolvimento individual ao longo de todo o ciclo de vida está integrado e é dependente de uma altamente complexa, dinâmica, e conflituante estrutura de objetivos e potencialidades pessoais, por um lado e de exigências e oportunidades sociais, por outro lado” (Fonseca,2005a, p.68). Ainda nesta linha de pensamento, Brandtstadter, Wentura e Roehmund, (1999), citados por Fonseca (2005b) afirmam que:

“ A procura de objetivos ou sentido de vida como estratégia, quer de controlo pessoal sobre o desenvolvimento quer de continuidade e preservação da identidade, revela aqui todo o seu valor e toda a pertinência, realçando bem o significado que as teorias da ação e do controlo atribuem à adaptação psicológica como o conjunto de atividades, intencionais e planificadas, a partir das quais a pessoa fixa objetivos que lhe permitam assegurar um balanço favorável entre ganhos e perdas desenvolvimentais” (Fonseca, 2005b, p.48)

Na sua complexidade, o processo de envelhecimento assenta nas suas componentes biológica e social, a que cada indivíduo se ajusta do ponto de vista psicológico (Paúl, 2005a). O envelhecimento, é assim, um processo que se desenvolve no tempo, onde cada idoso se adapta a novas situações desenvolvendo mecanismos de “compensação de perdas através do recurso a novas estratégias de pensamento e a novas estratégias de resolução de problemas, que refletem bem a experiência de vida de cada um” (Paúl, 2005b, p. 38). Os resultados finais em termos do modo como cada um envelhece assentam numa base genética e ambiental que potencia, positiva ou negativamente estes resultados.

Nesta linha de pensamento e de acordo com Paúl (2005) “A identidade do ‘eu em desenvolvimento’ mantém-se no controlo da vida, redefinindo objetivos, de forma a otimizar a adaptação. (...) As mãos, moldadas pelo tempo e atuantes nas escolhas podem sempre decidir dos afetos e desenhar os gestos da autonomia, sem amargura.” (Paúl, 2005, p.12). Esta capacidade adaptativa não tem que decair com o avanço da idade, e de acordo com Fonseca (2005c) está diretamente relacionada com o envelhecimento bem-sucedido, uma vez que segundo este autor:

“existe todo um conjunto de recursos internos e externos que se afirmam como ‘recursos de bem-estar’[...] que correlacionam diferentes facetas do envelhecimento – mudanças fisiológicas e relativas à saúde, capacidades cognitivas, relações sociais, competência - com o bem-estar subjetivo (avaliação global que a pessoa faz da sua qualidade de vida), [...] este critério é aquele

que, provavelmente, melhor traduz o que significa envelhecer com sucesso”(Fonseca 2005c, pp. 307-308).

Mas o envelhecimento bem-sucedido é um constructo complexo, e ainda segundo Fonseca (2005c):

“Trata-se de um conceito que incorpora essencialmente dois processos relacionados entre si. Por um lado trata-se de uma capacidade global de adaptação às perdas que ocorrem habitualmente na velhice, [...] através de uma procura individual de resultados e objetivos significativos para o próprio, mesmo quando já é notório um declínio de possibilidades e de oportunidades. Por outro lado, o envelhecimento bem-sucedido pode ser atingido mediante a escolha de determinados estilos de vida, que satisfaçam o objetivo de manutenção da integridade física e mental até aos últimos momentos da existência” (Fonseca 2005c, p. 285)

Nesta perspetiva, os indivíduos que envelhecem com sucesso, seriam aqueles capazes de colocar em prática uma estratégia pelo meio da qual “distribuem os recursos disponíveis pelas necessidades e pelos objetivos a que atribuem maior importância e que se prendem, nomeadamente, com o estabelecimento de relações interpessoais e com a manutenção da saúde e do bem-estar emocional” (Fonseca 2005c, p.285). Assim, e de acordo com as teorias do envelhecimento bem-sucedido os indivíduos idosos que envelhecem com sucesso são aqueles que regulam a sua qualidade de vida definindo objetivos, sendo pró-ativos e lutando para os atingir. “Tais objetivos estão dirigidos habitualmente, para áreas como a saúde, a autonomia pessoal, a estabilidade emocional, a autoestima, o casamento, a vida familiar e as relações de amizade” (Fonseca, 2005c, p. 288). Ainda segundo Fonseca (2005c), o conceito de envelhecimento bem-sucedido só faz sentido numa perspetiva ecológica, visando o indivíduo no seu contexto sociocultural, integrando a sua vida atual e passada, onde é necessário ponderar a dinâmica de forças entre as pressões ambientais e as suas capacidades adaptativas. Neste processo, e de acordo com Paúl (1996), citada por Fonseca (2005c) é necessário dar o devido relevo ao “sentir subjetivo de cada indivíduo, completamente idiossincrático, que se compreende à luz da construção da história de vida de cada um” (Fonseca, 2005c, p.289).

Uma vida com ‘qualidade’ ou ‘bem-sucedida’ é um conceito profundamente cultural e individual (Fonseca 2005c), e fala-se de um envelhecimento bem-sucedido “quando a competência é maior, isto é, quando há um maior bem-estar e uma manutenção do controlo sobre a própria vida” (Fonseca, 2005c, p.292). O critério de sucesso para um envelhecimento bem-sucedido, é na sua versão mais básica, a

autonomia física, psicológica e social dos idosos (Paúl, C., Fonseca, A.M., Martins, M., Amado, J., 2005c).

O fenómeno do envelhecimento bem-sucedido, está intimamente ligado com a melhoria da qualidade de vida e, conseqüentemente, com a melhoria dos cuidados de saúde. A OMS (1974) definiu a saúde como “um estado completo de bem-estar físico, mental e social e que não consiste somente numa ausência de doença ou enfermidade”, e definiu ainda qualidade de vida como sendo “a percepção que o indivíduo tem da sua atitude na vida, no contexto onde está inserido, tendo em conta a cultura, os valores, objetivos de vida, relações sociais e perspectivas de vida” (OMS, 1974).

Nesta perspectiva Pimentel (2009) alerta-nos para a natureza multidimensional do conceito de qualidade de vida e para o facto dos fatores que permitem definir os padrões de qualidade de vida serem avaliados através de componentes quer objetivas, quer subjetivas, estando estas ultimas alicerçadas na inconstância das emoções e das percepções individuais e por isso mesmo difíceis de avaliar:

“O conceito de qualidade de vida é multidimensional, impreciso e, por isso mesmo passível de interpretações diversas. Ao analisarmos os fatores que permitem definir os padrões de qualidade de vida, temos de considerar as suas componentes materiais e objetivas, de quantificação e mensuração relativamente simples, e as suas componentes emocionais e subjetivas, singulares na sua essência e, por consequência, difíceis de avaliar” (Pimentel, 2009, p.243).

A qualidade de vida tem muito de subjetivo (Kaufmann, 2005; Cozinheiro, 2007; Pimentel 2009; Vieira, 2008) e depende da maneira como cada indivíduo se vê e vive a vida e dos projetos e objetivos que ao longo dela se vão criando como metas a alcançar para a realização pessoal (Vieira, 2008, p.234). A vida tem de ser definida e reinventada a cada instante (kaufmann, 2005, p.162), mas o indivíduo não é livre de se inventar como deseja, ele é sempre o produto da sua história de vida, e da troca com os contextos onde se insere (Cozinheiro, 2007, p.29). É ainda importante salientar que nem todos os idosos subjetivam da mesma forma as condições objetivas das suas vidas (Vieira 2008). A este respeito Vieira (2014, p.120), afirma que:

“As diferentes trajetórias de vida constroem em cada idoso diferentes resiliências e diferentes ideais de vida e qualidade de vida, sendo que as condições objetivas são apenas parte do ingrediente do envelhecimento ativo e dessa qualidade de vida à medida de cada idoso, idosos que urge conhecer e cuidar de forma holística.”

O envolvimento em novos projetos de vida promove uma adaptação bem-sucedida, e dá um sentido de continuidade e envolvimento com a vida, e de acordo com Fonseca (2005b), o envolvimento em novos projetos “ faz com que o passado não seja simplesmente esquecido e o futuro simplesmente deixado ao acaso; a aposta no estabelecimento de relações mais próximas com os outros e na realização de atividades proporcionam bem-estar e constituem ocasiões de desenvolvimento psicológico” (Fonseca, 2005b, p.72).

Em suma, A qualidade de vida dos idosos não depende exclusivamente das condições objetivas em que vivem (Vieira, 2014), mas, e segundo o mesmo autor:

“depende também, e por vezes muito, dos seus projetos de vida que se (re)vivificam ou não, têm sentido, ou não, para si. Em suma, a qualidade de vida dos idosos depende também, da forma como estes subjetivam o seu quotidiano e os factos vividos no seu eu enquanto sujeitos e não apenas objetos de cuidado de técnicos e familiares” (Vieira, 2014, p.107)

Neste contexto, há que “incentivar os idosos a manter ou a construir o seu próprio projeto de vida” (Vieira, 2009). O projeto de vida surge-nos como fundamental para uma existência digna e ativa dos mais idosos e como forma de combate à desvalorização dos velhos na sociedade atual. Não pode haver qualidade de vida sem projeto de vida. “Ausência de projeto significa ausência de futuro. Passado, presente e futuro são uma tríade que junta a memória, o ontem, a rotina do hoje e a utopia do desejável para o amanhã” (Vieira, 2000, p.39). É igualmente importante considerar que o ser humano, apesar de experimentar ao longo do seu processo de envelhecimento uma perda progressiva de eficiência funcional, com uma necessidade constante de adaptação à nova realidade (Zimmerman, 2000; Fonseca, 2005a,b,c; Paúl, 2005, 2005a; Vieira, 2014) é um ser em constante desenvolvimento conforme já analisámos, e portanto, mesmo em ambiente institucional, “consolidar e desenvolver novos laços afetivos com os indivíduos mais próximos pode ser um importante estímulo para a realização de novas atividades” (Pimentel 2004, p.43). Ainda de acordo com a mesma autora, “ouvir as suas histórias é contribuir para o seu bem-estar e ajudá-los a construir o seu projeto de vida, que tem necessariamente que contemplar o seu passado (Pimentel, 2004, p. 40). Este estímulo e esta ajuda têm necessariamente de partir dos técnicos e familiares que com eles interagem no seu dia-a-dia, e, assim, de uma forma contínua, incentivam os idosos a usar todas as suas potencialidades, alcançando desta forma um envelhecimento mais saudável, porque é ativo, e uma velhice mais feliz, onde ele é olhado como um sujeito ator do seu próprio processo de envelhecimento.

1.5. ENVELHECIMENTO ATIVO E ANIMAÇÃO GERONTOLÓGICA

Os indicadores do envelhecimento demográfico anteriormente apresentados sugerem desafios de impacto no ajustamento da sociedade portuguesa ao crescente aumento da população idosa, e com este, vai aumentando igualmente a preocupação com a qualidade de vida desta população, ou seja, vai surgindo uma crescente preocupação com o envelhecimento ativo.

Face aos crescentes desafios ao nível político, económico e social associados a este acentuado aumento da população idosa surge a necessidade de uma maior responsabilização individual, (Ribeiro e Paúl, 2011) na promoção de um estilo de vida saudável pelo próprio indivíduo, no seu natural processo de envelhecimento. Assim, nas duas últimas décadas, surge a divulgação de ideias e conceitos associados a um envelhecimento saudável. Nesse sentido o Ministério do Trabalho e da Segurança Social (2006) citado por Moura (2006) afirma que “ Envelhecer com saúde, autonomia e independência, afigura presentemente um desafio para todos, sendo que a promoção do envelhecimento saudável diz respeito a diferentes setores, designadamente à saúde, segurança social e educação” (Moura 2006, p. 45).

A União Europeia declarou o ano de 2012 como o Ano Europeu do Envelhecimento Ativo. Sendo o envelhecimento um processo natural e normal comum a todos os seres humanos, envelhecer será considerado uma experiência positiva, se ao longo da vida existir acompanhamento de oportunidades contínuas para a saúde, participação e segurança. A OMS adotou o termo “envelhecimento ativo” para expressar o processo para atingir esta visão e define envelhecimento ativo como “o processo de otimização de oportunidades para a saúde, participação e segurança, a fim de melhorar a qualidade de vida” (OMS, 2002, p.12). Envelhecimento ativo segundo a WHO (2002) significa aprendizagem ao longo da vida, aumento do tempo laboral e respetiva aposentação tardia e gradual, e, dedicação a atividades numa busca do equilíbrio entre: objetivos do indivíduo, capacidades do indivíduo e ambiente (social e físico). O envelhecimento ativo deve ser promovido quer a nível individual, quer a nível coletivo, e contempla tanto indivíduos saudáveis quanto indivíduos frágeis, fisicamente incapacitados ou que necessitem de cuidados. Este conceito é mais abrangente que o conceito de envelhecimento saudável, pois além da saúde são tomados em conta os aspetos socioeconómicos, psicológicos e ambientais (Ribeiro e Paúl, 2011).

Para a OMS, envelhecimento ativo significa participativo, onde o idoso deve continuar a participar na sociedade, de forma útil. É importante que os mais velhos sintam que continuam a fazer parte da sociedade, intervindo e contribuindo para o seu desenvolvimento.

Dos três pilares da estrutura política para o envelhecimento ativo, (saúde; segurança e participação social), a saúde baseada em diagnósticos médicos, ou até percebida pelo próprio, é um dos aspetos centrais do envelhecimento e consequentemente do envelhecimento ativo, e aparece como o primeiro pilar, (Ribeiro e Paúl, 2011, p.3).

Por detrás da implementação de qualquer modelo têm de existir políticas ativas de intervenção e mudança de mentalidades. De acordo com Jacob e Fernandes (2011) o empenho político em programas de desenvolvimento humano deverá ter em consideração a promoção da saúde ao longo do ciclo de vida,

“ Com vista a um envelhecimento ativo em todas as suas vertentes: física, cognitiva, social e espiritual, produtiva entre outras. A promoção da saúde a favor do envelhecimento bem-sucedido requer o incremento e a renovação dos modelos de atendimento, cuidado, prevenção, reabilitação, e de diretrizes que incluam as alternativas que permitam a participação na comunidade, que vão desde a defesa dos direitos sociais e da cidadania até à qualidade de vida” (Jacob e Fernandes, 2011,p.18)

Nesta perspetiva é urgente terminar com a visão do paradigma biomédico que nos apresenta o idoso como um objeto de tratamento médico negligenciando as suas capacidades enquanto sujeito ativo e interventivo no seu próprio processo de envelhecimento, como afirma Neri (2004),”a velhice não é naturalmente um estado patológico, como se acreditava em medicina, e nem é um retorno à infância, como se acreditava em psicologia, mas sim um período fisiológico e comportamental normal e distinto do ciclo vital” (Neri 2004, p.15).

Num contexto de promoção da saúde a favor do envelhecimento bem-sucedido, o próprio indivíduo deve promover um estilo de vida saudável, uma vez que a maior parte dos fatores de risco e de proteção da saúde implicam hábitos de conduta, aprendidos e mantidos como reportórios básicos de conduta (Ribeiro e Paúl, 2011, p.3). Numa perspetiva de valorização das capacidades do idoso enquanto sujeito ativo e interventivo no seu próprio processo de envelhecimento, o estilo de vida e a participação ativa no cuidado da própria saúde, surgem como fatores determinantes de ordem comportamental que influenciam o modelo de envelhecimento ativo preconizado

pela OMS. O modelo de envelhecimento ativo conforme preconizado pela OMS depende, assim, de uma variedade de fatores denominados de determinantes, e de acordo com Ribeiro e Paúl (2011):

“Os determinantes para um modelo de envelhecimento ativo são de ordem pessoal (fatores biológicos, genéticos e psicológicos); de ordem comportamental (estilo de vida e participação ativa no cuidado da própria saúde); de ordem económica (rendimentos, proteção social, oportunidades de trabalho digno); determinantes do meio físico (acessibilidade a serviços de transporte, moradias e vizinhança seguras e apropriadas, água limpa, ar puro e alimentos seguros); determinantes de ordem social (apoio social, educação e alfabetização, prevenção de violência e abuso); determinantes relativos aos serviços sociais e de saúde (orientados para a promoção da saúde e prevenção de doenças, acessíveis e de qualidade” (Ribeiro e Paúl, 2011, p.3).

Neste contexto, Ribeiro e Paúl (2011, p.3) destacam determinados conceitos-chave como fundamentais para a compreensão de um modelo de envelhecimento ativo assim como a compreensão da atuação dos determinantes que o envolvem. São eles, a autonomia considerada no sentido de controlo individual sobre a sua vida e capacidade de decisão; independência nas atividades diárias, ou seja, na capacidade de cuidar de si próprio, na manutenção básica do seu corpo, e no exercício de competências de manipulação do mundo externo; expectativa de vida saudável traduzida no tempo que se pode esperar viver sem precisar de cuidados especiais; e qualidade de vida incorporando a saúde física, o estado psicológico, o nível de dependência, as relações sociais, as crenças pessoais e as características do ambiente em que a pessoa se encontra inserido. A cultura, isto é, tudo aquilo que se transmite na sociedade através do contato com o outro (Luís, 2013), desempenha igualmente um papel extremamente importante na compreensão do envelhecimento ativo e dos seus determinantes. De acordo com acordo com Fonseca (2005a, p.218):

“o modelo de envelhecimento bem sucedido baseado no modelo SOC (Seleção, Otimização e Compensação), sugere claramente a existência de processos subjetivos de percepção do self que vão influenciar a forma como o indivíduo está a envelhecer efetua a ‘regulação do eu’, ou a ‘regulação da identidade pessoal’ em função dos acontecimentos de vida mais ou menos adversos que lhe sucedem no seu quotidiano, com tudo o que isso implica em termos de definição de estratégias de controlo pessoal, (re)formulação de projetos e objetivos, e indicadores de bem estar psicológico”

Este modelo de envelhecimento é também foco da atenção de Ribeiro e Paúl (2011, p.6), e de acordo com estes autores, ele envolve a interação entre três componentes fundamentais: seleção, otimização e compensação (Modelo SOC), e desenvolve-se por três fases: a primeira fase refere-se a uma fase de seleção de objetivos, ou seja, de efetuar certas escolhas em detrimento de outras, a segunda fase

corresponde a uma etapa de otimização das escolhas feitas e a terceira fase corresponde à compensação face a um desempenho mais favorável para o indivíduo.

O envelhecimento ativo pode ser considerado como o produto de um processo de adaptação às mudanças que o indivíduo experiencia ao longo do tempo e que lhe “exigem um esforço de adaptação para a sua reconfiguração identitária e bem-estar social” (Vieira, 2014, p.118), onde cada idoso se adapta a novas situações desenvolvendo mecanismos de “compensação de perdas através do recurso a novas estratégias de pensamento e a novas estratégias de resolução de problemas” (Brandtstadter, 1984; Brandtstadter, Krampen e Greve, 1987; Fonseca 2005a e 2005b, Paúl, 2005b, p. 38; Vieira 2014). Por isso, o indivíduo envolvido no seu próprio processo de envelhecimento, é não só ator como interventor responsável pelo seu envelhecimento bem-sucedido e com qualidade de vida. No entanto é importante relembrar, conforme já analisámos anteriormente, que o modo como cada um envelhece, depende não só do seu esforço de adaptação às novas situações experienciadas, mas depende igualmente “da base genética e ambiental que potencia, positiva ou negativamente estes resultados” Paúl, (2005b).

Neste contexto a animação sociocultural assume uma importância fundamental, e o papel dos técnicos de intervenção social, entre eles o animador sociocultural, apresenta-se fulcral, dado que compete a estes técnicos transformar os espaços institucionais em espaços de participação com significado, onde “a procura de objetivos ou sentido de vida como estratégia, quer de controlo pessoal sobre o desenvolvimento quer de continuidade e preservação da identidade, revela aqui todo o seu valor e toda a pertinência” (Fonseca, 2005b, p. 48). Conforme já vimos anteriormente é a partir das atividades intencionais e planificadas que a pessoa fixa objetivos que lhe permitem assegurar um balanço favorável entre ganhos e perdas desenvolvimentais, (Fonseca 2005a,b; Paúl 2005, a, b, c.), num processo de adaptação psicológica às novas situações que vai experienciando, (Fonseca, 2005b, p.48). Não podemos esquecer que animar é igualmente “dar a oportunidade de fazer coisas pequenas no dia-a-dia, ajudar a construir objetivos de vida” (Pimentel, 2004, p.40). Nesta perspetiva, a intervenção dos técnicos de animação sociocultural, ao desenvolverem espaços de participação com significado para os idosos institucionalizados pode alterar e modificar profundamente situações de dependência, quer seja física, quer seja psicológica, solidão e até de exclusão social,

criando 'com' os idosos ambientes facilitadores de desenvolvimento pessoal e social, combatendo assim espaços de desestruturação identitária e de morte social (Sousa, 2015, p.61).

Conforme já referido, em todas as etapas da vida deve encara-se a pessoa humana como um ser holístico, ou seja, como um ser biopsicossocial (Vieira, 2014), onde cada sujeito tem a sua história de vida própria e individual, que se mostra fundamental aos técnicos de intervenção social conhecer, “para se criar uma relação de empatia indispensável ao sucesso dos cuidados prestados” (Vieira, 2014, p.109), nas suas práticas institucionais com vista a auxiliarem os seus utentes no seu natural processo de envelhecimento. A este propósito, Pestana (1995) citado por Vieira (2014) diz que “Cuidar dos seres humanos é, em primeiro lugar, estabelecer uma relação humana, o que implica considerar o ‘outro’ como diferente, com uma carga social, familiar e cultural que lhe é específica, reconhecendo-o na sua dimensão global” (Vieira 2014, p.109). Nesta perspetiva do cuidar do ‘outro’ na sua dimensão global, a educação social, enquanto prática pedagógica social (Caride, 2011 citado por Vieira, 2014), deve ser feita com os outros e não para os outros (Vieira 2011). Ainda de acordo com Vieira (2014):

“Nesta linha, é premente entrar no mundo do outro, neste caso o idoso, sua história, seus gostos, seus interesses, sua epistemologia (Vieira e cozinheiro, 2008; Pimentel, 2009; Vieira, 2012). Não se trata de nos tornarmos no outro mas, na medida do possível, de compreendê-lo a partir do seu próprio ponto de vista, a designada perspetiva émica (Vieira, 2003), ou do nativo, num vaivém entre o ‘interior’ e o ‘exterior’ (Cliford, 2002) e não interpretá-lo etnocentricamente a partir de modelos ideais decalcados de outros contextos, ainda que suportados por modelos técnicos e racionalistas com provas dadas de sucesso em outros contextos”. Vieira (2014, p. 108)

Importa aqui fazer uma referência à diferença de papéis que existe entre um animador cultural e um animador sociocultural. De acordo com Lopes (2011), citado por Luís (2013),” o animador cultural é apenas chamado a ser somente um transmissor de uma cultura criada fora dele e destinada a um público [...] o animador sociocultural terá de potenciar relações interpessoais valorizando o Ser, o Saber, o Saber Fazer no grupo/comunidade onde pretende desenvolver a animação sociocultural” (Luís, 2013, p. 26). Enquanto na animação cultural o indivíduo é visto apenas como um espetador passivo, a animação sociocultural tenta construir uma metodologia de intervenção que envolve o sujeito e o leva ao mundo da recriação, leva-o a recriar algo de novo.

É numa perspectiva do cuidar o ‘outro’ na sua dimensão global, émica e idiossincrática que nos posicionamos face a uma metodologia de intervenção social chamada animação sociocultural, e que de acordo com Pereira & Lopes (2009, p.223) “se identifica como uma metodologia de intervenção social, cultural e com uma grande potencialidade educativa ligada ao desenvolvimento comunitário e á participação cidadã”. Uma das funções chave da animação sociocultural consiste no facto das pessoas e os coletivos se transformarem em agentes do seu próprio desenvolvimento e da aprendizagem ao longo da vida (Galinha, 2009), pelo que estas práticas educativas junto dos idosos se mostram fundamentais no sentido de os auxiliarem num processo de envelhecimento bem-sucedido e com mais qualidade de vida, num paradigma de envelhecimento ativo.

Numa perspectiva de articulação e cumplicidade entre a animação sociocultural, a educação intergeracional e a gerontologia, a animação sociocultural surge como mediadora e de acordo com Lopes (2013),

”propõe ser uma metodologia potencializadora de diálogo, ação e educação intergeracional indo ao encontro de uma gerontologia ativa que seja simultaneamente e cumulativamente social, cultural e educativa projetando uma aprendizagem bidirecional onde os gerontes aprendam e ensinem” (Lopes, 2013, p.212).

O autor apresenta-nos uma gerontologia educativa baseada em projetos de desenvolvimento de modelos e programas de animação, estimulação, enriquecimento pessoal, formação e instrução para e com os idosos onde “cada idoso se converte num protagonista construtor e ator do seu próprio desenvolvimento” (Lopes, 2013, p.212).A animação sociocultural é-nos apresentada como a pedagogia da vivência e da convivência de pessoas animadas, onde “viver é conviver ou viver com” (Lopes 2008b, citado por Galinha, 2009, p.93). Animação deriva da palavra ânimo que significa “dar vida”. O papel do animador enquanto mediador será o de preparar e auxiliar o idoso a interagir com o seu próprio processo de envelhecimento, potenciando a educação intergeracional, enquanto “promotora de situações otimizantes e operativas, com vista a auxiliar as pessoas idosas a programar a evolução natural do seu envelhecimento, a promover-lhes novos interesses e novas atividades” Lopes (2008, p.329). Nesta perspectiva importa abordarmos a importância da intervenção sociocultural para o envelhecimento ativo, e do papel do educador social, seja ele assistente social, animador, terapeuta, enfermeiro, enquanto mediador que assume uma atitude

investigativa tanto do outro como de si próprio. De acordo com Vieira (2014) o educador social coloca os próprios visados da intervenção numa investigação de si próprio, na medida em que percebem que são escutados e que as suas palavras são vistas como descrições de um saber valorizado:

“ ao mesmo tempo crescem, animam-se (ganham vida) e criam projeto(s), razão de existir com sentido. Toda a intervenção social deveria ser, neste sentido, mediadora, capaz de encontrar um terceiro lugar entre o ponto de partida dos sujeitos e o projeto futuro desenhado em conjunto com o técnico de educação social” (Vieira, 2014, p.108).

Os espaços de participação onde se desenvolvem as atividades socioculturais, tornam-se fundamentais para a intervenção do educador social enquanto mediador que, e de acordo com Sousa (2015), “numa primeira instância conhece os indivíduos institucionalizados e trabalha com eles no sentido de diminuir o desajuste entre objetivos institucionais e as necessidades de cada um, conciliando a individualidade e a coletividade” (Sousa, 2015, p.62). O educador social tem consciência de que o valor não reside nas atividades que são propostas, mas sim no significado que elas assumem para cada pessoa. Assim, e de acordo com Lima (2010) citado por Sousa (2015), “as atividades apenas serão significativas se estiverem agregadas a projetos de vida, a objetivos pessoais e se forem sentidas como sendo importantes e merecedoras de envolvimento. Por isso este profissional estimula e ‘investe na mediação’ para tentar desvelar e recriar realidades” (Sousa, 2015, p.63).

Nesta perspetiva de mediação, em que “animar é dar vida” (Ander-Egg, 2008, citado por Lopes, 2009), é fundamental os técnicos de intervenção social respeitarem a identidade de cada idoso e desenvolverem ações que promovam a sua autoestima e recriem projetos de vida e bem-estar subjetivo, (Pimentel, 2008, Cozinheiro, 2009; Vieira, 2014b), tendo sempre presente que a construção da identidade, alicerce fundamental de um processo de envelhecimento em contínuo desenvolvimento,” consiste em dar significado consistente e coerente à própria existência, integrando as suas experiências passadas e presentes, com o fim de dar um sentido ao futuro” (Vieira, 2012b, p.3), e onde cada velhice é consequência de uma história de vida (Gusmão, 2003; Pimentel, 2001).

PARTE II – ESTUDOS DE CASO

Esta segunda parte da dissertação é constituída por cinco capítulos. No primeiro apresento o universo de estudo e a metodologia, isto é, as opções metodológicas que fiz nesta investigação científica e o caminho percorrido para alcançar os objetivos deste estudo. Nos três capítulos seguintes, nomeadamente nº 2, 3 e 4 pretendi apresentar e analisar o percurso biográfico e as histórias de vida dos três idosos entrevistados, nos seus acontecimentos de vida mais marcantes e numa perspetiva de ciclo de vida, percorrendo os diferentes estádios do seu percurso (Infância – Juventude – Adulto – Idoso). Com base nas informações recolhidas nas entrevistas etnográficas, construí narrativas que me conduziram aos seus percursos biográficos e ao entendimento de si próprios (Kaufmann, 2005). No capítulo 5 faço uma análise comparativa entre estes 3 casos e as experiências de sucesso bem como de insucesso que contribuíram para a sua qualidade de vida e bem-estar, bem como para a sua animação, no sentido de que animar é dar ânimo, é dar vida.

CAPÍTULO 1 - UNIVERSO DE ESTUDO E METODOLOGIA

1.1. O UNIVERSO DE ESTUDO: DUAS INSTITUIÇÕES, DUAS PRESPECTIVAS DE INTERVENÇÃO SOCIOCULTURAL COM IDOSOS

Em função do contexto apresentado e da problemática associada a um envelhecimento que se pretende cada vez mais ativo, dois grandes objetivos estiveram subjacentes ao desenvolvimento deste estudo científico: por um lado, perceber qual é o sentido que o projeto de vida tem no bem-estar e no sentido de vida atual dos idosos estudados; por outro lado verificar que estratégias de animação estão por detrás do trabalho dos técnicos e se existe ou não o cuidado em estabelecer a ligação entre a história de vida dos idosos institucionalizados e as atividades desenvolvidas na

instituição, em consonância com o (re)viver o passado para, no presente, projetar com o idoso o seu futuro. Qual é o papel dos técnicos junto dos idosos? Que tipo de intervenção é praticado pelos técnicos de intervenção social destas instituições junto dos idosos, constroem com eles o seu projeto de vida ou não?

Para universo de estudo desta investigação, foram escolhidas duas instituições de acolhimento para idosos pela necessidade de investigar sujeitos residentes em instituições que apresentassem diferentes políticas de intervenção das suas direções, no que diz respeito à importância atribuída à intervenção da animação socio cultural junto dos seus utentes. Pretendi assim, compreender se diferentes estratégias de intervenção da animação socio cultural em instituições de acolhimento a idosos, produzem ou não diferentes resultados no bem-estar e na qualidade de vida das pessoas idosas ali institucionalizadas. Uma das instituições escolhidas pertencente ao Concelho de Leiria onde, no semestre anterior e no âmbito da cadeira de métodos e técnicas de investigação social, já tinha realizado algum trabalho de campo, nomeadamente uma entrevista semiestruturada a cada idoso válido e onde tinha permanecido alguns dias em observação participante, pelo que já estava um pouco familiarizada com o ambiente da instituição. Durante este período de permanência e convívio com os utentes da instituição pude aperceber-me que a política de intervenção da direção da instituição “ Bem Viver” não contempla como prioritária a intervenção da animação socio cultural junto dos seus utentes; do seu quadro de pessoal não faz parte nenhum técnico desta área de intervenção a trabalhar a tempo inteiro, nem todos os dias da semana, sendo dada prioridade à passagem sistemática de estagiários de animação sociocultural, que ali desenvolvem os seus projetos académicos. Por questões de ética pessoal e de investigação, esta estrutura residencial para idosos de Leiria foi designada por “casa de repouso Bem Viver”, nomenclatura pela qual a passaremos a designar daqui por diante.

A outra instituição escolhida foi um outro lar residencial para idosos, no Ribatejo, onde trabalhei até há dois anos atrás, e onde voltei agora como investigadora, e que designei por “ Casa de Afetos”. Escolhi esta segunda residencial para idosos por esta instituição priorizar uma política de intervenção que privilegia a atuação dos seus técnicos na promoção e valorização das capacidades dos seus utentes, com vista à melhoria da sua qualidade de vida. Esta intervenção no âmbito das atividades de

animação socio cultural, está alicerçada em objetivos traçados por uma equipa de técnicos pluridisciplinar que olha para cada utente na sua individualidade e particularidade, na consciência de que cada velhice é consequência de uma história de vida (Gusmão, 2003), e de que, a qualidade de vida de cada idoso tem muito de subjetivo, dependendo da maneira como cada um vê e vive a vida e dos projetos e objetivos que traça para alcançar a sua realização pessoal (Vieira, 2008), independentemente da sua idade.

Ambas as instituições de acolhimento a idosos têm o estatuto de particulares com fins lucrativos, e são ambas casas cujos projetos foram construções de raiz com o objetivo de acolhimento a idosos. A casa de repouso “Viver Bem” acolhe idosos de um estrato socioeconómico médio, alto. A “Casa de Afetos” acolhe idosos maioritariamente oriundos de um nível socioeconómico baixo, sendo esta casa pertença de uma obra social que financia o diferencial do custo que os seus utentes não têm condição de suportar.

Como critérios de seleção, comum a todos os indivíduos foi salvaguardada a condição de serem autónomos no sentido de controlo individual sobre a sua vida e capacidade de decisão, e serem independentes nas suas atividades diárias, no cuidar de si próprios. Foi ainda condição para a sua seleção enquanto sujeitos a estudar, o serem participativos e aderirem às atividades propostas pelas instituições onde residem, estarem disponíveis para colaborarem no estudo e não apresentarem limitações aparentes na capacidade de verbalização e comunicação de ideias (Guerra,2006). Na “casa de repouso “Viver Bem” escolhi dois idosos que considerei representativos para este estudo, pela diversidade de características no que diz respeito a sexo, idade, habilitações literárias, profissão no passado, e zona(s) do país(es) onde residiram grande parte das suas vidas: O Sr. António de 87 anos, com habilitações académicas de nível superior, oficial piloto da força aérea e residente por muitos anos no Alentejo; a D. Maria de 90 anos, estudou até à 4ª classe, trabalhadora por conta de outrem, repartiu as suas residências entre Torres Novas, Lisboa e foi emigrante na Alemanha.

Estes dois sujeitos participantes do estudo, são pessoas ativas e participativas nas dinâmicas de animação socio cultural da instituição, que apresentarei mais adiante, nos capítulos 2 e 3 respetivamente.

Obedecendo aos mesmos critérios de seleção utilizados na primeira residencial para idosos, selecionei na segunda estrutura residencial para idosos, a “Casa de Afetos” o terceiro sujeito do estudo, a D. Rosa senhora de 77 anos, analfabeta e que exerceu durante a maior parte da sua vida ativa a profissão de governanta em casa de estrangeiros residentes no Algarve, zona do país onde residiu toda a sua vida depois de casar, que também apresentarei mais adiante no capítulo 4.

Tabela 1 – Caracterização dos sujeitos

Nome	Capítulo do estudo	Idade	Estado civil	Profissão	Habilitações	Naturalidade	Instituição
Sr. António	2	87	Casado	Piloto	Técnico superior	Lavre Alentejo	“Bem Viver”
Sra. Maria	3	90	Viúva	Conta de outrem	4ª Classe	Carvalho Torres Novas	“Bem Viver”
Sra. Rosa	4	77	Viúva	Governanta Cozinheira	Analfabeta	Santana Serra Ourique	“Casa de Afetos”

Nesta segunda residencial para idosos, era meu objetivo estudar também dois sujeitos, mas o tempo de que dispunha, um só semestre, mostrou-se manifestamente insuficiente para desenvolver um trabalho com alguma profundidade, pelo que optei por estudar só três sujeitos, uma vez que “não se procura uma representatividade estatística, mas sim uma ‘representatividade social’ que nada tem a ver com este conceito” (Guerra, 2006, p. 40). Sendo a representatividade social uma das minhas preocupações, considerei que este conjunto de sujeitos apresentava diversidade suficiente para me ajudar a desenvolver este estudo. Ao selecionar estes três sujeitos, pretendi também buscar a heterogeneidade sendo o fator determinante para a sua seleção o facto de todos os idosos estarem institucionalizados e serem ativos com projeto de vida. Tratou-se de uma escolha por conveniência na procura de” informadores suscetíveis de comunicar as suas perceções da realidade através da experiência vivida [...] e a diversidade dos fenómenos” (Guerra, 2006, p.48).

Comecei por recolher alguns dados através da observação direta do espaço e dos ritmos do quotidiano dos idosos internados na casa de repouso “ Bem Viver”. O edifício é novo, tem 4 pisos com bastante luz e uma bonita vista para a cidade. Boas mobílias e tudo com aspeto de confortável e limpo. Todos os quartos estão equipados com

telefone, televisão por cabo e ar condicionado, apresentando em complemento, uma cuidada decoração e proporcionando excelente conforto ambiente. Os seus utentes beneficiam ainda de apoio médico, enfermagem, de animação cultural, fisioterapia, dietista e serviços ecuménicos.

Chamou-me a atenção o facto de não haver espaços diferenciados para atividades específicas, nem uma sala para ginástica, a animadora trabalha com eles na sala de estar e é também aí que têm ginástica uma vez por semana. Não há nenhum espaço verde no interior do lar. Cada piso tem uma salinha onde os utentes podem receber as suas visitas. Os idosos validos saem com frequência até à rua, os dependentes passam o dia sentados no sofá, de onde só saem para tomar as refeições. Há uma animadora (estagiária) para cerca de 30 utentes, pelo que ela atende maioritariamente as solicitações dos válidos. É um local onde os familiares vão com frequência nos horários estipulados para visitas.

A instituição tem um plano anual de ações socio educativas da instituição e que pode ser consultado no anexo 1, (pág.2 da secção apêndices e anexo), onde se destaca para as competências dos técnicos superiores de educação e de animação cultural, o reconhecimento do outro com vista a dinamizar ações de acordo com os interesses dos utentes. Em termos práticos, e de acordo com a minha observação participante ao longo dos três meses de visitas à instituição, e confirmação junto dos próprios utentes, a presença do técnico superior de educação social resume-se a uma tarde por semana em interação direta com alguns idosos, o que me pareceu manifestamente insuficiente para colocar em prática o plano de ações socio educativas da instituição. A presença da diretora técnica também é pontual e resume-se a algumas horas por semana. Resta o desempenho profissional da animadora socio cultural (estagiária) que permanece de segunda a sexta na instituição, mas que é muito solicitada para outro tipo de tarefas além das da sua área de atuação.

Pude verificar que só uma pequena percentagem dos utentes válidos, cerca de 20%, é que adere às atividades de animação propostas pela instituição. É de salientar que a maioria dos utentes da casa de repouso “Bela vida” tem habilitações acima da média quando comparados com a generalidade dos idosos do seu grupo etário: engenheiros, médicos, oficiais da aviação, oficiais da marinha de guerra, professoras de liceu, professoras primárias, empresários, etc.

Em relação às instalações da residencial para idosos situada no Ribatejo, a “Casa de Afetos”, estas desenrolam-se também em 4 pisos, sendo o piso 1 destinado aos mais utentes dependentes, espaço dos serviços médicos e enfermarias. O piso 2 e 3 comportam o alojamento dos utentes menos dependentes, salas de convívio e zona de refeições. O piso 4 comporta vários espaços para atividades variadas, sala de fisioterapia, ginásio, oficina de trabalhos manuais, espaço de costura. Torna-se evidente que nesta instituição se privilegia a ocupação e dinamização dos tempos livres dos utentes.

Inserida numa zona verde, com amplos espaços exteriores, espaços de cultivo, estufas e árvores de fruto variadas, proporciona aos seus utentes o poderem usufruir de um espaço exterior saudável e de um sã convívio com a mãe natureza. As instalações são rasgadas por grandes janelas o que torna o seu interior bastante luminoso e ensolarado. Prima pelo asseio e organização, mobiliários confortáveis, aquecimento central em todos os quartos, embora o padrão de conforto não seja tão elevado quanto a casa de repouso “Bem Viver”, em Leiria.

A residencial “Casa de Afetos” dotada de uma técnica superior na área da terapia ocupacional, teve como principal objetivo do ano de 2014, na área da intervenção para um envelhecimento ativo, e de acordo com a avaliação das atividades do ano de 2014, que pode ser consultado no anexo 2, pág.6 da secção apêndices e anexos, “ a prevenção de incapacidades e facilitar a reabilitação dos idosos, procurando a obtenção do máximo de função e independência a todos os níveis, de um envolvimento e participação significativa e gratificante para os idosos”. Ainda segunda esta avaliação de atividades:

” Para que os objetivos propostos fossem alcançados, foi crucial motivar e estimular os idosos para um maior envolvimento e participação dos mesmos nas atividades promovidas pela “Casa de Afetos”, e que estas fossem de encontro às suas necessidades, gostos, interesses e significativas, de forma a maximizar as potencialidades de cada um e o seu nível máximo de independência nas ocupações em que desejariam participar.” (Avaliação de Atividades, 2014, anexo 2)

Depois de conhecer os espaços físicos e contextos ambientais onde se desenrolam os quotidianos dos três sujeitos em estudo, voltei aos objetivos do estudo científico, onde efetuei algumas conversas individuais com os três idosos institucionalizados, dois da casa de repouso “bem Viver” e um da “casa de Afetos”, a fim de conhecer não só o seu passado biográfico, em termos profissionais, pessoais e sociais, assim como conhecer os seus projetos atuais de vida no dia-a-dia da instituição

e a relação destes projetos com as atividades de animação das instituições de acolhimento onde residem. Assim, fui prosseguindo o trabalho de campo alternado os tempos entre as duas instituições.

1.2. DA METODOLOGIA

O próximo passo foi fazer opções em termos de metodologias a aplicar nesta investigação científica. Por se tratar de um estudo científico em que os sujeitos estudados são idosos no seu natural processo de envelhecimento e no seu atual contexto de vivência institucional, tive a preocupação de escolher um caminho e um conjunto de técnicas de investigação que me permitisse optar por procedimentos que me conduzissem à obtenção de dados relativos às suas vivências reais e ao seu mundo subjetivo, quer recorrendo às memórias do seu passado, quer às suas vivências do presente e até às suas perspetivas de futuro. “A investigação relativa aos processos de envelhecimento deve optar por procedimentos através dos quais as ideias, perceções e vidas reais das pessoas idosas sejam efetivamente tidas em consideração” (Paúl, 2005, p. 17). Assim, e em função dos objetivos deste estudo científico, optei por uma abordagem qualitativa que, de acordo com Amado (2013), permite recolher e refletir os aspetos enraizados, os hábitos quotidianos dos sujeitos ou grupos em análise, onde “a pessoa do investigador, independentemente das estratégias ou das técnicas que eleja para o seu plano de investigação qualitativa, permanecerá sempre em torno do mundo subjetivo do ou dos participantes da sua pesquisa - numa tentativa de entender o significado que eles dão às suas vidas ou a aspetos circunscritos dela” Amado (2013, p.12), em contraste com a despersonalização dos estudos estatístico, (Poirier, 1995).

Nesta perspetiva, recorri, particularmente, à metodologia etnográfica, e dentro desta à metodologia das histórias de vida (Vieira, 2003, 2009, 2011, 2014), enquanto caminho mais indicado para conhecer o mundo subjetivo dos sujeitos a estudar. Segundo Amado (2013, p.145), “A etnografia interessa-se pelo que as pessoas fazem, como se comportam, como interatuam. Propõe-se descobrir as suas crenças, valores, motivações, e o modo como tudo isto muda com o tempo ou de uma situação para a outra.”, e de acordo com Vieira (1998) “ os atores dão sentido e significado às sua práticas. O último objetivo do método etnográfico é justamente captar esses significados”. Geertz (1989) citado por Amado (2013, p.146), diz: ”trata-se de uma

abordagem que nos auxilia a ganhar acesso ao mundo concetual no qual vivem os nossos sujeitos, de forma a podermos, num sentido um pouco mais amplo, conversar com eles.”

As histórias de vida são uma técnica do método biográfico, bem como instrumentos de análise e ação social, pois dão a conhecer as realidades humanas assim como novos significados do diálogo do investigado (Vieira, 2008), e “são um método de familiarização do investigador com a situação que quer estudar” (Poirier, 1995, p.87).

Antes de ir para o terreno procedi a uma pesquisa bibliográfica, que se iniciou no 2º semestre do ano passado no âmbito da cadeira de métodos e técnicas de investigação científica, e que ainda estou a realizar neste momento em que escrevo a introdução deste estudo.

Nesta Investigação, fui interagindo de uma forma cada vez mais próxima com os dois idosos institucionalizados na casa de repouso “Bem Viver”, o Senhor António e a Sr.^a D. Maria, com vista a conhecer as suas trajetórias de vida, e compreender não só o seu processo de integração no lar mas, também, que formas de animação lhes são propostas pela instituição no seu quotidiano, como veremos respetivamente nos capítulos 2 e 3. Similarmente, no trabalho de campo realizado na “Casa de Afetos”, fui-me debruçando igualmente sobre a história de vida da D. Rosa como veremos no capítulo 4.

Realizei uma primeira entrevista exploratória na casa de repouso “Bem viver” com o Sr. António, o piloto. Preparei-me para essa entrevista que seria uma de várias que se seguiriam, realizadas no próprio ambiente natural do entrevistado. Em função dos objetivos preparei um guião provisório que “ comporta um certo número de temas precisos, que orientam e canalizam a narrativa autobiográfica” (Poirier, 1995). Foi a minha primeira entrevista aberta e semiestruturada e confesso que não foi fácil, pois deparei-me com um sujeito ávido para falar do seu passado que antes que eu lhe colocasse sequer a questão inicial falou fluentemente durante cerca de 20 minutos, e eu só pensava “ como é que lhe vou colocar as ‘minhas questões’? Só pois mais tarde percebi quanto conteúdo significativo estava contido naquele longo desabafo do Sr. António.

Assim, foram efetuadas marcações para a realização de sucessivas conversas, em que individualmente, e sucessivamente os três investigados se sentissem à vontade e contassem ao investigador episódios significativos da sua trajetória de vida, no fundo pequenos retalhos da sua história de vida, e me relatassem também episódios relacionados com a sua envolvimento na dinamização e animação da instituição.

Numa primeira conversa muito informal dei algumas informações importantes ao(s) entrevistado(s) deste estudo, individualmente e em momentos previamente marcados, nomeadamente perguntei se estavam dispostos a colaborar comigo, informei que seria feita uma gravação áudio e se aceitassem o trabalho que lhe estava a ser proposto seria assinado um consentimento por escrito. Seriam também cumpridas os princípios éticos de anonimato e confidencialidade. Se assim fosse desejo do entrevistado poderia a qualquer altura interromper ou desistir do compromisso (Guerra,2006).

Nesta fase já se havia criado um ambiente de proximidade e empatia porque eu já tinha estado algumas vezes na casa de repouso “Bem Viver” e isso era importante para se criar também uma confiança e uma certa segurança, tanto para o entrevistado quanto para o investigador, “onde a atitude do investigador quer e deve ser de escuta atenta, de empatia e de exploração” (Poirier, 1995, p.87). Entretanto também ia realizando as entrevistas à D. Rosa na “Casa de Afetos”, onde me sentia bastante à vontade pois foi o meu local de trabalho durante 14 anos, embora esta utente me fosse quase desconhecida, porque se cruzou comigo na instituição durante um curto período de tempo.

Pretendia-se com este estudo, que através de conversas informais os entrevistados se sentissem à vontade e assim recorressem às suas memórias significativas, trazendo para o momento presente interpretações e significados de momentos marcantes, momentos críticos da sua vida que ocorreram em determinados contextos em que estes participaram. De acordo com Guerra (2006), o pressuposto epistemológico deste tipo de pesquisa é o de que o informador é um ator racional capaz de dar sentido às suas ações e que o objeto da entrevista é apreender o sentido subjacente à vida social.

Esta metodologia insere-se num contexto de descoberta, de fazer conhecimento e de acordo com Guerra (2006) a intenção do investigador não é comprovar hipóteses definidas *a priori* e estanques, mas antes identificar as lógicas e racionalidades dos atores confrontando-as com o seu modelo de referência. O objeto de estudo vai-se construindo à medida que vamos avançando com as conversas. Ainda segundo Guerra (2006):

“Na pesquisa qualitativa, a redefinição do objeto e a construção conceptual do modelo de análise vão em simultâneo. Na diversidade da problemática, o objeto não está formado à partida – constrói-se progressivamente em contacto com o terreno a partir da interação com a recolha dos dados e a análise, não estando previsto um quadro teórico e um quadro de hipóteses estabelecidos *à priori*. O primeiro desenho do objeto é geralmente descritivo e empírico, mas evita desde logo o senso comum.” Guerra (2006, p.37)

O modelo de entrevista escolhido foi a entrevista semiestruturada, e de resposta aberta deixando o investigado falar numa conversa fluída, recorrendo a perguntas de “lembrança” se necessário. Foi muito importante também ao longo de todas as conversas não interromper, não emitir juízos de valor e ser neutra em relação ao seu discurso, pois, e de acordo com Guerra (2006, p.51) “Quanto menor for a intervenção do entrevistador, maior será a riqueza do material recolhido, dado que a lógica e a racionalidade do informante emergirá mais intacta e menos influenciada pelas perguntas”.

Segundo Boudieu (1993) citado por Amado (2013, p.184), os estudos (auto)biográficos “projetam-se com diversos propósitos de que salientamos a compreensão profunda do modo como as pessoas constroem e reconstroem determinados trajetos de vida e a respetiva influência dos contextos familiares, profissionais e sociais em geral, que as envolve nas mais distintas fases da vida”.

A partir da problemática e dos objetivos que pretendia alcançar criei as grandes categorias de análise (temáticas) do guião da entrevista (apêndice 1) de forma que abrangesse os diferentes ciclos de vida do investigado: Infância, Juventude, adulto, reformado e institucionalizado. Dentro de cada grande categoria criei subcategorias que me dessem um enquadramento para as questões de base a colocar, sem qualquer rigidez ou obrigatoriedade de ter de as colocar ao entrevistado. O mais importante era deixá-los fluir no seu discurso. Como exemplo de subcategorias da temática Reformado, foram criadas as subcategorias: Reforma, Família e Atividades de Tempos Livres.

À medida que as conversas iam acontecendo, eu ia-me sentindo mais confortável, ia revisando a forma de abordar os entrevistados a fim de que, embora lhes permitisse a fluidez do seu discurso, conseguisse de igual forma alcançar os objetivos da investigação em curso.

Depois de recolhidos todos os dados necessários ao estudo, procedi à transcrição das entrevistas e para uma melhor análise de conteúdo foram construídas sinopses das entrevistas, que são sínteses dos discursos que contêm a mensagem essencial das entrevistas feitas aos investigados e que são fiéis ao seu discurso, bem como à sua linguagem. De acordo com Guerra (2006, p.73) “ as sinopses têm como objetivos centrais: reduzir o montante de material a trabalhar identificando o corpus central da entrevista; permitir o conhecimento da totalidade do discurso, mas também das suas diversas componentes; facilitar a comparação longitudinal das entrevistas; ter a percepção da saturação das entrevistas”

Partindo dos objetivos da investigação científica e das grandes temáticas das entrevistas (Infância, Juventude, Adulto, Reformado e Institucionalizado), assim como das subcategorias criadas dentro dessas temáticas (Família, Escola, Profissão, Atividades de Tempos Livre, etc.), construí tabelas/sinopses, considerando colunas para as grandes temáticas, para as subcategorias, e também para a minha análise. Pela sua extensão e limitação de páginas desta dissertação, estas tabelas foram remetidas para apêndice onde podem ser consultadas, (apêndices 3a a 3d)

1.3. – A MATRIZ QUE DIRECIONOU O ESTUDO DOS TRES SUJEITOS

Como refere Ricardo Vieira, que tem desenvolvido vários trabalhos sobre a importância do estudo das histórias de vida e das entrevistas etnográficas (Vieira, 1999; 2003; 2006; 2009; 2014 a; 2014 b; 2015) para compreender a construção de projetos pessoais e sociais, fundamentais ao bem-estar psicológico e à qualidade de vida, como vimos na parte I, capítulo1, é importante ter presente que o homem, enquanto um todo identitário, é construído e constrói-se a si próprio, (Vieira 2000).“ Entre a acção dos outros, (heteroformação) e a do meio ambiente (ecoformação), parece existir, ligada a estas últimas e dependente delas, mas à sua maneira, uma terceira força de formação, a do eu (autoformação)” (Pineau, 1985 citado por Vieira, 2000, p.41).

É com os outros e em função dos diferentes contextos em que se vai desenrolando a sua trajetória de vida, que o indivíduo encontra o seu sentido de vida. É por isso que só com os outros e com o contexto a pessoa é (Vieira, 2000). “O sentido da vida depende do significado que as pessoas têm umas para com as outras” (Pais 2006; Pimentel 2009; Vieira 2014). É nos outros que encontra a sua razão de viver e vai construindo dia após dia o seu projeto de existência. “Passado, Presente e Futuro são assim uma tríade que junta a memória, o ontem, a rotina do hoje e a utopia do desejável para o amanhã” Vieira (2000, p.39).

Foi por esta matriz que direcionei o estudo dos 3 sujeitos, que analiso neste capítulo e nos dois capítulos seguintes, nomeadamente os capítulos nº 3 e 4. Pretendi apresentar e analisar o percurso biográfico e as histórias de vida dos três idosos entrevistados, nos seus acontecimentos de vida mais marcantes e numa perspetiva de ciclo de vida, percorrendo os diferentes estádios do seu percurso (Infância – Juventude – Adulto – Idoso). Com base nas informações recolhidas nas entrevistas etnográficas, construí narrativas que me conduziram aos seus percursos biográficos e ao entendimento de si próprios (Kaufmann, 2005).

Enquanto idosos e institucionalizados procurei conhecer duas fases das suas vidas: os seus interesses e ocupações após a sua entrada na reforma, e os seus interesses e ocupações enquanto institucionalizados, no fundo o seu projeto de vida atual, no seu dia-a-dia na instituição. Procurei perceber se existe ou não ligação entre o seu passado (a sua trajetória de vida), a forma como vive o seu presente (o seu projeto de vida atual, qual é o sentido que o projeto de vida atual tem no bem estar e no seu sentido de vida), e a forma como é ou não, auxiliado pelos técnicos de animação sociocultural na construção do seu futuro, numa perspetiva de envelhecimento ativo e qualidade de vida.

CAPÍTULO 2 – O PROJETO PESSOAL E O SENTIDO DE VIDA DO SR.ANTÓNIO

2.1. O BIOGRAFADO

Neste 2.º Capítulo inicio a parte empírica do estudo. Apresento agora e analiso o Sr. António, com os seus 87 anos, institucionalizado na casa de repouso “Bem Viver”, casado, com dois filhos e três netos, homem muito popular na casa de repouso onde reside, pela sua dinâmica e preocupação com o bem-estar de todos os seus companheiros de jornada. Muito ativo, com uma enorme ‘vontade de fazer coisas’, confessa não ser capaz de estar parado, conforme excerto da entrevista que se encontra na Sinopse 3a:

“Ainda tenho uma boa cabeça, tenho de fazer outras coisas, [...] Eu tenho dentro de mim uma vontade de me expandir e de fazer coisas, se eu não o fizer eu não ando bem.” (Sinopse 3a, secção apêndices, página 3)

O Sr. António é autónomo e independente e participa nas atividades de animação sociocultural que lhe são propostas na instituição. Não perdendo de vista os objetivos da investigação, torna-se necessário analisar os dados recolhidos nas várias conversas que decorreram entre o investigador e o sujeito estudado, onde este recorrendo às suas memórias do passado, permitiu ao investigador o acesso às sua vivências reais e ao seu mundo subjetivo (Paúl, 2005; Fonseca, 2005c; Amado, 2013; Vieira 2008; 2014), por forma a nos levar a perceber como foram vividas e sentidas as várias fases da sua vida no passado.

2. 2. O PASSADO: O PROJETO PESSOAL E O SENTIDO DE VIDA DO SR. ANTÓNIO

2.2.1. A infância entre a escola e a carpintaria do pai

O Sr António nasceu em 1928 em Lavre, vila histórica muito antiga, onde ficou até aos 16 anos, e assume-se 100% alentejano. Com uma boa relação com os seus pais, diz ter tido uma família muito certinha que amava e se sentia correspondido pelo afeto dos pais:

“A minha relação com os meus pais foi sempre ótima. A minha mãe adorava-me, e eu o mesmo. O meu pai às vezes puxava-me as orelhas por pequenas coisas, mas sempre meu amigo. A nossa família foi sempre muito certinha”

Filho de um industrial de madeiras, o Sr António apresenta-nos o pai como um homem de negócios com visão que ganhou muito dinheiro, dono de um estabelecimento de madeiras e uma carpintaria, em Cortiçadas de Lavre – Alentejo. Desde os sete anos que o Sr António, fora do período das aulas, ficava no armazém na ausência do pai e era responsável até por guardar dinheiro. Vê-se como uma criança muito dócil e obediente,

“Desde os meus 7 anos que eu ficava lá no armazém, na carpintaria na ausência do meu pai e atendia as pessoas que vinham à procura do Sr. Francisco, eu ficava com os recados. Eu sempre fui um rapaz muito dócil, e ia muito para o armazém do meu pai, ficava a tomar conta daquilo...olha vem cá fulano de tal, vem cá pagar, vais colocar o dinheiro naquela caixa, só tu é que sabes onde está. Eu era muito obediente e muito bom rapazinho”.

Desde tenra idade mostra ter um espírito muito criativo, e começou a fazer aviões em madeira, no armazém do pai, sem nunca ter visto nenhum ao vivo, só numa revista. Mais tarde, rebenta a guerra e vê aviões ao vivo pela primeira vez.

“Eu fazia aviões em criança, em madeira, sem nunca ter visto aviões. Foi no armazém que comecei a fazer o meu primeiro avião. Havia uns jornais que era o pim-pam-pum e vinham ali desenhos de aviões que eu fazia em madeira. Tinha vontade, sonhava com aviões e tinha as ferramentas da carpintaria à mão. [...] Rebenta a guerra de Espanha e os aviões começam a passar por cima de Portugal, pela primeira vez vi um avião ao vivo.”

2.2.2. A juventude e o encontro com as suas duas grandes paixões

Enquanto jovem, mostra já um carácter bem definido, os seus sonhos iam além da carpintaria do pai, e refere que queria fazer coisas diferentes que ninguém lhe tinha ensinado:

“ O sonho do meu pai era que eu lhe seguisse as pisadas, [...] os olhos do meu pai estavam em mim, estava talhado para seguir as pisadas do meu pai, mas não foi assim. Sempre fui bom estudante e seguir as pisadas do êxito do meu pai, era o mais natural a acontecer. Mas eu tinha sentimentos diferentes dos gaiatos do meu tempo. Queria fazer coisas que ninguém me tinha ensinado.”

O Sr. António desde muito novo procura com muita intensidade uma busca de sentido e de significado para a sua vida, ele quer ir além da carpintaria. Segundo Freire & Resende (2001), citado por Conceição, que fez também um estudo de natureza biográfica sobre ofícios (2011, p.27),” as pessoas estão sempre à procura de algo – alguém para amar, coisas para fazer, uma profissão, um emprego ou a felicidade, algo que torne as suas vidas significativas, plenas, completas [...], o sentido de vida de cada um é construído no dia-a-dia vivido” Os aviões não lhe saiam da cabeça, quer ir além da

carpintaria, surge uma oportunidade, candidata-se e entra na escola da Marinha de Guerra:

“Rebenta a guerra de Espanha e os aviões começam a passar por cima de Portugal, pela primeira vez vi um avião ao vivo. Os aviões não me saíam da cabeça, eu queria ir mais à frente, não ficar ali naquela carpintaria. [...] Tinha 16 anos, mas lá fomos à escola da Marinha de Guerra, eu e o meu pai, em Vila Franca de Xira, fomos ver como era. O meu pai aprovou e matriculou-me. 15 dias depois estava na escola.”

Entretanto entra para a Escola de Aviação Gago Coutinho, em Aveiro. Lá na terra ouve-se comentar que o gaiato, o Toino, que em criança fazia aviões sem nunca os ter visto, agora vai para a aviação. Podemos ver aqui retratada a importância do projeto de vida, numa qualidade de vida que tem muito de subjetivo e depende da maneira como se vê e vive a vida e dos projetos e objetivos que ao longo dela se vão criando como metas a alcançar para a realização pessoal (Vieira, 2008). O projeto ao fazer a identificação de um futuro que se deseja, leva o indivíduo a procurar os meios para o alcançar, podendo ser definido como uma antecipação operatória individual ou coletiva de um futuro desejado (Boutinet, 1990, citado por Conceição 2011, p.28):

“Aos 16 anos ingresso na Marinha de Guerra e faço uma viagem para Angola no ‘Navio Escola de Sagres’ durante 6 meses. [...] Entretanto entrei para a Escola de Aviação Almirante Gago Coutinho em Aveiro. Na terra diziam-me: ‘Olha o Toino foi para a aviação. Em criança aquele gaiato fazia aviões sem nunca os ter visto’”.

Aos 16 anos começa a namorar a atual esposa, namoro de janela, mais tarde graças a uma apendicite consegue autorização para entrar em casa, mas namorava quatro mulheres ao mesmo tempo:

“Fui bem aceite pela família dela. Era aquele namoro de aldeia: à janela, eu ficava com o queixo preso na janela e pescoço esticado. Nunca tive oportunidade de entrar na casa dela. Um dia estava no serviço e tive uma apendicite aguda. Devido às minhas condições de saúde, fui autorizado a entrar, mas namorava quatro mulheres ao mesmo tempo. Tudo sentado à mesa: ela, a mãe, a irmã e uma velha a fingir que estava a fazer costura, sempre a olhar para nós”.

2.2.3. A vida de adulto: entre a paixão pela profissão de aviador e o amor à família

Chega à hora do primeiro voo. A minúcia com que o Sr. António descreveu o seu primeiro voo, deu para perceber que registou todos os momentos daquele feito na sua memória, até ao ínfimo pormenor. Realizou o seu sonho de criança: voar!

“Nem consegui dormir., só a pensar: ‘amanhã vou começar a voar!’ . Naquela coisa agente anda doidos. Temos de preparar o avião para o voo, todo limpinho de véspera, mas fazemos aquilo com um amor ‘é pá vou voar!’ Ponho o avião a trabalhar, tem de aquecer, quando deslocamos ficamos com o avião nas mãos e agora temos de fazer alguma coisa... descolei baixinho, mas ele

mandou-me levantar para *x pés*, depois voltar para a esquerda, pode endireitar...está um pouquinho alto para aterrar no pino 14![...]. O capitão só me disse: 'parabéns!' Só me apetecia gritar de alegria, é pá consegui! Era um sonho de criança, saltei, gritei, chorei, sei lá o que me aconteceu”.

O Sr. António descreve-se como pessoa responsável enquanto piloto e com uma vantagem: era a sua paixão:

“À parte dos conhecimentos que eu tinha quando era civil, [...] quando entro na parte profissional entro numa coisa nova que era de grande responsabilidade, e eu encaixo com essa responsabilidade sem dúvida absolutamente nenhuma de onde me ia meter, com uma vantagem: é que era a minha paixão”.

Homem de sentimentos muito profundos, a paixão está também muito vincada na sua realização matrimonial:

“A minha esposa era uma mulher perfeita, como uma esposa exemplar, como uma mãe exemplar, nunca tivemos chatices, nunca nos arrelíamos, com os filhos era a mesma coisa. [...] Fomos sempre uma família feliz”.

2.2.4. Chegada a idade da reforma: a procura incessante de novos projetos.

O Sr. António reforma-se relativamente novo, aos cinquenta e poucos anos. Desde logo começa a procurar outros furos na vida como ele lhe chama. Ele corre atrás da definição do seu novo projeto de vida. De acordo com Boutinet (1990), “o conceito de projeto permite aos indivíduos chegados a um certo estágio do seu percurso, antecipar a sequência seguinte. Ele serve, pois, para definir as condições de escolha e de orientação que se colocam nas etapas-chave da existência” (Boutinet,1990, p.104).

O Sr. António reforma-se e pensa logo num outro ‘furo’. Vive em Évora e vê ali um furo: com um colega de curso também piloto funda a Agroar, empresa de mondas químicas. Entretanto vê outro ‘furo’: um terreno bom para um aeroclube, não hesita, funda uma escola de paraquedistas e pilotos. Fundador, diretor, e instrutor, este é o seu novo projeto de vida que agarra com todas as suas forças:

“Em paralelo vi outro furo. Eu era piloto, e paraquedista. Monto uma escola de paraquedismo e pilotagem em Évora: o Euro clube de Évora, do qual era fundador e diretor, era piloto instrutor, era paraquedista instrutor. Começo a ganhar dinheiro com aquilo e começa a ter muito movimento. Começa a ter aviões monolugares e bilugares para dar instrução: planadores sem motor e ultraligeiros

Nem um acidente de aviação “quase mortal” o impede de continuar nesta luta de abraçar a sua paixão de voar:

“Eu fui operado e morri. Sou um morto vivo. O médico deu-me por morto. Operou-me e no dia seguinte chegou e perguntou, então o aviador morreu a que horas? Mas a funcionária respondeu-lhe “não morreu, está vivo!”

Mas o acidente e os conselhos médicos para que tivesse muito cuidado, porque não podia partir mais nada, não o demoveram de continuar a lutar por alternativas e vencer em tudo o que determinava colocar as mãos:

“Eu era exigente. Não saltava nenhum gajo sem ter feito aquele numero mínimo de saltos bem feitos. Eu ficava cá em baixo a ver as asneiras deles de binóculos, quando cá chegavam abaixo tinham de me ouvir. Era exigente e sinto uma compensação muito grande porque nunca me morreu nenhum paraquedista que passasse pelas minhas mãos.”

O seu sentido de vida, a sua busca incessante de um significado para a sua existência continua centrada no clube de aeronáutica e nos aviões, nunca se rendendo nem à sua fragilidade física nem à diminuição das suas capacidades funcionais, mas sempre criando metas e objetivos e não medindo esforços para alcançar a sua reconfiguração identitária e o seu bem-estar social (Paúl, 2005; Fonseca 2005 c; Vieira, 2014).

2. 3. O PRESENTE: PROJETO PESSOAL E O SENTIDO DE VIDA DO SR.ANTÓNIO

2.3.1. A transição do contexto familiar para a institucionalização

O homem que se caracteriza pela paixão pela vida enfrenta com desgosto o ter de “deixar tudo” e render-se à evidência de vir residir para um lar de idosos por causa da saúde da esposa. Em todo o seu discurso, e quando relembra a fase da sua vida em que deixa o Alentejo, já com a idade de 82 anos, ainda é notória a sua forte relação com o sentir o trabalho como forma de construção e desenvolvimento da própria vida,

“Deixei o meu Alentejo, deixei os meus amigos, as coisas que eu gostava, de ir à caça, ir à pesca, de participar em variadíssimas coisas, em clubes, em piscinas, trabalhar para desenvolver para se construir, [...] onde eu metia a mão tinha de dar certo”.

A mudança definitiva para a estrutura residencial tornou-se num dos aspetos mais traumáticos da sua vida, porque implicou a rutura e a descontinuidade das suas experiências (Paúl, 2005; Pimentel, 2005; Pimentel 2009; Cardão 2009; Vieira 2014a, 2014b), e trouxeram-lhe uma forte perceção negativa para o seu bem-estar subjetivo (Fonseca 2005c; Paúl 2005c; Moura, 2006; Pimentel, 2009; Vieira 2014b; Ribeiro e Vieira, 2015):

“Quando vim para aqui, eu deixei de ser o mesmo Toino, deixei de ser a mesma pessoa à saída de Évora. Largámos a nossa casa, primeira coisa, para virmos para um sítio que não conhecíamos, uma terra que não conhecíamos, uma cidade que não conhecíamos, depois

vínhamos para um local de sofrimento. Porque já me diziam que as pessoas velhas andam abandonadas, ninguém lhes liga, ninguém faz caso”.

No desenrolar das conversas que foram acontecendo entre a investigadora e o sujeito em estudo, foi bem perceptível o quanto as memórias do passado se fazem presentes na subjetivação do quotidiano do Sr. António (Vieira, 2013), e o quanto o processo de desvinculação do seu contexto sociocultural, aquando da entrada para a instituição, lhe trouxeram experiências de solidão e isolamento social (Pimentel, 2009; Vieira, 2014; Vieira, 2014b), o que contribui para a perceção negativa da sua qualidade de vida:

“Larguei o meu ambiente, a minha casa, os meus amigos, [...] Sinto momentos de solidão. É difícil de suportar. [...] Aqui não tenho qualidade de vida, não tenho com quem falar, senão um amigo que é médico e desabafamos um com o outro”

A narrativa do Sr. António é um exemplo claro, de como as características do ambiente onde a pessoa se encontra inserida, são um forte determinante no seu processo de envelhecimento, e na sua qualidade de vida, que além de ser pessoal é fortemente influenciável pelo contexto em que a pessoa vive (Cozinheiro, 2007; Pimentel, 2009; Paúl e Ribeiro, 2011;Vieira, 2014b) potenciando, positiva ou negativamente os resultados finais do desenvolvimento do indivíduo (Paúl, 2005c), nesta fase do seu ciclo de vida:

“Senti-me chocado quando vim para cá. Isto parece um hospital. Isto é o fim da Maria Teresa. Quando entrei no lar, entrei aqui com desgosto, pela saúde da minha Maria Teresa, porque perdi uma senhora que tinha tudo de tudo como uma mulher perfeita, como uma esposa exemplar, como uma mãe exemplar, [...], aquilo tudo que vinha com medo, que vinha a pensar: não me digam que isso me vai acontecer! E quando aqui chego as primeiras impressões são as piores [...] digo para mim mesmo: não estou cá oito dias!”

2.3.2. Os novos projetos de vida do Sr. António, e o seu sentido de vida

2.3.2.1. Vigilância 24h por dia aos cuidados que prestam à sua esposa

Neste desenrolar do seu percurso de vida, o Sr. António enquanto ator e construtor do seu próprio desenvolvimento, e em função do seu novo contexto de vida de institucionalizado, apesar do desgosto evidente por causa do estado de saúde da sua esposa, enfrenta com uma atitude positiva os novos desafios:

“Estou aqui há 3,5 anos na casa de repouso. A principal razão de eu estar aqui é a Maria Teresa (esposa). Todas as outras são secundárias. Amo a Maria Teresa como nos primeiros tempos, comecei a namorar com ela aos 14 anos. Estou preso à Maria Teresa de alma e coração. Casámos por amor e tivemos os nossos dois filhos, tenho um desgosto profundo por vela assim. Ela não fala, não pensa, mas os olhos dela têm o mesmo amor profundo que tivemos desde os 14

anos (lagrimas nos olhos),e vivo as 24 horas do dia junto dela. Procuo tudo, tudo, tudo na vida para lhe dar apoio”.

O seu primeiro foco está no vigiar os cuidados que são prestados à sua esposa, enquanto idosa completamente dependente de cuidados de terceiras pessoas, numa instituição que não lhe inspira muita confiança:

“Estou contrariado com a maneira como somos aqui tratados. Nós, as pessoas que ainda conseguimos pensar, ainda estamos a saber o que queremos, que nos defendemos a nós e defendemos os outros, estamos todos revoltados com isto, com a organização desta casa. Má alimentação, mal tratados pelas funcionárias que não percebem nada disto, as batas brancas como nós lhes chamamos... há muita falta de humanidade”.

Cuidar da sua esposa passou a fazer parte integrante da sua vida, do seu sentir-se vivo, da sua razão de viver, por outras palavras, do seu projeto de vida atual e futuro, e na forma como projeta o seu dia-a-dia. O seu bem-estar e a sua qualidade de vida estão diretamente relacionados com este seu projeto, e na sua nova relação nos cuidados prestados à esposa. Nada está à frente deste projeto de vida. O Sr. António faz uma adaptação psicológica à sua nova situação de vida, redefine os seus objetivos e cria um projeto de vida com sentido para si (Vieira, 2014), criando um conjunto de atividades intencionais e planificadas que funcionam como uma ação reguladora entre as suas perdas e a busca de novos ganhos (Paúl,2005b; Fonseca 2005a e b), num processo de controlo pessoal sobre o seu próprio desenvolvimento, e numa necessidade de dar continuidade e perseveração à sua identidade (Fonseca, 2005b, p.48). Este exemplo de vida do Sr. António comprova que a construção da identidade, isto é, o dar significado consistente e coerente à própria existência, é um processo em contínuo desenvolvimento, (Vieira, 2012b). Esta capacidade adaptativa não tem que decair com o avanço da idade, e de acordo com Fonseca (2005c) está diretamente relacionada com o envelhecimento bem-sucedido. Surge assim um projeto de existência. Depois “é-se outro”. “Foi-se metamorfoseado, reconstruído” (Vieira, 2000, pag.42).

Nas conversas que fui fazendo com o Sr. António, ao longo dos três meses de recolha de dados para a minha investigação, e porque se foi criando um ambiente de confiança e segurança para o sujeito em estudo, este foi-se abrindo e dando-me acesso às suas vivências reais e ao seu mundo subjetivo (Amado, 2013; Vieira 2014a e b):

“Nos trinta dias do mês não durmo uma noite seguida, porque a minha esposa fala muito durante a noite. Fui-me abaixo fisicamente. O médico disse-me que eu tinha de me ir preparando para isto, ‘um dia põe a mão assim de lado e ela está morta’. Ouvir é fácil, mas agora fingir que não ouvi, não é fácil [...] E eu não choro na presença dela, mas choro fora da presença dela”.

O homem dinâmico e de carácter forte, protagonista das nossas conversas iniciais, dá agora lugar a um homem fragilizado por uma institucionalização não desejada e pelo profundo desgosto perante o desenvolvimento da doença progressiva e incapacitante da esposa, com os consequentes medos de uma possível perda da pessoa por quem continua a nutrir o mesmo amor de há 73 anos atrás. De acordo com Vieira (2014b, p.116), “sentir a presença das pessoas que nos rodeiam e que nos são significativas, é uma necessidade humana; que os espaços nos sejam familiares. Quando isto não acontece passamos a viver sós; sem contextos pessoais; instala-se a solidão”.

2.3.2.2. (Re)viver as experiências da sua juventude: construir aviões de madeira

Na instituição, o Sr. António revive as suas experiências do passado enquanto piloto, integrando-as nas suas ocupações do presente, com o fim de dar um sentido ao seu futuro (Fonseca 2005c; Vieira 2012b), em busca de um bem-estar subjetivo e dando corpo a um processo de envelhecimento ativo, intrínseco ao seu próprio processo de desenvolvimento, contínuo, progressivo sem metas pré determinadas (Fonseca 2005a), pelo qual ele é responsável:

“Faço aviões em madeira e com outro tipo de aproveitamentos, capsulas do café, plásticos e outros. É o meu passatempo favorito. O que sinto quando estou ali na oficina a fazer um avião? Faço tudo à escala, estou a voar quando o faço, estou no hangar, agarro no avião e faço tudo exatamente como era. Fiz um para um gaiato e a mãe agradeceu-me a chorar. Tenho lá em baixo alguns numa estante. Expliquei ao gaiato tim-tim por tim-tim a diferença de cada um dos aviões que ali estão: o que era um planador, o que era um avião, como funciona cada um deles. Deixei-o escolher um avião, o gaiato foi para casa maravilhado. Passados uns dias pu-lo a pintador um avião e um planador.”

Este seu espírito criativo e inventivo, este seu sonho de criança de estar envolvido com aviões, na época algo praticamente desconhecido, vem a mostrar-se determinante não só nas suas opções de futuro profissional e paixão por toda a vida, mas também na definição dos seus projetos do presente. Couvaneiro (2009) diz-nos a esse respeito que:

“As memórias invocadas, sejam elas reais ou fantasiadas, decorrem do sentimento de enraizamento que liga as pessoas às suas origens e que ficam inevitavelmente no baú das memórias mais sentidas. Permitem, em alguns casos, retomar o passado e reconstruí-lo em novos projetos ou até retornar aos paraísos da infância, às origens” (Couvaneiro, 2009, p. 138)

Desta forma, surge na vida do Sr. António um novo ‘eu’, novos objetivos de vida, um novo projeto de vida com sentido para si, onde ele é o principal responsável por recriar o seu novo eu, o seu novo mundo (Vieira,2000). Dar continuidade

psicológica a tudo aquilo que se foi, é fundamental para se continuar a ser (Vieira, 2000; cozinheiro 2008; Sousa 2015).

A relação passado (paixão pela profissão de piloto), presente (preocupação com a saúde da esposa) e construção do futuro (re)criar experiências que lhe proporcionem bem estar e qualidade de vida, está bem presente nesta afirmação que o Sr. António fez ao responder à inevitável pergunta: o que significa para si a oficina dos aviões?

“A oficina dos aviões significa para mim, aliviar-me da minha preocupação com a minha esposa, e criar a perspetiva do meu amanhã: gosto de fazer os aviões e de os oferecer. Quase todos os gaiatos, filhos das empregadas já levaram um, e elas andam sempre de roda de mim para verem quem é o próximo contemplado”.

Não pode haver qualidade de vida sem projeto de vida. Ausência de projeto significa ausência de futuro (Vieira, 2000). Podemos afirmar, que no caso do Sr. António, o seu bem-estar e a sua qualidade de vida, que em tudo é subjetiva, têm uma relação direta com os seus novos projetos de vida, de entre os quais se destacam o seu cuidado e preocupação com a vigilância da sua esposa que sofre de Alzheimer, e a construção de miniaturas de aviões, aos quais dedica muito do seu tempo, não só pela paixão que lhe ficou da sua profissão de piloto, como pela necessidade de partilhar afetos com os mais jovens quando os ensina na sua arte ou simplesmente lhes oferece uma das suas obras, mas também porque aí encontra uma forma de esquecer um pouco a preocupação com o estado de saúde da sua esposa. Trata-se, no meu entender, de um caso de sucesso na construção e desenvolvimento do seu próprio processo de envelhecimento, pelo seu esforço de adaptação às novas situações adversas, com a (re)formulação de projetos e objetivos de vida, (Fonseca a, 2005) como estratégia de controlo pessoal sobre a sua própria vida.

2.4. O PAPEL DA TÉCNICA DE ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL DA INSTITUIÇÃO

Durante o período que dediquei ao conhecimento da instituição de idosos onde reside o Sr. António, tive oportunidade de estar perto e observar, de uma forma participante, o trabalho ali desenvolvido pela técnica de animação sociocultural de que a instituição dispõe, em termos de atividades de ocupação propostas aos idosos. Uma única técnica, para cerca de 35 idosos, que não está a tempo inteiro na instituição, e ainda é solicitada para outros serviços distintos da sua área de atuação. A perspetiva do trabalho desenvolvido pela técnica de animação sociocultural da instituição é a de

oferecer atividades e ocupações aos utentes, atividades pré definidas em gabinete e sujeitas aos objetivos de um plano anual de atividades, que nada tem em comum com os objetivos pessoais e particulares de cada indivíduo; por sua vez a perspectiva dos utentes ao aderirem às atividades que a instituição lhes propõe é a de colaboradores nas mesmas, como auxiliares dos próprios animadores numa total inversão de papéis entre o animador e o sujeito a animar:

“Ensinei-lhe muitas coisas que ela (animadora sociocultural) não sabia, tinha a teoria mas não tinha a prática. Ela desempenha um trabalho muito importante junto dos idosos. Ela programa as atividades e nós colaboramos”.

No verdadeiro sentido de animação, que é dar vida, é implicar-se com o outro (Lopes, 2008; Galinha, 2009), não encontramos nesta casa de repouso, um ambiente promotor que vise auxiliar os idosos ali internados, a construir ou (re)construir o seu projeto de vida. Não há espaço, nem tempo, para se estudar o passado biográfico dos utentes, nem para se estruturarem as atividades de uma forma humanizada, atribuindo significado e valor ao idoso enquanto sujeito com necessidades e interesses próprios e que são função da sua trajetória de vida, como já vimos. Trata-se da chamada ‘colonização da velhice’, num ambiente coletivo de regras, onde é ignorada a individualidade, subjetividade e a história de vida” (Pimentel, 2009; Ribeiro e Vieira, 2015; Vieira, 2014a).

Em contrapartida, o Sr. António é ele o próprio animador e dinamizador da sua vida traçando os seus próprios objetivos e projetos no seu dia-a-dia, projetos com sentido para si, onde a necessidade de passar conhecimento aos mais jovens, numa atitude de trocas afetivas intergeracionais, (Pimentel, 2015) é parte integrante do seu projeto de existência, enquanto idoso institucionalizado e numa busca constante de realização pessoal, enquanto produto e produtor do seu próprio processo de envelhecimento bem- sucedido e com qualidade de vida.

2.5. A SUA DEFINIÇÃO DE QUALIDADE DE VIDA

Para o Sr. António a qualidade de vida, assenta basicamente na sua condição de fazer tudo o que esteja ao seu alcance para proporcionar o melhor no tratamento do problema de saúde da sua esposa. O seu mais recente projeto de vida foi encontrar um lar que proporcione à sua esposa cuidados mais eficientes e uma equipa médica que lhe

inspire mais confiança. A sua felicidade é diretamente proporcional ao acompanhamento eficiente da esposa nos seus cuidados pessoais e de saúde. O voltar às paisagens do campo, em vez do aparente conforto da cidade, é também parte integrante do seu conceito de qualidade de vida e felicidade nesta fase do seu ciclo de vida.

“Aqui não tenho qualidade de vida, não tenho com quem falar, senão um amigo que é médico e desabafamos um com o outro. Leio, entretenho-me a ler o que tenho por aí. Refugio-me na oficina a fazer os meus aviões. [...]. Vou-me embora no fim do mês. Vou para uma coisa nova. Estou muito esperançado no novo Lar, a minha qualidade de vida neste momento é a esperança de que vamos para uma coisa melhor e que a médica de lá é da especialidade da doença da minha esposa. Desde que eu tenha pessoas que acompanhem a minha mulher como deve de ser, na sua doença, eu sinto-me feliz. Na outra parte, eu sou alentejano, sou do campo, vou ver o campo, os pássaros, o mar. Se isso acontecer sinto-me outra pessoa. Se a minha Maria Teresa morrer, eu morro em 50%”.

CAPÍTULO 3 – O PROJETO PESSOAL E O SENTIDO DE VIDA DA SRA. MARIA

3.1. O BIOGRAFADO

Neste 3.º capítulo apresento e analiso a Sra. Maria. Senhora de 90 anos, natural de Carvalhal do Pombo, Torres Novas. A mais nova de seis irmãos, nasceu no seio de uma família humilde e de fracos recursos económicos. Frequentou a escola, mas era mais amiga de andar com as irmãs mais velhas na monda do trigo do que de estudar:

“O meu pai era pedreiro e a minha mãe era doméstica. Éramos 6 e eu era a mais nova de todos, tinha muito carinho de todos [...] Andei na escola mas não fiz o exame da 4ª classe, gostava mais de trabalhar”. (Sinopse 3b, secção apêndices, página 16).

Hoje com 90 anos, mãe de dois filhos e avó de dois netos, tem o mais velho a viver na Alemanha e o outro na Marinha Grande. É ainda uma mulher guerreira, que recorreu ao internamento em residencial para idosos por decisão própria, por se sentir muito sozinha em casa. A Sra. Maria, e recordando é uma idosa ainda muito ativa que participa nas atividades de animação sociocultural que lhe são propostas na instituição. Não perdendo de vista os objetivos da minha investigação, passo a analisar os dados recolhidos nas várias conversas que decorreram entre o investigador e o sujeito estudado, por forma a perceber como foram sentidas e vividas as várias fases da sua vida no passado.

3. 2. O PASSADO: O PROJETO PESSOAL E O SENTIDO DE VIDA DA SRA. MARIA

3.2.1. A infância entre a família, a escola e o trabalho nas terras e as brincadeiras

Criada numa família de fracos recursos económicos, tem desde sempre uma boa relação com a todos e é acarinhada pelos pais e pelos 5 irmãos. Anda na escola, mas gosta mais de trabalhar e só termina a 4ª classe em adulta porque precisa dos estudos para trabalhar:

“Quando era miúda trabalhávamos muito no campo, o meu pai tinha propriedades e eu pequenita comecei a ajudar. [...] Andei na escola mas não fiz o exame da 4ª classe, gostava mais de trabalhar. Asneiras que a gente faz. Só mais tarde já casada e em Lisboa fui a exame porque precisava de ter a 4ª classe para me empregar”.

Retrata-se na sua infância como uma maria rapazola muito brincalhona, criativa e extrovertida, e recordou com muita vivacidade uma brincadeira que costumava fazer com o seu gato:

Era maria rapazola, subia as árvores, apanha frutas e comia, muito ativa, muito brincalhona, jogava a macaca, gostava muito de saltar a corda. Também gostava muito de fazer bonecas de trapos, arranjava-lhes nomes e até cigarros lhes punha na boca, tirava os pelos das cabras para fazer as tranças das bonecas. Fazia sapatos para os gatos com as cascas das nozes, eles entravam em casa e truca-truca-truca com os pés calçados com as cascas das nozes a fazer barulho (risos...). Lembrar-me tão bem de fazer isso, de calçar os gatos, tinha um gato muito meigo, fazia dele tudo o que queria. A minha meninice foi assim”.

Desde criança que começa a orientar o seu projeto pessoal de vida para o trabalho e a valorizar a conquista de um salário. Direcionada pelo forte desejo e necessidade de trabalhar para ajudar economicamente os pais, empregou-se numa espécie de fábrica de figos, onde permaneceu vários anos:

“As minhas irmãs iam para a jorna, iam para a fazenda e eu ia com elas também mondar, apanhar a erva no meio do trigo, tinha 13 anos e o homem pagou-me o mesmo que pagou as mulheres. Fiquei muito contente, apanhei-me com dinheiro, naquele tempo deviam ser 25 tostões. [...]. Eu era da terra dos figos e trabalhei numa espécie de fábrica. Espalmávamos os figos e encaixotávamo-los, trabalhei lá bastante tempo”.

3.2.2. A juventude e o encontro com as suas primeiras grandes decisões

Durante a sua adolescência a Sra. Maria perdeu o pai, e de seis filhos foi a única irmã que se dispôs a prestar apoio à mãe. Perdeu também o trabalho por falência da fábrica dos figos e agarrou todas as oportunidades de trabalho que se cruzaram no seu caminho:

“Ocupava-me em casa a lavar roupa para senhoras e a passar a ferro. [...] Tinha uma irmã mais velha que trabalhava de costura em casa e ensinou-me qualquer coisa. Eu fazia calças e fazia tudo para aquela família, [...] trabalhava em mais duas casas. Ainda fazia outras coisas, no intervalo de trabalhar nestas casas ia vender peixe. [...] Andava quilómetros e quilómetros por dia. Eu safei-me com aquilo, ganhava bastante dinheiro, a minha mãe já estava viúva e eu é que ganhava para sustentar a minha mãe”.

A Sra. Maria mostra-se uma mulher que reflete sobre o seu futuro e sobre os passos que quer dar na vida, não espera pela decisão dos outros, é ela quem decide da sua própria vida. É corajosa e não receia enfrentar a opinião dos outros, mas prevalece com a sua:

“Aos 15 comecei a namoriscar com o rapaz com quem casei, ele era meu primo e diziam que isso era mau e eu já tinha na família uma situação de dois primos casados com duas filhas deficientes. Eu tive medo, e então, parámos muitas vezes de namorar”

A sua luta pela subsistência económica e o facto de ser a única filha a dar sustento à mãe tornam-na numa mulher decidida e superativa que encontra no trabalho e

no ganhar dinheiro o sentido para a sua vida, mais além do que a sua realização sentimental que desvaloriza. Ela tinha vários tipos de trabalho em simultâneo, porque o importante era ganhar dinheiro:

“ Eu ocupava-me em casa a lavar roupa para senhoras e a passar a ferro. Eu fazia calças e fazia tudo para aquela família, [...] Ainda fazia outras coisas, no intervalo de trabalhar nestas casas ia vender peixes. [...] se eu vendesse por mais, o resto era tudo para mim. Andava quilómetros e quilómetros por dia. Eu safei-me com aquilo, ganhava bastante dinheiro, a minha mãe já estava viúva e eu é que ganhava para sustentar a minha mãe”.

A juventude da Sra. Maria foi, assim, marcada como uma fase da sua vida em que teve de tomar as primeiras grandes decisões: interromper os namoros com aquele que viria a ser o seu futuro marido, e sobrevalorizar a sua relação com o trabalho acima da sua vida sentimental e afetiva.

3. 2.3. As diferentes fases da sua trajetória de vida em adulta

3.2.3.1. Casamento e nascimento dos seus dois filhos

O falecimento do pai da Sra. Maria levava-a a decidir casar com o primo, o tal namorado com o qual interrompeu várias vezes o namoro, e ir viver para Lisboa. Recorda a preocupação com que ficou por ver a mãe abandonada lá na terra, sem a atenção das suas irmãs que moravam perto da mãe:

“Casei e fui pra Lisboa e a minha mãe ficou sozinha na terra abandonada, isto marcou-me muito, quando eu podia ela vinha pra Lisboa para o pé de mim, mas vinha muito mal-arranjada”.

A escassez de bens e condições de vida foram marcantes na primeira fase do seu casamento e vão ser determinantes na orientação que a Sra. Maria e o seu marido vão dar ao seu futuro projeto de vida familiar, em especial no caso dela enquanto esposa, mãe e mulher trabalhadora:

“Quando casei não tinha nada, fui viver para um quarto mobilado. Mais tarde alugamos uma casa e nem cama tinha. [...] Quando casei comecei logo a quer trabalhar, tivemos que trabalhar para pagar as mercearias da festa do casamento, e comíamos sempre do crédito que tínhamos na loja. Comprava o jornal para ver os anúncios”.

Mas as dificuldades económicas prevalecem e o marido resolve emigrar para a Alemanha e a Sra. Maria fica em Lisboa com dois filhos pequenos e não aguenta a sobreposição dos papéis de mãe e mulher trabalhadora, situação agravada também pela ausência do marido:

“ Morava em Lisboa, o meu marido já na Alemanha, deixei a parte de casa onde morava e com o desejo de trazer a minha mãe para o pé de mim, aluguei uma casa no Cacém. Mas estive lá só

seis meses, a família não me apoiava nada, e eu vinha todos os dias para Lisboa com o menino ao colo, fiquei muito cansada. Um dia peguei numa carta e escrevi ao meu marido e disse-lhe: *‘estou farta desta vida, ou vou para o Carvalhal ou vou para aí’*. [...] Cansei-me de trabalhar no consultório [...] Resolvi ir para Alemanha pra ganhar a vida mas os meus filhos ficaram cá porque eu não os podia lá ter comigo”.

3.2.3.2. Vida de emigrante e a conciliação/separação da família

Mulher de decisões firmes, decide ir ter com o marido à Alemanha, mas a busca de melhores condições de vida obriga-a a separar-se dos filhos que ficam em Portugal com familiares:

“ Fui para lá trabalhar num restaurante, mas não podia ter os meus filhos comigo porque o meu marido era funcionário dos correios e era-nos cedido alojamento, mas só para nós. Os meus filhos ficaram cá com familiares”.

A Sra. Maria vive assim alguns anos, repartida entre trabalhar na Alemanha para alcançar uma melhoria das condições económicas de vida, e vir a Portugal para deitar mão à educação dos filhos que se estavam a perder em mãos alheias:

“ Entretanto eu tive de vir da Alemanha para tomar conta deles. Fui buscar a pasta do mais velho e vi lá um caderno cheio de faltas e ele a assinar no meu lugar. Eu passei-me, tinha o ano perdido por faltas. Escrevi pra o meu marido a dizer-lhe que ia voltar porque ele não queria estudar”.

A decisão de trabalhar na Alemanha e viver separada dos filhos acaba por trazer consequências negativas para o equilíbrio da sua família enquanto estrutura de apoio aos filhos, e leva a Sra. Maria a repensar sobre o seu papel de mãe e educadora.

3.2.3.3. Incidentes críticos e redefinição do projeto de vida.

Perante a constatação do grave problema que está a manifestar-se na vida no seu filho mais velho, com o reflexo no seu insucesso escolar, a Sra. Maria decide rapidamente altear as condições de vida do filho, e leva-o consigo para a Alemanha, alojando-o num quarto alugado próximo do seu alojamento coletivo:

“Alugámos um quarto para ele perto do nosso alojamento, e ele estava connosco durante o dia, mas tinha de ir dormir no quarto. Eram regras que tínhamos de respeitar.[...] Metemo-lo na escola, teve que ir para a primária. Se ele continuasse no Carvalhal sozinho tinha-se perdido”.

A partir da decisão de unir a família, a Sra. Maria junto com o marido, começa a preocupar-se com o futuro dos seus filhos, em especial com o do mais velho que está na sua fase de adolescência. Entretanto, o marido adoece gravemente e num curto espaço de tempo vem a falecer em Portugal. Ela sente-se muito só, desamparada e desta vez não encontra forças para tomar uma decisão muito difícil na sua vida, ir cuidar do filho

mais velho que na época estudava e trabalhava na Alemanha, ou ficar em Portugal a tomar conta do mais novo que tem 9 anos:

“O meu marido faleceu e eu não tinha ninguém com quem conversar, senti-me muito sozinha[...] Eu não sabia o que havia de fazer, o meu filho mais velho trabalhava na Alemanha e o mais novo estava cá em Portugal, aconselhei-me com o médico, [...] que me disse: ” *o mais velho precisa mais de si que do que o mais novo, é um menor numa terra estrangeira, precisa mais da mãe o mais novo está amparado pelos tios*”. Desta vez voltei a Alemanha não pelo trabalho mas pra cuidar do meu filho”.

A grande perda do seu marido vem a precipitar um pedido de reforma antecipado e a sua volta em definitivo para Portugal. Esta é a sua grande oportunidade de redefinir o seu sentido de vida, a sua razão de existência, passando a priorizar a educação e relacionamento com os filhos deixando para segundo plano a melhoria das condições económicas:

“Quanto mais se tem mais se quer, para quê, não vale a pena. Hoje penso de outra maneira que não pensava dantes. Vejo que a vida é curta, e digo isso aos meus filhos, não vale a pena trabalhar tanto, o pão nosso de cada dia é quanto basta”.

3.2.4. A idade da reforma e a procura incessante de novos projetos.

3.2.4.1. O regresso às origens: vencer a solidão e cuidar do filho mais novo

Num processo de adaptação à sua nova situação de viúva e reformada, a Sra. Maria procura vencer a solidão e a insegurança regressando à sua terra, o Carvalhal, onde decide mandar construir uma casa, pois é ali que sente o apoio das amigas da juventude e onde pode dedicar-se, ao filho e aos trabalhos de campo no seu novo quintal, contexto social e ambiental onde permanecerá nos próximos 25 anos:

“Fiquei a viver em Torres Novas, e fui buscar o meu filho mais novo a Espinho, a casa dos tios. Ele vinha muito atrasado na escola e no carater. Pulo num colégio particular em Torres Novas [...] Em Torres Novas não conhecia ninguém, sentia que não tinha apoio de ninguém. [...] No carvalhal sentia-me mais apoiada, se precisasse de alguma coisa, conheciam-me e não me faltava nada, tinha lá as minhas amigas da juventude, vivi lá 25 anos, não foram 25 dias [...] Comprei um terreno, decidi fazer uma casa no Carvalhal, onde nasci, [...]. fui fazendo a casa ao meu gosto e virei agricultora, mandei plantar oliveiras e uma vinha. Criava galinhas e coelhos, vendia figos, vendia azeite, vendia as uvas e tirava rendimento de lá. Fiquei lá até aos 84 anos.”

Esta descontinuidade na sua trajetória de vida provocada pelos incidentes críticos da perda do marido e da antecipação da sua reforma, leva a D. Maria a procurar um novo sentido de vida (Cozinheiro, 2007), a procurar a diferença, a (re)inventar-se como agricultora (Kaufmann, 2005; Cozinheiro, 2007; Vieira, 2009a) , numa busca de significado consistente e coerente à própria existência (Vieira, 2012b), assumindo o seu

papel de ator e construtor do seu próprio processo de desenvolvimento e envelhecimento (Fonseca, 2005b; Paúl, 2005b; Amado, 2013; Vieira 2014). Trata-se de mais um caso de sucesso que exemplifica claramente que a (re)formulação de projetos e objetivos (existência de um projeto de vida com sentido), a capacidade adaptativa do indivíduo a novas situações e o desenvolvimento de mecanismos de compensação de perdas afetivas (Vieira, 2000; Pimentel 2004, 2009; Fonseca 2005a e 2005b; Paúl, 2005b; Vieira 2014), está diretamente relacionada com o envelhecimento bem-sucedido (Fonseca, 2005c), onde o futuro que é incerto se constrói a par e passo na vivência do presente (Vieira, 2000, p.52)

3.2.4.2. Decidir o seu futuro para não viver só.

A idade da D. Maria foi avançando, o filho casou e ela ficou de novo muito só e com dificuldade de se deslocar a pé ao centro da vila:

“Depois do meu filho casar, ainda fiquei 14 anos sozinha no carvalhal [...] A minha Casa estava um bocado isolada, as minhas amizades foram morrendo, já só há 3 pessoas no Carvalhal mais velhas do que eu; estava longe da vila, da farmácia, do cemitério, longe de tudo. [...] Sentia-me muito só. A vizinha que está mais perto tem 92 anos, aquilo está isolado, e já fizeram lá assaltos”.

Os filhos preocupados com a segurança da mãe, um dia aparecem-lhe com uma proposta de mudança de vida, dando-lhe a oportunidade de opção:

“Os meus filhos um dia fizeram-me a proposta para eu decidir uma de entre três coisas: ou punha uma mulher em casa para tomar conta de mim, ou ia para casa de cada um deles 6 meses, ou vinha para o Lar. Eu fiquei a pensar. [...] O mais novo um dia chega-me lá e diz-me:” vem daí comigo, vamos ver uma coisa a Leiria. Trouxe-me aqui e eu gostei. Escolhi vir para o Lar. Cá estou”.

A institucionalização da Sra. Maria foi fruto de uma negociação entre ela e os filhos, e consequência de uma decisão sua tomada com consciência na procura de um ambiente mais favorável às suas necessidades de convívio e segurança.

3. 3. O PRESENTE: O PROJETO PESSOAL E O SENTIDO DE VIDA DA SRA. MARIA

3.3.1. A transição do contexto familiar para a institucionalização

Cansada das lidas domésticas e da limpeza do quintal, aos 84 anos a D. Maria decide recorrer ao internamento em instituição para idosos:

“Não me fez diferença vir para o lar. Eu estava cansada de limpar o quintal, era escrava daquilo tudo. Até a relva era eu que cortava. Comprei uma máquina e cortei a relva até vir para o lar.

Tirei dali o sentido. Estava escrava da casa. Eu não conhecia nada de Leiria, mas senti-me num hotel.”

Terá contribuído para o sucesso da sua adaptação ao internamento institucional o facto de recordar as boas experiências que viveu e as amizades que fez nas suas viagens de férias no Inatel, após a morte do marido:

“Eu já ia para o INATEL, depois de enviuar, e era este género. Conheci e fiz muitas amizades nas minhas viagens. Sentia-me bem naquele ambiente, ser servida, não precisava de fazer comer, eu gosto pouco de fazer comer, e a liberdade de ir à rua e andar por aí”.

Podemos afirmar que a D. Maria desenvolveu uma experiência de sucesso na adaptação à vivência na instituição assumindo-a como a sua nova casa. A recordação das boas experiências no Inatel levaram-na a encontrar no lar referências com as quais se identificou e criou um novo projeto de existência (Vieira, 2000).

3.3.2. Os novos projetos de vida da Sra. Maria, e o seu sentido de vida atual

3.3.2.1. Criar amizades e conviver

Criar novas amizades e conviver como forma de elevar a sua auto estima e consequentemente a sua qualidade de vida (Fonseca, 2005c), foi um dos objetivos que levaram a Sra. Maria a optar pela vinda para o lar:

“Em casa não tinha convívio. Eu gosto até do convívio das pessoas que encontro na rua, mesmo que não as conheça, são mais comunicativas do que as pessoas de Torres Novas. [...] Gosto muito de jogar às cartas, à sueca e ao burro, e eu chamo as outras todas para jogar. [...] habituei-me a esta vida e gosto. Penso que se tivesse ficado em casa já tinha ‘patinado’, não conseguia fazer o que precisava.”

É neste novo contexto com o qual se identifica, que a D. Maria (re)cria um novo sentido de vida, um novo eu, um novo outro, um novo mundo (Vieira, 2000). É por isso que só com os outros e com o contexto a pessoa é (kaufmann 2005; Fonseca, 2005c; Vieira, 2000, 2009a; cozinheiro, 2007).

3.3.2.2. Produto e produtora do seu processo de desenvolvimento

A Sra. Maria, apesar dos seus 90 anos é ainda autónoma e vai muito à rua, todos os dias faz caminhadas na cidade e ocupa-se de variadíssimas formas, demonstrando um excelente exemplo do que é ser ator e construtor do seu próprio processo de desenvolvimento, para o que não existe limite de idade nem metas desenvolvimentais pré determinadas (Fonseca 2005a) para se alcançar um envelhecimento bem-sucedido:

“Logo pela manhã vou à fisioterapia, faço a minha cama, marco roupa, vou lá abaixo ler o jornal, [...] não gosto do café daqui, vou tomar o café à rua, e às vezes vou ao pastel de nata. [...] Vou buscar livros à biblioteca, estou a ler o livro da vida do Salazar, no tempo da guerra colonial. Gosto de ler os livros do José Rodrigues dos Santos. Tenho de empatar o tempo de alguma maneira”.

3.3.2.3. Os gestos de solidariedade na sua nova casa

A sua nova casa, ou seja, o lugar que ela escolheu para viver neste seu último ciclo de vida, transformou a D. Maria numa empreendedora da solidariedade e da interajuda, onde ela vê os outros idosos e as funcionárias como a sua nova família alargada com a qual partilha gestos de solidariedade (Vieira, 2014) que a levam num constante vai e vem aos mais diversos lugares do centro da cidade. Desta forma, não só criou um novo projeto de vida com sentido para si, o sentir-se útil, como ao realizar estas novas atividades está a consolidar os laços afetivos (Pimentel, 2004; Vieira, 2014b) com a sua nova família alargada.

“Os outros pedem-me muitas vezes para lhes fazer compras na farmácia e no supermercado. Vou pagar a água às empregadas, vou à perfumaria comprar coisas para as empregadas, vou ao banco fazer recados para quem me pede. Sinto-me bem a ser útil”.

3.3.2.4. Não perder de vista a evolução das ‘coisas’ na Alemanha

Aos 90 anos ainda faz viagens de avião, entre Portugal e a Alemanha, praticamente sem acompanhante com o objetivo de (re)ver as coisas que lá deixou:

“Em Setembro vou à Alemanha ver a cozinha nova do meu filho. Vou lá uma a duas vezes por ano. Eu gosto de ir vendo a evolução. Quero ir ver o quintal e as coisinhas que lá plantei, quero ver como estão. Este ano vou com a minha neta, os meus filhos não querem que eu vá sozinha, mas ela só tem doze anos (risos)”

Esta necessidade que a Sra. Maria nos retrata, de voltar à Alemanha onde foi emigrante durante mais de duas décadas, vai muito além de matar saudades do filho, e prende-se também com o gosto de *‘ir vendo a evolução das coisas’* como ela fala, é revelador de um sentido de vida atual que continua ligado às suas experiências do passado com o fim de dar um sentido ao futuro (Vieira, 2012b).

3.4. O PAPEL DA TÉCNICA DE ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL DA INSTITUIÇÃO

Por se tratar, quer da mesma instituição do sujeito estudado no capítulo anterior desta investigação, quer ainda da mesma técnica de animação socio cultural que nela intervém, não irei focar aqui o seu papel enquanto técnica de animação sociocultural, porque, necessariamente me iria repetir. Vou sim, analisar o conteúdo das falas da Sra.

Maria, no tocante à sua participação e envolvimento nas atividades que lhe são propostas pela instituição. À minha pergunta sobre quais as atividades que lhe eram propostas pela instituição e a quais a Sra. Maria aderiria com gosto, porque de algum modo se identificava com as mesmas, ela relatou o seguinte:

“Quando cheguei ao lar estava cá outro animador, e fazíamos mais coisas, agora não fazemos quase nada. [...] O animador sentava-se ali na mesa e esperava que nós fossemos lá ter com ele. Só ia quem queria. As ideias eram dele e nós tentávamos fazer aquilo que ele queria. [...] No primeiro ano que cheguei fazíamos passeios, tínhamos todos os anos uma sardinhada, agora, há dois anos que não há. [...] Eles não têm uma pessoa efetiva para animar os velhos [...] As da limpeza estão sempre a chamar a animadora para fazer coisas que não lhe compete, e ela coitada faz o que as mais velhas lhe mandam.”

Do exposto podemos concluir que não existe uma política de intervenção nesta residencial para idosos, no que diz respeito à importância atribuída à animação socio cultural junto dos seus utentes, com vista ao desenvolvimento de estratégias de intervenção, através da implementação atividades socio culturais e educativas que criem ambientes promotores de bem-estar e qualidade de vida.

3.5. A SUA DEFINIÇÃO DE QUALIDADE DE VIDA

Sobre a sua perceção de qualidade de vida, a D. Maria responde prontamente que tem qualidade de vida e que se sente realizada. Associa a sua qualidade de vida e o seu maior desejo com o ter saúde até morrer, não quer ter uma vida artificial.

“ Sim, tenho. Eu não penso na idade. Sinto-me realizada. Só me falta ver um bisneto. O meu maior desejo é ter saúde até morrer. Que Deus me dê uma morte santa. Quando morrer morri, o que não quero é sofrer, vejo aqui tantos exemplos. Se chegar ao ponto de precisar de uma sonda para me alimentar, prefiro morrer, e já disse várias vezes à responsável do lar que se isso acontecer quero que me deixem morrer de fome, mas viver assim não quero”.

CAPÍTULO 4 – O PROJETO PESSOAL E O SENTIDO DE VIDA DA SRª ROSA

4.1. O BIOGRAFADO

No 4º capítulo presento e analiso a Sra. Rosa atualmente com 77 anos. Nasceu em Santana da serra, Ourique, Beja. Vinda de uma família pobre mas unida, desde muito cedo ganha o gosto pela costura, profissão que abraça até casar aos 28 anos, altura em que deixa a terra e vai viver para a Guia – Albufeira. Começa então a ser governanta em casa de estrangeiros ricos e o marido chofer dos patrões. Aos 70 anos, já viúva e sem filhos sofre o choque de lhe ser diagnosticado cancro na mama, retira um peito e fica muito debilitada física e psicologicamente. Sente-se abandonada por três sobrinhas que criou como filhas e decide ir viver para um lar, mas não o faz sem antes se preparar:

“Eu preparei-me para vir para o lar. Não queria ir para um lar onde me despejassem lá. Eu programei-me para vir para cá. Não pedi conselhos a ninguém, eu ainda me achava capaz de resolver a minha vida. Mas vir para um lar não é fechar a porta à chave de nossa casa e pronto, já está, não é assim. Temos de vir bem conscientes do que vamos fazer”. (Sinopse 3c, na secção apêndices, página 37)

4.2. O PASSADO: O PROJETO PESSOAL E O SENTIDO DE VIDA DA SRª ROSA

Atualmente com 77 anos, recorda os pais com muito carinho e retrata-nos uma família pobre mas unida, onde a mãe tem o papel importante de modelo feminino para o seu futuro, mas é o pai que recorda com mais ternura e como sendo muito seu amigo:

“Eram muito meus amigos. Éramos uma família pobre mas muito unida. A minha mãe era doméstica e vendia numa tendinha umas coisas pelo campo, e o meu pai era pedreiro. [...] Para os meus irmãos e meus pais eu era a ‘Rosinha’, e recordo isso com muito carinho, era muito doce ouvir tratarem-me assim. [...] A minha mãe foi boa mãe, mas o meu pai apercebia-se mais da minha vontade de ser e fazer as coisas. Queria ajudar-me. Defendia-me muito. O meu pai ia a Ourique, a pé, só para me comprar verniz para as unhas, tinha eu 14 anos. [...] O meu pai era uma pessoa muito importante para mim, apoiava-me em tudo, dava-me muito carinho”.

4.2.1. A infância passada entre os trabalhos domésticos e as brincadeiras

Por ser de origem pobres não havia a preocupação de ir à escola, e a D. Rosa preferiu trabalhar logo desde pequenita:

“Gostava de brincar com trapos, eu fazia bonecas de trapos, era a minha distração. [...] Eu não andei na escola. No meu tempo as crianças iam trabalhar para o campo. Só os filhos dos ricos é iam para a escola. Eu aprendia tudo com muita facilidade e não quis ir para a escola, não vi necessidade, antes quis ir para a costura. A minha mãe fazia a costura para os filhos e eu de pequenita ia deitando o olho. Comecei a trabalhar muito cedo em casa, a lavar roupa, a dar pontos nos trapos”.

Aos cinco anos tem o seu primeiro encontro com a sua futura ferramenta de trabalho, uma máquina de costura:

“Quando eu tinha 5 anos, [...] a minha mãe comprou uma máquina de costura. O homem que foi montar a máquina disse para a minha mãe: ‘*chame lá as meninas para eu lhes ensinar a mexer com a máquina*’. Eu já estava aos pulos quando ele disse aquilo, aprendi logo a coser [...] e eu já de olho na máquina, experimento e pé no pedal: ‘*tuca, tuca*’, lá vou eu coser o bocado de pano. O homem olhou para aquilo e disse ‘*esta vai ser costureira*’. E aos 18 anos já era costureira”.

Iremos perceber neste estudo que esta sua experiência na infância, este seu envolvimento com o mundo da costura através da mãe que costurava, e, o facto de a família ter adquirido esta máquina de costura, foi determinante para a sua orientação e vocação profissional e ainda hoje se apresenta como fonte de prazer e de realização pessoal.

4.2.2. A Juventude, uma vida de trabalho

A D. Rosa recorda o seu tempo de juventude como tempo de trabalho e aprendizagem do seu futuro ofício de costureira:

“No meu tempo, não havia tempos livres era só trabalhar. Começávamos logo de crianças a aprender a lida da casa para ajudar a nossa mãe e os rapazes iam para o campo aprender o ofício. Fui pouco à escola, mas lia alguma coisa. Já havia a *burda*, revista de costura, e quando eu consegui apanhar essa revista lá na minha terra, foi uma festa porque comecei a fazer roupa pelos moldes. Eu era capaz de transformar o molde nº 38, por exemplo, no nº40. Eu de noite até sonhava com os moldes. Naquele tempo não havia roupa já feita à venda. A minha mãe comprava peças de chita para eu fazer coisas lá para casa, cortinados, cortinas para os móveis, etc.”.

Recorda que aos quinze anos fez a sua primeira peça de costura, e a partida que pregou ao irmão:

“A minha primeira peça foi uma camisa para o meu irmão, com 15 anos, ‘enganei-me’ e preguei-lhe as mangas ao contrário, mas foi de propósito para lhe pregar uma partida”.

Identifica o episódio mais marcante da sua juventude como o dia em que aprendeu fazer um par de calças de homem:

“Fui aprender a fazer calças. No primeiro dia aprendi a chulear na máquina e a fazer umas calças de ensaio. No 2º dia chego lá e a D. Irene diz-me ‘estão aqui umas calças do meu filho. Faz outro par para ele por estas. Isto está gravado no meu coração! E eu respondi-lhe ‘Eu? Mas eu não sei fazer calças! Eu vim para cá para aprender!’. Mas a resposta dela foi muito direta: ‘Faz pela medida das outras’, e eu fiz. No outro dia monteias e dei-lhas para ela ver. Ao fim do dia ela disse-me ‘não precisas vir cá mais vezes’. [...] E ao fim do dia diz à minha mãe: ‘a sua filha está apta a fazer calças, não precisa de andar aqui a perder tempo’. E eu fiquei toda contente e a minha mãe também. “

É com uma certa vaidade e segurança que afirma que se especializou em calças de homem e ficou famosa, até para Lisboa tinha encomendas:

“Havia poucas mulheres naquele tempo a fazer calças. E eu especializei-me, até fazia calças para senhoras de Lisboa, bancários e tudo. Aquilo foi um espanto, fiquei famosa com as calças. Não era para me gabar mas eu sabia o que fazia”.

4.2.3. As diferentes fases da sua trajetória de vida em adulta

4.2.3.1. Uma vida sentimental não realizada e sem filhos

A Sra. Rosa Casou aos 28 anos, mas nunca fui muito feliz no casamento.

“Eu tinha responsabilidade no casamento, mas ele tinha ciúmes e gostava de uma pingazita, mas nunca me bateu. Ele tinha medo que eu o deixasse, porque eu tinha a minha independência, sempre trabalhei e era tudo a medias. Eu queria um homem mais ao meu jeito, não pensávamos do mesmo jeito. Ele chorava muito, saía e vinha tarde, e eu dizia-lhe que o que estava entre nós era o vinho”.

Criou três sobrinhas como filhas, mas na hora de necessitar de apoio vê-se sozinha:

“Tenho três sobrinhas e sou madrinha de todas, ciei-as como se fossem minhas filhas. Pensei que um dia elas me dariam apoio numa necessidade. [...] Quando adoeci esperava que me visitassem e ao menos me dessem uma palavrinha de apoio, mas nem isso”.

4.2.3.2. Vinte anos da sua trajetória profissional

Os vinte anos de profissão, entre o casamento e a doença do marido não trazem boas lembranças para a Sra. Rosa e foram resumidas em poucas palavras:

“Tive dois patrões depois de casar, 10 anos em casa de cada um. Eu era a governanta e o meu marido era sempre o chofer. Eu fazia de tudo, eram estrangeiros ricos que vinham viver e fazer negócios no Algarve. Nenhum deles tinha esposa, eram casas grandes, davam muitas festas e era sempre a Sra. Rosa para tudo. No segundo caso, o patrão andava sempre fora e o meu marido com ele, e eu passava semanas sempre sozinha em casa. Foram tempos muito difíceis para mim dos quais não guardo boas lembranças. Muito trabalho e muita solidão.”

O facto de não ter convívio com ninguém, nem com o próprio marido, remete o viver da Sra. Rosa para uma falta de significado, sem contextos pessoais, sem um projeto de vida com significado vê-se envolvida pela solidão (Pimentel, 2009; Vieira, 2014b), porque “só com os outros e com o contexto a pessoa é”, Vieira (2000, p.42).

O marido adocece de repente e tem de deixar a vida de chofer. Ela acompanha-o e voltam para a Guia, em Albufeira. Em três meses ele vem a falecer:

“O meu marido entretanto adoceceu e voltámos para a nossa casa. O meu marido faleceu em três meses”.

4.2.4. A idade da reforma

4.2.4.1. A oportunidade para (re)definir o seu profeto de vida

De volta à sua casa na Guia, a Sra. Rosa vê a oportunidade de reorganizar a sua vida, agora viúva, mas rodeada de gente amiga que a estima:

“Fizeram uma cantina na escola e convidaram-me para ser a cozinheira. Estive lá 20 anos. Eu era muito estimada por todos e o presidente da Junta de Freguesia sabia que eu estava habituada a fazer muitas festas e gostava de cozinhar. Foi a minha casa desafiar-me para tomar conta da cantina que ia abrir na escola. Foram os anos mais felizes da minha vida, cozinhar para aqueles gaiatos todos virou uma paixão, andavam sempre de roda de mim: ’tia Rosa, o que é amanhã o almoço?’”.

O gosto por cozinhar virou paixão, e era a sua principal razão de viver, vivia para a sua nova profissão:

“Gostei sempre muito de cozinhar. Convidavam-me para ser a cozinheira de muitas festas. Cozinhava com paixão. Amava fazer aquilo. O que eu mais gostava de fazer eram as festas de natal em casa do presidente da Câmara”.

4.4.4.2. Aos setenta anos, vê-se envolvida por uma doença grave

Um dia a D. Rosa ao tomar banho apercebe-se que algo não está bem com o peito e recorre de imediato à sua médica de família:

“Em dois dias fiz uma ecografia e fui com uma esperança, mas a médica de família diz-me de repente: *”essa mama é para sair”*. Descobre-se um cancro. Eu já tinha o desenvolvimento da doença da minha irmã e fiquei chocada. O meu coração aí começou a desafinar.”

Recorda com muita dor, todos os meses que se seguiram à notícia que recebeu daquele dia:

“A quimioterapia custa muito, é olhar a comida e ter nojo, dores no corpo, agonia, a auto estima perdida. Perde-se o gosto de viver, de se arranjar, de se pintar...os dentes caíram-me, o cabelo caiu-me todo numa noite... só quem passa por isso é que consegue dar valor. Ficava profundamente triste.”

4.2.4.3. A sua doença e o abandono da família

Após o diagnóstico do cancro a D. Rosa sofre rapidamente uma cirurgia à mama, e de volta à sua casa vê-se sem apoio da família e ainda tem de enfrentar as condições físicas da estrutura da casa:

“A minha casa é de primeiro andar, com os quartos em cima. Depois da operação tinha de ir muitas vezes à casa de banho, desequilibrava-me muito e andava escada abaixo, escada acima. Tive de fazer a cama cá em baixo no sofá mas estava mal instalada e sozinha em casa”.

A Sra. Rosa sentiu-se desprezada pelas pessoas que mais amava, as suas sobrinhas, doente e sem forças para cuidar de si própria, e na ausência das pessoas significativas que lhe poderiam dar apoio, perde o sentido de vida (Pais, 2006; Pimentel, 2009; Vieira, 2014b), ela perde a auto estima e isola-se numa profunda solidão consigo mesma:

“Perdi muito a minha autoestima. Tão ativa e não poder trabalhar mais! Quando adoeci esperava que me visitassem e ao menos me dessem uma palavrinha de apoio, mas nem isso. Foi um desgosto, perdi o emprego e fiquei sozinha, só entregue às vizinhas. Não esperava beijos nem

abraços, mas um pouco de carinho delas. Senti-me muito só. É muito diferente precisar de um copo de água e ter alguém em casa que lho dê ou não ter ninguém”.

4. 3. O PRESENTE: O PROJETO PESSOAL E O SENTIDO DE VIDA DA SRA. ROSA

4.3.1. A transição do contexto familiar para a institucionalização

4.3.1.1. A consciência de que vai sair de sua casa para um ambiente coletivo de regras.

A doença e a falta de apoio familiar estiveram na base da sua decisão em ingressar num lar de idosos na procura de segurança, carinho e animação, e a Sra. Rosa diz ter começado a viver esse sonho ainda na solidão de sua casa:

“Antes de vir, já sonhava em vir para o lar. Imaginava que o lar me dava mais conforto, que eu pudesse plantar uma florinha, pensava que podia colaborar com a senhora que faz as ementas. Sonhava ter conforto, segurança, animação que eu precisava. Vinha vazia de carinho. Vim para o lar para fazer disto a minha casa da velhice”.

Mas, a Sra. Rosa faz muita questão de dizer que se preparou para esta nova fase da sua vida, e namorou-se a si própria durante três meses antes de deixar a sua casa:

“Eu preparei-me para vir para o lar. Não queria ir para um lar onde me despejassem lá. Eu programei-me para vir para cá. Não pedi conselhos a ninguém, eu ainda me achava capaz de resolver a minha vida. Mas vir para um lar não é fechar a porta à chave de nossa casa e pronto já está. Não é assim. Temos de vir bem conscientes do que vamos fazer. Sabia que tinha horários para cumprir, porque sabia que em minha casa era só eu, mas aqui tinha de mudar. Eu namorei-me a mim mesma três meses para me preparar para vir.”

4.3.1.2. A primeira fase da sua adaptação ao lar

Nos primeiros tempos da sua nova vida na “Casa de Afetos”, o seu comportamento reflete as marcas da angústia e da solidão que trouxe consigo, e manteve os comportamentos de isolamento e tristeza que tinha em casa:

“Eu vivia sozinha em casa e quando cheguei ao lar, nos primeiros tempos eu isolava-me muito no quarto. Cheguei cá muito mal, porque trouxe aquela mágoa das minhas sobrinhas não me apoiarem. Vim muito mal, isolava-me muito, mas isso já vinha de casa, já não me apetecia sair nem conviver. Foi muita química para o meu corpo. Andava sempre a caminho do hospital, cinco semanas seguidas, foi muito. Andava cansada”.

4.3.2. A evolução do processo de adaptação da Sra. Rosa à sua nova casa

Passados dois anos sobre o seu internamento, A Dra. Rosa diz-se diferente, ‘a Rosa do passado não existe mais’. Atribui essa transformação ao trabalho desenvolvido à equipa de técnicos de intervenção da instituição, e em especial à terapia ocupacional:

“Estou há dois anos e meio no lar. Estou diferente. A outra Rosa que se fechava no quarto já não existe. [...] No início não participava muito nas ocupações, mas depois o médico disse-me que me fazia bem e eu comecei a vir. A terapeuta ia-me buscar ao quarto porque no início eu não vinha às atividades. A terapia ocupacional puxou muito por mim. Fizeram comigo um dossier de projetos que me impressionou, chama-se “*dossier das habilidades da D. Rosa* (mais desenvolvido em sinopse 3c, secção apêndices, pág. 36): ” na primeira folha tem uma mão, é a minha impressão da mão esquerda feita com tinta. Tem uma flor em filtro e um cavalinho. Eu escolhi estas coisas, e ficou com espaço para colocar mais coisas. Eu quando era nova andava a cavalo, gosto de animais. Gosto de jardim, gosto de flores. Foi tudo feito por mim. [...] Quando vou para a cozinha fazer bolos pomos as fotografias aqui no dossier. [...] Tem uma parte de escrita, para aprender mais, sei escrever pouco. Isto para mim é muito rico. “

Por palavras suas, afirma que chegar ao lar e encontrar uma pessoa que a compreendesse (a técnica de intervenção ocupacional), foi muito importante, sentiu que lhe deram valor e levantaram a sua autoestima:

“Fazem-me sessões de relaxamento com música e tudo. Dão-me muita atenção e amizade e eu aprecio a amizade pura e rica, chegar aqui e ter uma pessoa que me compreendesse foi muito importante. Sinto que me dão valor e isso levantou a minha auto estima que vinha muito em baixo”.

Houve por parte da técnica de terapia ocupacional da instituição o cuidado de estabelecer com a Sra. Rosa uma relação humana em que foi considerada a sua especificidade, a sua diferença, a sua carga familiar e cultural, reconhecendo-a na sua dimensão global (Vieira, 2014, p. 109), onde lhe foi atribuído valor e foram desenvolvidas ações para promoverem a sua autoestima (Pimentel, 2009, Cozinheiro, 2009; Vieira, 2014b). Foram criadas com ela fontes de sentido(s) no sentido de a ajudar a “manter a sua saúde mental e a sua integridade ainda que em condições adversas” (Freire & Resende, 2001, citado por Conceição, 2011, p.27). Ainda de acordo com a mesma fonte, a falta de encontrar um sentido, uma razão de existência, pode levar à neurose, mesmo em condições de contextos ou ambientes favoráveis.

De acordo com os seus relatos, a Sra. Rosa diz terem-lhe dado muita atenção, e fez questão de dar a conhecer à investigadora deste estudo, um dossier de trabalho que foi programado por ela e pela técnica da terapia ocupacional, de acordo com os seus

desejos e necessidades, o “*Dossier das habilidades da Sra. Rosa*”, (cujo relato mais desenvolvido pode ser consultado na sinopse 3c em apêndices, pp. 36 e 37).

“O dossier foi muito estimulante para mim, e eu tenho sempre trabalho pendente para fazer, nunca fico parada e isso anima-me. Por exemplo, (e desfolha o dossier para a investigadora ver), quadro das mensagens positivas: eu dizia palavras importantes e a terapeuta escrevia: amor (trás muitas coisas boas); Alegria (porque as coisas correm bem); Amizade (vivemos mais felizes com a amizade); Bonito (amor, paz, alegria é bonito); Paciência (Ser paciente com as coisas menos boas); Flores (é muito bom, faz a casa bonita, dá alegria); Esperança (tudo o que há de vir de bom). Escrevi na mão esquerda o que ultrapassei de mau na vida. Tudo ultrapassei, na doença: Febres aos 17 anos, estive muito doente; Arritmia; Desprezada pelas sobrinhas quando precisei. Escrevi na mão direita, o que fiz de positivo: ninguém me tirou aquilo que eu queria viver (ninguém me tirou a minha fé nem os meus projetos, o que eu queria viver: vir para o lar)”.

Ao ser respeitada a identidade e individualidade da Sra. Rosa e procurando conhecer as suas necessidades específicas, os técnicos de intervenção da instituição desenvolverem ações que promovem a sua autoestima e recriem projetos de vida e bem-estar subjetivo, (Pimentel, 2009, Cozinheiro, 2009; Vieira, 2014b),

4.4.2. Os novos projetos de vida da Sra. Rosa e o seu sentido de vida atual

4.4.2.1. O retomar o gosto pela vida

Até atividades que não lhe diziam nada, a Sra. Rosa começa a desenvolver na ocupação da “Casa de Afetos”, e retoma a vontade de fazer outras coisas que fazia antes de vir para o lar, e refere que a ocupação lhe levanta o astral:

“Eu não era amiga de ginástica, mas eu comecei a envolver-me. Também comecei a fazer tapetes com trapos, cosidos na máquina de costura. [...] Sinto-me bem no lar, mas necessito de inventar as coisas que faço. Faço cestos de renda, com a base de um garrafão de água. É uma espécie de um sonho, imagino e faço. Quando me deito sonho com os trabalhos que vou fazer, e pela manhã começo logo a trabalhar nisso. Faço o desenho. Para mim é muito bom ter trabalho para fazer, ocupa-me a cabeça e não penso, se não tenho nada para fazer fico apática. [...] Aqui no lar temos espaços verdes e eu gosto de ir fazer renda para baixo das árvores.”.

O ganhar de novo gosto pela vida passou necessariamente por receber auxílio dos técnicos de intervenção da instituição, no sentido de ser motivada e ajudada na (re)criação de projetos de vida com sentido para si (Vieira, 2014b), em espaços de participação com significado (Fonseca, 2005b; Sousa 2015):

“As atividades levantam-me o astral. Sem a terapia não sei como estaria. [...] Foi importante para mim ter encontrado aqui no lar a terapeuta ocupacional que me deu muito apoio, a diretora também me ajudou muito e o médico, foram todos muito meus amigos e estimaram-me muito, e isso foi muito importante”.

Os projetos com sentido levam o idoso à obtenção de satisfação com a vida e de bem-estar. De acordo com Couvaneiro (2009), as ações desenvolvidas por um projeto de vida que vise a satisfação e o bem estar, trás um interesse funcional à pessoa que se vai refletir, “na satisfação das necessidades básicas, de natureza biológica, mas também nas necessidades de natureza psicológica como a valorização de *Si*, com reflexo na sua autoestima” (Couvaneiro, 2009, p.115),

A conversa com a Sra. Rosa deixa também visível uma desilusão por as regras institucionais não lhe permitirem fazer uma das coisas de que mais gosta, cozinhar:

“Gostava de ir ajudar a cozinheira aqui do lar, e até os fazia poupar nas ementas, mas as regras não permitem e tenho pena!”

4.4.2.2. Cuidar e apoiar a colega de quarto

O dedicar-se a alguém mais próximo, a sua colega de quarto, mais idosa do que ela, traz-lhe boas recordações e fá-la sentir-se útil com os seus gestos de solidariedade (Vieira, 2014b), consolidando assim novos laços afetivos com os mais próximos (Pimentel, 2004; Vieira, 2014b):

“Sinto-me bem a cuidar da minha colega de quarto. Chamo-lhe a “*minha menina*”. Parece que Deus a enviou para o meu quarto para me ajudar também a levantar a moral. Ela vinha muito só, muito desorientada. Orientei-a quando ela chegou aqui ao lar. [...] Fiz uma saia para a “*minha menina*”. Fez-me recordar muitas coisas antigas feitas na minha máquina de costura. [...] Eu gosto muito de bordados e de costurar. Eu gosto de inventar, invento as minhas habilidades”.

Esta invenção de si mesmo (Kaufmann, 2005; Cozinheiro, 2007; Vieira, 2009a), muito bem retratada aqui pela D. Rosa que tem necessidade de inventar as suas habilidades, as suas rendas, as suas peças de costura, permite-lhe fazer uma renovação contínua da sua própria identidade (Kaufmann, 2005) do seu sentido de vida, em função de novos contextos, de novas dificuldades, de novos interesses. Neste esforço de adaptação ela integra as suas experiências do passado, (por exemplo, o gosto por costurar e inventar coisas novas), com as suas experiências do presente, (acarinhar a colega de quarto e fazer-lhe roupas), e, a necessidade de criar novos laços afetivos (Zimmerman, 2000; Pimentel, 2004; 2009; Vieira, 2000). Desta forma está a dar um sentido ao futuro, está a dar significado consistente e coerente à sua própria existência (Vieira, 2012b, p.3) e a ser o ator e construtor do seu próprio desenvolvimento e bem-estar social. (Zimmerman, 2000; Pimentel, 2004, 2009; Fonseca 2005a; Amado, 2013; Vieira, 2009a, 2014b).

Trata-se de uma idosa que encontrou no lar referências que a levaram à metamorfose da sua identidade (Vieira 2009)

4.4. O PAPEL DA TÉCNICA DE ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL DA INSTITUIÇÃO E A (RE)CONSTRUÇÃO DO PROJETO DE VIDA

Relembrando aqui que, após uma descontinuidade na minha trajetória profissional, voltei à “Casa de Afetos”, lugar onde exerci a direção técnica da instituição durante quase duas décadas, mas agora voltei enquanto investigadora. Apesar de me ter cruzado com a Sra. Rosa somente alguns meses, durante a sua fase inicial de adaptação, conheço de perto o tipo de intervenção feito pelos técnicos da instituição, e foi com muita satisfação que reencontrei esta idosa uma ‘outra Rosa’, tal como ela se descreve.

A técnica de intervenção social da “casa de Afetos” é uma terapeuta ocupacional que tem a visão de trabalhar com os utentes numa perspetiva émica (Vieira, 2003) e numa visão holística do idoso enquanto ser biopsicossocial (Costa, 2002; Pimentel, 2004, 2009; Cozinheiro, 2007; Lopes, 2013; Paúl e Ribeiro, 2011; Vieira, 2014; Sousa, 2015). A técnica de intervenção ocupacional, começa logo nos primeiros dias da integração do utente na instituição, por se aproximar deles numa conversa muito informal, numa primeira abordagem, para que a conheçam um pouco mais e se sintam à vontade com a ela, que saibam qual o seu papel na instituição, e lhe falem um pouco da sua vida. Existe desde a fase inicial da sua dinâmica de atuação o objetivo de que o idoso lhe conte um pouco da sua história de vida: o porquê da sua institucionalização, que objetivos trás consigo, que dificuldades está a sentir nos seus primeiros dias de adaptação à sua nova vida no lar.

“Comecei a desabafar com a terapeuta ocupacional, ela procurava-me muito para falar comigo”.

Nesta fase da sua integração torna-se fundamental perceber quais as áreas de ocupação que mais gostam, depois se têm interesse numa determinada atividade perceber se existe alguma relação entre esse interesse e a sua história de vida ou não, e se existe alguma coisa que gostariam de fazer e que nunca fizeram, e dar-lhes a oportunidade para o fazerem.

No verdadeiro sentido de animação, que é dar vida, é implicar-se com o outro (Lopes, 2008; Galinha, 2009), encontramos uma dinâmica de intervenção na “Casa de Afetos”, que visa auxiliar os idosos ali internados, a construir ou (re)construir o seu projeto de vida. A dinâmica de animação e ocupação, é feita com o idoso e para o idoso

(Pimentel, 2009; Lopes, 2013; Sousa, 2014; Vieira, 2015). Encontramos aqui um espaço de participação social, onde a técnica desempenha um papel de mediadora que visa diminuir o desajuste entre objetivos institucionais e as necessidades de cada utente numa procura de conciliação entre a individualidade e a coletividade (Lopes, 2013; Pereira, 2015; Sousa, 2015)

4.5. A SUA DEFINIÇÃO DE QUALIDADE DE VIDA

A Sra. Rosa associa o seu bem-estar e a sua qualidade de vida ao convívio que tem no lar e à saúde que lhe permite continuar a inventar coisas novas. Considera-se hoje mais feliz do que antes de ter chegado ao lar, na fase aguda da sua recuperação de saúde. Associa também a sua qualidade de vida ao conforto e segurança que sente por estar rodeada de pessoas que a estimam e a apoiam.

“Qualidade de vida para mim é isto tudo: o convívio, ter forças para fazer as coisas, fazer coisas novas, as minhas habilidades. Tenho qualidade de vida, sim. Se eu hoje chegasse à minha terra, todos se iam admirar, estou mais forte, mais feliz, tenho um sorriso na cara e quando de lá sai vinha muito em baixo. Pus tudo de lado, aqui é o final da minha vida, aprendi a viver aqui, esta casa tem todas as condições: asseio, higiene, boa alimentação, as empregadas são simpáticas para mim. Sinto-me feliz e apoiada aqui. A vida são etapas, não posso querer fazer agora o que fazia aos 30 anos”.

A D. Rosa identifica uma outra dimensão do seu bem-estar que é agradar a si mesma, estar bem consigo e com o seu próximo na perspetiva da sua dimensão espiritual, porque reconhece que além de um corpo físico, ela tem uma alma que necessita dos seus cuidados, e identifica esses cuidados como um projeto atual desta etapa da sua vida, ao qual dá muita importância:

“A minha etapa agora é fazer o melhor possível para me agradar a mim e agradar ao meu próximo, para agradar a Deus, que não me posso esquecer de Deus. Tenho um projeto atual muito importante que é cuidar da salvação da minha alma. Um dia morro, o corpo vai-se, mas há algo em mim que não morre e é eterna que é a minha alma, por isso tenho de lutar pela salvação da minha alma”.

Trata-se, de um caso de sucesso na construção e desenvolvimento do seu próprio processo de envelhecimento, pelo seu esforço de adaptação às novas situações adversas, com a (re)formulação de projetos e objetivos de vida, (Zimerman, 2000, Pimentel, 2004, 2009; Fonseca, 2005; Vieira, 2009, 2014b) como estratégia de controlo pessoal sobre a sua própria vida, mas este êxito deve-se fundamentalmente à intervenção da técnica de terapia ocupacional que ajudou esta idosa a (re)construir o seu projeto de vida, iniciando um trabalho que a levou a sentir-se amada por outros à sua volta, e neste novo contexto (re)encontra o seu sentido de vida e (re)cria-se num novo mundo (Vieira, 2000), (re)inventa-se (Kaufmann, 2005) mais feliz.

CAPÍTULO 5 – ANÁLISE COMPARATIVA DAS TRAJETÓRIAS DE VIDA E SENTIDOS DE VIDA DOS TRÊS SUJEITOS ESTUDADOS

Realizadas as entrevistas aos 3 casos, tratadas as entrevistas através de uma análise de conteúdo e sistematizadas em sinopses, (ver apêndices 3a, 3b e 3c) procedo agora a uma análise comparativa sobre o passado, o presente e o futuro do Sr. António, da Sra. Maria e da Sra. Rosa. Para o efeito elaborei um quadro síntese, (conferir apêndice 3d) com as várias categorias de análise. No passado: a família, escola, tempos livres, trabalho, projetos na idade da reforma, transição do contexto familiar para a institucionalização; no presente, a (re)definição do(s) seus projetos de vida no contexto da institucionalização, o seu sentido de vida atual, e a perceção da sua qualidade de vida, para os três casos. Como último ponto referenciei os incidentes críticos e os modelos críticos que são responsáveis pela grande viragem ao longo da vida de um projeto de vida, para outro projeto de vida. A ideia não é mostrar apenas pontos comuns entre os 3 sujeitos estudados, mas mais do que isso mostrar as particularidades de cada um, e as experiências de sucesso bem como de insucesso que contribuiram para a sua qualidade de vida e bem-estar, bem como para a sua animação, no sentido de que animar é dar ânimo, é dar vida.

Pretende-se ver o que há de comum e de diferente nos três casos. Relativamente à família é notório como o Sr. António deve o seu apego aos aviões ao carinho que tinha pelos pais e à influência que o pai, que tinha uma oficina de carpintaria, foi tendo no seu gosto pelo tratamento das madeiras, de tal maneira que sempre que vinha da escola, o seu micro projeto era estar com o pai e trabalhar madeiras, e rapidamente a partir de um jornal, o pim-pam-pum, onde viu o primeiro desenho de um avião o transformou-o num modelo real, sem nunca ter visto nenhum. A conceção do avião veio a definir-se e a tornar-se mais real na sua vida a partir do momento em que no Alentejo os vê passar no céu, na guerra de Espanha. Como vimos o Sr. António tornou-se aviador e não há dúvida que ele hoje para ser feliz no lar, quer o seu próprio preenchimento do tempo livre, quer a animação que possa ser feito por outrem tem de passar pela manipulação, ou pela discussão sobre os aviões. Um profissional não pode esquecer esta história de vida.

Quanto à Sra. Maria, e no que diz respeito à família, oriunda de uma família humilde e de fracos recursos teve desde garota nas irmãs mais velhas a referência de lutar pela subsistência económica, e prefere o trabalho aos estudos e não faz sequer a 4ª classe. Receber a sua primeira jorna e ainda ter direito a descansar ao almoço foi para ela uma autêntica festa. Durante toda a sua juventude sobrevaloriza a sua relação com o trabalho em detrimento da sua vida sentimental e familiar. Só aos 25 anos, e após a morte do pai, por desavenças familiares de partilhas, decide casar com um antigo namorado e ir trabalhar para Lisboa. Já a Sra. Rosa, a mais nova de cinco irmãos, também proveniente de uma família pobre, foi mimada e acarinhada por toda a família e mostra uma forte ligação ao pai que a compreendia e apoiava; a mãe foi para ela o modelo de mulher que a inspirou enquanto esposa, mãe e costureira. A compra de uma máquina de costura pela família quando a Sra. Rosa tinha cinco anos, vem a revelar-se decisiva na orientação que ela vai dar ao seu futuro profissional. Ser costureira passou, a ser a partir daquele dia, o seu sonho.

Quanto à relação que o Sr. António estabeleceu com o trabalho e a forma apaixonada com que desenvolveu a sua profissão de piloto até aos 72 anos, certamente se poderá atribuir ao facto de que, desde criança aprendeu a lutar pelos seus sonhos e a ser perseverante em os alcançar. Nem as adversidades da vida, como foi o grave acidente de avião que sofreu aos 72 anos o demoveram de continuar na vida ativa, num projeto cheio de sentido para si, dando continuidade ao seu sonho de piloto. Agora num esforço de adaptação identitária à sua nova situação de saúde que o impediu de voltar a voar, gere o clube de aeronáutica e cá debaixo não deixa de exercer as suas funções de supervisor e responsável pelo treino dos novos pilotos, conforme se pode ler no apêndice 3a, pág.1 da secção apêndices e anexos.

No caso da Sra. Maria a sua relação forte com o trabalho, já não é por paixão ou realização pessoal, mas desde jovem são as questões de ordem económica que determinam a direção a dar à sua vida. Perde o pai, muito nova, e de todos os irmãos é a única que se dispõe a apoiar economicamente a mãe. Esta forte relação com o trabalho vai manter-se pela vida fora, e o facto de o marido ter emigrado para a Alemanha leva-a a acompanhá-lo e deixar os seus dois filhos em Portugal. Esta sobrevalorização da melhoria das condições económicas da família em detrimento da própria união da estrutura familiar, teve sérias consequências na educação dos filhos, situação que vem a

ser revertida após a morte repentina do marido, oportunidade que a Sra. Maria aproveita para (re)definir os seus objetivos de vida, o seu sentido de vida, dedicando-se mais aos filhos, tal como ela relata:

“Quanto mais se tem mais se quer, para quê, não vale a pena. Hoje penso de outra maneira que não pensava dantes. Vejo que a vida é curta, e digo isso aos meus filhos, não vale a pena trabalhar tanto, o pão nosso de cada dia é quanto basta”.

Ao analisar o passado da D. Rosa na sua relação com o trabalho, isto é, com a força da atribuição de significado que ela estabeleceu com o trabalho ao longo da sua trajetória de vida, verifiquei que, até casar ela viveu o seu sonho de ser costureira, especializou-se no ofício e teve sucesso. O realizar o seu sonho, através de projetos com sentido, além da sua independência económica trouxe-lhe a realização pessoal e satisfação com a vida. Depois de casar deixou a sua paixão de costureira para acompanhar o marido que era chofer de estrangeiros ricos, no Algarve. Tornou-se governanta, o que com o passar dos anos a mergulhou em profunda solidão e tristeza, situação que só vem a superar depois de ficar viúva e regressar à sua terra onde se vai dedicar a uma nova paixão, ser cozinheira, conforme se pode ler no apêndice 3c, p.30 da secção apêndices e anexos.

No caso da Sra. Rosa podemos observar como as diferentes formas de se relacionar com os seus projetos profissionais tiveram diferentes impactos na sua realização e satisfação pessoal: uns com sentido para si, e por isso projetos que são fonte de prazer e realização pessoal, como ser costureira de calças de homem na sua juventude ou ser cozinheira na cantina da escola depois de ficar viúva; outros por se transformaram-se em meras rotinas de prestação de serviços em troca de um salário, foram projetos sem sentido, que a conduziram a uma vida vazia de conteúdo e de futuro, cujo resultado foi a solidão e a frustração.

Quanto às circunstâncias que levaram os três sujeitos estudados a recorrer ao internamento institucional, e à forma como fizeram a transição do contexto familiar para o internamento institucional, no caso do Sr. António é a situação de saúde da sua esposa que tem Alzheimer num estágio avançado da doença, que o leva a optar pelo internamento num lar de idosos, onde o seu principal projeto e sentido de vida passa a ser o de vigiar os cuidados que são prestados à esposa, por forma a continuar a dedicar-se a ela com toda a sua paixão e com mesmo amor com iniciou o namoro aos 14 anos de

idade. O facto da sua vinda para o lar ter sido uma necessidade de ordem familiar por parte da esposa, e não uma opção desejada por ele, tornam a sua transição do contexto familiar para o lar de idosos num dos aspetos mais traumáticos da sua vida, ao criar situações de rotura e descontinuidade na sua vida pessoal e social, deixando pessoas e ambientes significativos para vir para um lugar que considera de grande sofrimento.

Já no caso da Sra. Maria a sua vinda para o lar é fruto de uma opção consciente e negociada entre ela e os filhos, e são questões relacionadas com a solidão e falta de convívio, a sua dificuldade em se deslocar com segurança aos serviços básicos na vila e a falta de vizinhança que estão na base da sua decisão. Por ter encontrado referências no lar que a levaram a identificar este novo contexto de espaço e de vivências com as suas muitas viagens de férias pelos hotéis do Inatel, fez uma transição e adaptação à sua ‘nova casa’ com relativa facilidade, e sucesso:

“Eu já ia para o InatELL, depois de enfiuvar, e era este género. Conheci e fiz muitas amizades nas minhas viagens. Sentia-me bem naquele ambiente, ser servida, não precisava de fazer comer, eu gosto pouco de fazer comer, e a liberdade de ir à rua e andar por aí”.

Para a Sra. Rosa, vir para o lar foi projetado e muito sonhado após uma cirurgia em consequência de um cancro na mama. Sem filhos, apesar de ter criado três sobrinhas, vê-se sozinha e desprezada numa situação de grande debilidade física e psíquica. Com a sua autoestima totalmente destruída, e ainda na ressaca dos tratamentos químicos, vem muito sofrida numa profunda tristeza, e procura no lar a segurança, o conforto, o carinho e a animação que a doença lhe roubou. Passa por uma primeira fase de dificuldades na adaptação, onde continua a isolar-se no quarto e a viver em função da depressão e das consequências físicas dos tratamentos. Decidida a fazer do lar a ‘casa da sua velhice’, luta contra a depressão e aceita a ajuda dos técnicos da instituição.

No tocante ao seu sentido de vida no presente, enquanto idoso institucionalizado e aos projetos desenvolvidos no seu novo contexto, o Sr. António coloca na supervisão dos cuidados prestados à esposa, toda a sua força, a sua razão de viver e faz desta atividade a sua prioridade, 24 horas por dia, como ele refere nas suas conversas:

“Desde que eu tenha pessoas que acompanhem a minha mulher como deve de ser, na sua doença, eu sinto-me feliz”.

A paixão pelos aviões continua a fazer parte da sua vida, e ele hoje, para ser feliz no lar, conforme já vimos, continua a necessitar da sua oficina de aviões.

A Sra. Maria faz do convívio com as outras idosas, e do consolidar de novos laços afetivos, o seu primeiro projeto de vida na sua ‘nova casa’, pois estes foram um dos principais motivos da sua decisão em vir para o lar, conviver e animar os seus dias que eram passados na solidão da sua casa. Senhora muito ativa até uma idade muito avançada, continua sem parar um só momento, entre o cuidar de si, quer física quer mentalmente, ainda arranja tempo para atender os inúmeros pedidos da sua nova família alargada: compras e recados no exterior.

A Sra. Rosa, hoje, totalmente adaptada à vivência na instituição, faz do seu envolvimento com a própria vida e o gosto por inventar novas coisas, do seu cuidado com a sua auto estima, o seu primeiro projeto de vida com sentido para si, voltou à prática da costura, fazendo agora tapetes e roupa para si e para a colega de quarto, pessoa mais idosa de quem cuida, projetando-se desta forma na consolidação de novos laços afetivos, e preenchendo o seu vazio de sentido deixado pelo abandono da sua família.

Quanto à sua perceção e definição de qualidade de vida, o Sr. António identifica a sua alegria e felicidade com a bem estar e saúde da esposa, e com o desejo de ir para outra instituição que lhe inspire mais confiança, e se possível no campo porque tem saudades das terras alentejanas. Diz não ter qualidade de vida neste lar porque não tem com quem falar. Já Sra. Maria associa a sua qualidade de vida e bem-estar ao desejo de ter saúde até à morte. É feliz porque realizou os seus sonhos, sente que tem qualidade de vida no lar porque faz amizades e convive. Por sua vez a Sra. Rosa associa a sua qualidade de vida ao convívio com a sua nova família do lar, e ao facto de ter força e saúde para fazer coisas novas e inventar as suas habilidades.

CONCLUSÃO

Os indicadores do envelhecimento demográfico anteriormente apresentados sugerem desafios de impacto no ajustamento da sociedade portuguesa ao crescente aumento da população idosa, e com este, vai aumentando igualmente a preocupação com a qualidade de vida desta população, ou seja, vai surgindo uma crescente preocupação com o envelhecimento ativo. A responsabilidade de ajudar o idoso a envelhecer com qualidade é de todos nós. De acordo com o enquadramento bibliográfico em que me situei para desenvolver esta dissertação de mestrado subordinada ao tema: vidas de idosos. Reviver o passado para construir um futuro mais ativo, não posso terminar esta minha reflexão sem dizer o quanto partilho da opinião dos autores referenciados na revisão de literatura que me propus fazer neste estudo de investigação, opinião esta de que urge olhar os novos tempos do presente como tempos em que dar um sentido à velhice deverá fazer parte dos desafios da vida de cada um de nós, e em especial dos técnicos de intervenção social, no sentido de ajudar o outro a encontrar o seu sentido de vida no presente, como força geradora e motivadora da construção do seu futuro.

Numa dimensão de vida ativa, importa que a intervenção destes técnicos de intervenção, e em especial a dos técnicos de animação sociocultural, seja no sentido de levar o idoso a ter consciência da necessidade de ser ator da sua própria vida, como base fundamental das transformações individuais e sociais que se torna urgente serem alcançadas nesta sociedade em que envelhecer se tornou um problema social. Compreender o outro a partir do seu próprio ponto de vista, é entrar no seu mundo, nas suas histórias, nos seus gostos, nos seus interesses, é ir com ele ao seu baú de memórias e ajudá-lo a retirar de lá as situações que guardou com mais significado e importância na sua vida, é entrar com ele no seu mundo subjetivo e conhecer a sua história de vida, o seu passado, é conhecer de perto a raiz(es) da(s) sua(s) motivações ou (des)motivações para a vida, é ajudá-lo a encontrar ou a (re)encontrar o seu sentido de existência. Como técnica de intervenção social pretendi eu própria partir em busca de refletir e aprender com os testemunhos vivos destes três sujeitos que estudei, por isso a minha opção por uma metodologia de descoberta recorrendo às entrevistas semiestruturadas e abertas do

método etnobiográfico. Confesso que, apesar dos meus quase trinta anos de prática profissional, fui surpreendida pela riqueza que o conhecimento das histórias de vida e do acesso que estas permitem ao mundo subjetivo do outro, e pela constatação de que estou perante uma das principais ferramentas que me irá permitir daqui por diante exercer com muito mais qualidade e eficácia o meu papel de mediadora entre as necessidades reais dos idosos, na sua individualidade e subjetividade, no fundo a sua forma de sentir e viver, as suas razões de existência enquanto ser holístico, e o que ele espera de mim como sua auxiliadora no seu processo de desenvolvimento e de envelhecimento. Compete aos técnicos de intervenção social criar espaços de participação com o outro e não para o outro, onde a forma de animar, isto é, de dar vida esteja intrinsecamente ligada a ações, a atividades com significado para o idoso e agregadas a projetos de vida e a objetivos pessoais com sentido para o próprio e por isso consideradas importantes e merecedoras de envolvimento.

Não é possível conforme vimos, conhecer e ajudar o idoso na (re)definição e ajustamento dos seus objetivos ou sentido de vida às situações adversas que lhe vão surgindo no seu natural processo de envelhecimento e mudanças, quer fisiológicas quer contextuais de vida, ou seja, não é possível (re)desenhar com ele o seu projeto de vida com sentido, como estratégia, quer do controlo pessoal sobre o seu desenvolvimento, quer como forma de dar continuidade e preservação à sua identidade, sem consideramos a sua individualidade, globalidade e diversidade. Considerar a sua individualidade porque é único, a sua globalidade porque trás consigo a bagagem de uma herança genética, psicossocial, social e existencial (Zimmerman, 2000), com marcas e raízes que só ele pode ajudar os técnicos de intervenção a descodificar, a sua diversidade porque se todos envelhecemos, nenhum de nós envelhece exatamente da mesma maneira (Simões, 2006). É nestes espaços de participação e de mediação, onde o cuidar do outro tem necessariamente que se sobrepor ao fazer animação para o outro, são espaços onde é prioritário respeitar as diferenças, espaços onde o saber ouvir e compreender o idoso tem de ser numa perspetiva de reviver com ele o seu passado para no presente o ajudar a construir um futuro com mais significado para si, por isso mais positivo e com mais qualidade de vida (Vieira, 2009, 2014).

É nesta perspetiva, que investigadores experientes como o Professor Ricardo Vieira com quem tive a honra e o privilégio de desenvolver esta investigação científica,

nos procuram despertar para a importância de que só o(s) projeto(s) de vida com significado podem auxiliar os idosos a criar objetivos desenvolvimentais, onde eles enquanto atores e produtores serão necessariamente produto do seu próprio processo de envelhecimento, e onde os seus objetivos de vida lhes irão permitir, e de uma forma natural, balancear as suas perdas e os seus ganhos, num processo que é dinâmico, e que não está limitado pela idade ou por metas de desenvolvimento definidas *à priori*.

Foi com base neste quadro de referências bibliográficas onde o “Passado, presente e futuro são assim uma tríade que junta a memória, o ontem, a rotina do hoje e a utopia do desejável para o amanhã ” Vieira (2000, p.39), e onde a identidade da pessoa idosa num contexto de institucionalização, continua a ser tão importante como antes, ou seja, “a continuidade psicológica de tudo aquilo que se foi é fundamental para se continuar a ser” (Vieira, 2000; cozinheiro 2008; Sousa 2015), e onde nunca será demais lembrar que “ só com os outros e com o contexto a pessoa é” Vieira (2000, p.42), e pode vencer o isolamento e a solidão, (Pimentel, 2004, 2009; vieira, 2014; Sousa, 2015). Dizia eu que foi perante este quadro de referências bibliográficas que analisei os conteúdos das entrevistas dos três sujeitos estudados na minha investigação científica, e não faria sentido terminar esta minha já longa dissertação de mestrado em intervenção para um envelhecimento ativo, sem antes partilhar as preciosas conclusões do meu estudo na forma de testemunhos vivos de vidas vividas pelos sujeitos estudados, no seu mais profundo sentido subjetivo ao qual eu só tive acesso porque me dispus a querer conhecer as suas histórias de vida e parei para os ouvir e os compreender a partir do seu próprio ponto de vista, agora no meu olhar não de interventora social, mas de investigadora.

Relembrando rapidamente algumas das minhas questões de partida, foi minha preocupação neste estudo compreender qual o papel dos técnicos de intervenção social, num contexto de institucionalização de idosos, no que respeita ao processo de envelhecimento dos utentes e numa perspetiva de envelhecimento ativo, perceber se é ou não possível os técnicos de intervenção social conciliarem o conhecimento da história de vida de cada um dos idosos em estudo com o projeto de vida fundamental para a sua qualidade de vida; perceber se haverá necessidade do técnico de intervenção em envelhecimento ativo redesenhar o projeto de vida de cada idoso no diálogo com ele mesmo, conciliando os interesses do passado com as suas perspetivas presentes e

futuras, ou, se bastará ser amigo, isto é, bastarão as qualidades pessoais do técnico, nomeadamente a empatia, para promover um envelhecimento ativo no idoso.

Perante todas estas minhas interrogações, que, confesso, na fase inicial de investigação criaram em mim medos sobretudo em relação a trabalhar com novas técnicas, as técnicas etnobiográficas que me eram completamente desconhecidas, chego e avisto agora meta final deste meu investimento e esforço, completamente realizada e feliz pela maravilhosa partilha de experiências que esta investigação e a disponibilidade dos sujeitos estudados em repartir comigo as suas memórias, me proporcionaram.

Da análise do quadro comparativo apresentado no capítulo anterior passo agora a apresentar as conclusões que mais significado poderão ter na vida de futuros investigadores como eu, ou quem sabe de curiosos, em busca de algum conhecimento para as suas práticas enquanto interventores sociais ou simplesmente cidadãos preocupados em contribuir para o bem-estar e envelhecimento bem-sucedido de alguns idosos da sua convivência diária.

Em contexto de institucionalização, todos os três sujeitos estudados são autónomos, independentes e participam nas atividades propostas pela instituição onde todos residem há pelo menos 4 anos. Neste período de vivência no lar a identidade dos indivíduos foi sempre reconstruída, mas os incidentes críticos e os modelos críticos analisados na sinopse 3d, (apêndice 3, pág. 39 da secção apêndices e anexos), diferem de indivíduo para indivíduo, como no caso do Sr. António é o pai o responsável para que desde pequeno o projeto de vida venha a acontecer, e venha a ser piloto, o alimento da sua alma que até hoje lhe dá força e ânimo para lutar contra as fortes adversidades com que a vida o ‘presenteou’. No caso da Sra. Maria são as irmãs mais velhas que a influenciam a começar logo muito pequenita a ir trabalhar na monda do trigo em vez de estudar, criando nela desde garota um conceito de sobrevalorização do trabalho e do rendimento económico em detrimento de outros valores fundamentais da vida, como o são a estrutura familiar. No caso da Sra. Rosa é a mãe enquanto doméstica e costureira a sua influenciadora na decisão de desde jovem enveredar pela costura, vindo mais tarde na juventude a especializar-se em calças de homem, e ainda hoje a costura é uma das suas atividades que lhe dão vida e ajudam a levantar a sua autoestima.

Quanto ao Sr. António o incidente crítico mais marcante da sua infância foi o ter-lhe chegado à mão um jornal, o “Pim-pam-pum” onde ele vê algo parecido com um pássaro a voar no céu. Não sabia o que era nem como se chamava, muito menos tinha visto algo parecido na sua vida: um avião. O facto de passar muitas tardes a brincar na carpintaria do pai mais a sua curiosidade, conjuntamente com o ter à mão as ferramentas para trabalhar a madeira, proporcionaram o início de uma viragem na sua meninice que lhe deram uma direção para o seu futuro profissional: iniciou uma era de construção de aviões em madeira, paixão que ainda hoje se revela como o seu refúgio para fugir às preocupações, como ele mesmo refere. Esta paixão acompanhou-o vida fora e foi determinante na sua opção profissional onde além seguir a carreira de piloto aviador, ao reformar-se por volta dos 55 anos, abre o clube de aeronáutica de Évora onde se mantém no ativo até por volta dos seus 77 anos. No caso da Sra. Maria, o facto de ser de uma família pobre e aos 13 anos ter ido trabalhar para o campo com as irmãs e ter recebido a jorna por inteiro como um adulto, criou nela uma forte relação com o dinheiro, situação que se vincou ainda mais no seu carácter com a morte do pai na sua juventude, ficando a mãe na sua dependência económica. Já com a D. Rosa a compra de uma máquina de costura pela família, quando ela tinha apenas cinco anos, e o facto de o homem que vendeu a máquina a desafiar para coser um pano, e pelo sucesso da operação afirmar que ela viria a ser costureira, em conjunto com o facto de a mãe já ser o exemplo para ela nessa área, fez da D. Rosa uma profissional especializada em calças de homem, o que na época era muito raro de encontrar e fez desenvolver nela um talento que a acompanhou por toda a vida, ainda hoje costura e fá-lo com paixão.

Avançando agora para a idade adulta, dos três sujeitos estudados, o Sr. António e a Sra. Maria casaram, tiveram filhos e netos e foram felizes, embora aqui possamos encontrar algumas diferenças no desenvolvimento e relacionamento destes com os seus respetivos cônjuges: o Sr. António exterioriza fortes sentimentos de paixão pela esposa desde que se conheceram até hoje; a Sra. Maria não referiu em todas as conversas que trocámos, nenhum tipo de força em relação ao sentimento pelo seu marido já falecido, durante a sua vida de casada. Por sua vez a Sra. Rosa casou já tarde e confessou nunca ter sido feliz no casamento do qual não houve filhos. Sendo o marido ou a esposa a pessoa mais significativa na vida de alguém que optou pelo casamento, a que mais tarde se juntam os filhos do casal, o facto do Sr. António ter sido muito feliz no seu casamento e ambiente familiar poderá ter-lhe dado estrutura e condição interior para

manter pela vida fora a sua paixão pela aeronáutica e ter feito dele um homem que se diz feliz e completamente realizado até ter chegado ao lar. No caso da Sra. Maria, embora esta não referira o grau de sentimento afetivo que a unia ao marido, o facto deste ter emigrado para a Alemanha e ela ter feito a opção de ir com ele e deixar os filhos em Portugal, mostrou-se determinante para a desestruturação e divisão familiar com consequências negativas na educação e felicidade dos filhos. No caso da Sra. Rosa o facto de nunca ser sido feliz no casamento tornou-a vazia de carinho, como ela própria afirmou e terá contribuído e em muito para as suas crises de tristeza e solidão pela vida fora, agravadas pelo subido aparecimento do cancro na mama.

No que diz respeito à relação que estabeleceram com o trabalho, no caso do Sr. António, o facto de ter realizado o sonho que o acompanhava desde criança, ser piloto e voar, tornou-o num homem seguro, decidido, responsável, apaixonado pela vida e grande lutador por alcançar os seus objetivos, características que ainda hoje mantem e que têm sido responsáveis por, apesar das graves adversidades da sua vida, como foram o acidente quase mortal de avião, e o problema grave de saúde da sua esposa, ele continuar a acreditar nele próprio e manter-se com ânimo, sempre em busca de se ajustar às condicionantes da vida, fazendo a sua (re)configuração identitária e seguindo caminho fora sem olhar para trás. Já no caso da Sra. Maria a mulher decidida, ousada que não exista em deixar tudo e ir ter com marido à Alemanha, vê na desestruturação familiar um grave obstáculo a continuar na sua luta pela melhoria de condições financeiras e a morte repentina do marido leva-a a redefinir os seus objetivos de vida tanto familiares, quanto financeiros optando por unir a família e mostrando desta forma que passou a valorizar mais a relação familiar do que a melhoria das condições económicas da mesma. Enquanto para o Sr. Francisco a vida profissional foi a realização do seu sonho de criança, já para a Sra. Maria foi fonte de desestruturação familiar, preocupação e vida dividida entre Portugal e a Alemanha até se reformar.

Analisando o ciclo de vida correspondente à idade pós reforma, o Sr. António aproveita a oportunidade para abrir o seu clube de aeronáutica e dar assim continuidade ao seu sonho de piloto. A Sra. Maria ao enviuvar, repensa a sua via e os seus valores de vida, e decide pedir a reforma antecipada da Alemanha para se vir dedicar à educação do filho menor, na época apenas com 9 anos de idade. Volta para a sua terra, identifica-se com o seu novo contexto de vida dedicando-se agora à agricultura como meio para

angariar rendimento para educar o filho e terminar uma casa que mandou construir. Já a Sra. Rosa mal teve tempo de apreciar os primeiros dias de reforma e logo se vê assaltada por um cancro que a destrói não só fisicamente como psicologicamente. Perde totalmente a sua autoestima e vontade de viver. Sente-se desprezada por três sobrinhas que criou como filhas e esta angústia contribui ainda mais para a sua solidão e isolamento.

Analisando agora as razões que levaram estes três sujeitos a viverem num contexto de internamento em lar de idosos, podemos ver que o Sr. Francisco foi obrigado a fazer esta opção por falta de alternativa face à grave doença da esposa. Foi a experiência mais traumática da sua vida, conforme vimos no capítulo 2 deste estudo, à qual nunca se adaptou acabando por procurar outro lar por, segundo as suas palavras, não estar seguro da qualidade dos cuidados ali prestados. No caso da Sra. Maria, foi a solidão e o isolamento, assim como o facto de estar retirada do centro da vila não podendo recorrer aos serviços indispensáveis ao seu bem-estar, que a levaram a negociar com os filhos a proposta destes, e ter feito a opção consciente pelo internamento, fazendo desde logo a sua adaptação sem problemas para o que terá contribuído o facto de ter encontrado no lar escolhido referências que a levaram à metamorfose da sua identidade (Vieira, 2009) e ao sucesso até hoje do seu internamento. O convívio de que ali pode desfrutar, e o consolidar de laços afetivos (Pimentel, 2004; Vieira, 2014) na sua nova família alargada, esteve na base da sua decisão. Já as razões da decisão pelo internamento, no caso da Sra. Rosa prenderam-se com o facto de ter adoecido gravemente e não ter família para lhe prestar apoio. Veio em busca de segurança, conforto e carinho, e apesar de, na sua fase inicial de adaptação ao lar, se isolar e refugiar no quarto, atualmente e ao fim de quatro anos de internamento diz-se muito feliz com a decisão que tomou.

Analisando a perceção da qualidade de vida em cada um dos três sujeitos estudados, verificamos que no caso do Sr. António, ele associa o seu bem-estar e a sua qualidade de vida em primeiro lugar aos cuidados de saúde e bem-estar que consegue proporcionar à sua esposa, refere também ter saudades do campo e das terras alentejanas, e ser importante para ele ter com quem conversar, o que no seu entender dificilmente pode acontecer no lar onde se encontra internado. Esta sua postura pode dever-se ao facto de se sentir muito só e isolado naquele meio com o qual não se

identifica. Também não é favorável a este processo o tipo de animação que a instituição oferece aos seus utentes, conforme já analisámos anteriormente. Não havendo um técnico de intervenção social que seja mediador entre a problemática altamente complexa deste sujeito e a criação de novos projetos de vida com sentido para ele, por forma a não viver tão intensamente o problema de saúde da esposa, dificilmente este encontrará o equilíbrio entre as perdas que está a sentir na sua vida e os novos benefícios que o internamento lhe possa proporcionar. Daí que, e encontrando neste exemplo, a resposta clara a uma das minhas questões de partida, se torne não só necessário mas imprescindível que os técnicos de intervenção social destas instituições desempenhem efetivamente as suas competências de mediadores sociais e não de meros animadores culturais. A Sra. Maria, associa a sua qualidade de vida ao desejo de ter saúde até morrer, porque não aceita ter uma vida artificial. Sente que tem qualidade de vida, e diz-se uma pessoa realizada. É uma pessoa que se adaptou perfeitamente ao contexto da sua nova vivência no lar, e para isso muito contribuíram os motivos pelos quais fez a sua opção consciente de passar os últimos anos da sua vida naquele lugar. Lembro que esses motivos foram essencialmente o convívio e o criar laços afetivos vencendo o isolamento e a solidão. É importante notar que ela, apesar dos seus 90 anos, continua ativa e a lutar nesse processo de desenvolvimento e adaptação da sua identidade, porque uma vez mais, e por se tratar da mesma instituição do Sr. António não existe animação sociocultural feita com os utentes, mas esta idosa não só se anima a ela própria com os seus novos projetos de vida com sentido, como ainda puxa pelos outros, como ela própria refere na sinopse 3b, em apêndice 3. Na situação da Sra. Rosa, a sua qualidade de vida está associada ao facto de agora ter condições para conviver e forças para fazer coisas novas, dado que venceu o cancro e a depressão, recuperando a sua autoestima. O sucesso desta total recuperação, ao ponto da D. Rosa dizer à investigadora que a ‘outra Rosa’ não existe mais, conforme se pode ler na sinopse 3c, em apêndice 3, está diretamente relacionada com o tipo de intervenção feita a esta senhora pela equipa técnica interdisciplinar da “Casa de Afetos”, que conforme vimos no capítulo 4, encontramos aqui um espaço de participação social, onde a técnica desempenha um papel de mediadora, e (re)constrói com os utentes o seu projeto de vida (Vieira, 2014) acrescentando-lhes valor e reconhecimento e distinguindo a individualidade da coletividade (Lopes, 2013; Pereira, 2015; Sousa, 2015).

Três idosos estudados, três histórias de vida que nos mostram como conhecer o percurso biográfico e a trajetória de vida se torna fundamental no ato de intervir para transformar, ou melhor, auxiliar no ato de transformação que é intrínseco a cada indivíduo e pelo qual ele é responsável. Estas três micro-histórias de vida, que apresentei nesta dissertação de mestrado são prova evidente, por um lado, de como é necessário olhar para cada idoso como único, por outro lado, que não só é possível (re)desenhar com ele o seu projeto de vida, como também, só através este conhecimento profundo e este olhar global e individual sobre a velhice, os técnicos de intervenção social poderão alcançar sucesso enquanto mediadores de espaços de participação que visem ajudar os nossos idosos a envelhecer de uma forma mais positiva e portanto com mais qualidade de vida. Poderemos concluir, afirmando com toda a certeza, que a qualidade de vida das pessoas institucionalizadas depende tanto ou mais da ligação entre a história de vida e as atividades desenvolvidas na instituição, em consonância com o reviver o passado e viver o presente, que única e exclusivamente das condições materiais e objetivas do ambiente físico que as rodeia na instituição.

É altura neste momento de dizer que este meu estudo me permitiu perceber como os idosos institucionalizados continuam a ser diferentes, a institucionalização não uniformiza totalmente o idoso como às vezes alguns livros tendem a nos mostrar, porque a identidade pessoal e o projeto de vida é diferenciado, e se a instituição der espaço para esse sonho e essa reinvenção de si, como diz Kaufmann, os idosos continuam a ser diferentes, continuam a ser eles próprios, mesmo incluídos na mesma instituição.

Gostaria também de dizer que, apesar de ser uma profissional na área do serviço social e trabalhar há mais de vinte anos com idosos, tornei-me, nesta minha investigação, também uma aprendiz e estou aberta a aprender mais coisas, pelo que agradeço a todos os meus professores do mestrado em intervenção para um envelhecimento ativo, e em particular ao meu orientador, o professor Ricardo Vieira por tudo o que me ensinou. Desenvolver esta dissertação levou-me a aumentar a reflexão sobre mim mesma e a perceber que também eu estava num processo de transformação, e já não sou a mesma Anabela de há dois anos atrás.

Como diz Samuel Butler, citado por Ricardo Vieira (1999a), “Já não sou eu, mas outro que mal acaba de começar”. Tomando esta frase deste escritor, claro que sou a

Anabela, mas alterei a minha visão sobre o que é o envelhecimento ativo, sobre o que é a qualidade de vida na terceira idade. Esta investigação levou-me a descobrir o que se passa com os outros, ouvindo os outros em entrevistas aprofundadas, mas obrigou-me também a fazer uma auto análise a mim mesma, uma auto reflexão, uma espécie de auto entrevista, e a concluir que aprender aprendi imenso, mas além dessa aprendizagem sobre o que é o projeto de vida e a importância do projeto de vida na velhice, há uma outra aprendizagem: é que o investigador, quando se retira da investigação vem transformado. Eu transformei-me com a realidade. Estou feliz e muito satisfeita por nesta fase da minha vida ter investido neste meu projeto que foi voltar à universidade. Espero que este meu trabalho seja lido e que este meu ponto de vista que partilhado aqui com prazer e amizade com os leitores.

BIBLIOGRAFIA E OUTRAS FONTES

BIBLIOGRAFIA

- Amado, J., Silva, L.C. (2013). *Investigação qualitativa, em educação*. Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra.
- Azeredo, Z. (2011). *O idoso como um todo*. Viseu: PsicoSoma.
- Bósi, E. (1994). *Memória e sociedade – lembranças de velhos*. S. Paulo-Brasil: Companhia das Letras.
- Boutinet, J. (1989). *O poder simbólico*. Lisboa: Difel
- Boutinet, J. (1990). *Antropologia do Projeto*. Lisboa: Instituto Piaget.
- Cardão, S. (2009). *O idoso institucionalizado*, Lisboa, Coisas de Ler.
- Conceição, D. A. (2011). *De aprendizes a mestres: projetos de vida de idosos e envelhecimento ativo*. (Dissertação de mestrado não editada, mestrado em intervenção para um envelhecimento ativo). Escola superior de educação e ciências sociais, instituto politécnico de Leiria. Leiria
- Costa, M. A. (2002). *Cuidar idosos, formação, práticas e competências dos enfermeiros*. Coimbra e Lisboa: Formasau e Educa.
- Costa, M.A. (2005). Cuidados de enfermagem aos idosos. Percursos de formação e investigação. In *Envelhecer em Portugal. Psicologia, saúde e prestação de cuidados*. (pp.263-278). Lisboa: Climepsi, Editora.
- Couvaneiro, C.S., Cabrera, J.P. (2009). *Este tempo de ser. Concepções de espaço e tempo para um envelhecimento positivo*. Lisboa: Instituto Piaget.
- Cozinheiro, S. (2007). *Envelhecer: uma busca de sentido entre o ser o que se foi e inventar-se diferente - o caso de cinco idosos*. Tese de mestrado em ciências da educação, especialização em educação e diversidade cultural. Faculdade de Psicologia e de Ciências de Educação do Porto; Escola Superior de Educação de Leiria.
- Cozinheiro, S. (2009). Uma reflexão sobre a identidade do idoso. In Vieira, R. Margarido, C., Mendes, M., (Orgs.) *Diferenças, Desigualdades, Exclusões e Inclusões* (pp.133-147). Porto: Edições Afrontamento.
- Fonseca, António Manuel. (2005a). *Desenvolvimento humano e envelhecimento*. Lisboa. Climepsi Editores.
- Fonseca, António Manuel. (2005b). Aspectos psicológicos da passagem à reforma. In Paúl e Fonseca (coord.). *Envelhecer em Portugal*. (pp.47-95) Lisboa: Climepsi, Editores.
- Fonseca, António Manuel. (2005c). O Envelhecimento bem-sucedido. In Paúl e Fonseca (coord.). *Envelhecer em Portugal* (pp.281-311). Lisboa: Climepsi, Editores.
- Galinha, S. (2009). A inter-relação qualidade de vida percebida, bem-estar subjetivo no

- envelhecimento ativo, animação e coaching ontológico: In Pereira J.D.L., Lopes M. S. (coord.) *Animação socio cultural na terceira idade*. Chaves: Intervenção Grande, N. (2006) *Século XXI - Século do envelhecimento*. In Moura C. (2006). *Século XXI, século do envelhecimento* (pp.19-20). Camarate: Lusociência
- Gusmão, N. (2003). *Infância e Velhice: desafios da multiculturalidade*. In *Infância e velhice, pesquisa de ideias* (pp.15-32). S. Paulo: Editora Alínea.
- Guerra, I. (2006). *Pesquisa Qualitativa e Análise de conteúdo – Sentidos e Formas de Uso*. Estoril: Príncipeia.
- Jacob, L. (2007). *Animação de Idosos. Atividades*. 2ª Edição. Porto: Editora Ambar.
- Jacob, L. e Fernandes, H. (2011). *Ideias para um envelhecimento activo*. Almeirim: Edição Rutis.
- Luís, I.N. (2013) *A importância da Memória e da animação no envelhecimento ativo*. (Dissertação de mestrado não editada, mestrado em intervenção para um envelhecimento ativo). Escola superior de educação e ciências sociais, instituto politécnico de Leiria. Leiria.
- Kaufmann, J.C. (2005). *A invenção de si*. Uma teoria da identidade. Lisboa: Instituto Piaget.
- Lopes, M.S. (2013). *Animação sociocultural e gerontológica: base para uma intervenção social, cultural e educativa*. In Pereira, J.D., Lopes, M.S., Rodrigues, T.M. (2013). *Animação sociocultural gerontologia e geriatria* (pp.211-221).Chaves: Intervenção.
- Mendes, D.F.F. (2013). *O namoro na terceira idade: transformação de si e dos outros e envelhecimento ativo*. (dissertação de mestrado não editada, mestrado em intervenção para um envelhecimento ativo). Escola superior de educação e ciências sociais, instituto politécnico de Leiria. Leiria.
- Moura, C. (2006). *Século XXI, século do envelhecimento*. Camarate: Lusociência.
- Ministério da Saúde (2008). *Guia prático do cuidador*. Brasília. Série A. Normas e Manuais Técnicos.
- Neri, A. (2001). O fruto dá sementes. Processos de amadurecimento e Envelhecimento. In Neri, A. (Coord.) *Maturidade e Velhice: Trajetórias Individuais e Sociais*, pp.11-15 Campinas, SP: Papirus.
- Neri, A. (2004). Biomedicalização da velhice; distorções cognitivas relacionadas ao uso do modelo biomédico na pesquisa gerontológica. In: D'Elboux, M. J.; Neri, A., Cachioni, M. (orgs.). *Saúde e Qualidade de Vida na Velhice* (p. 11-19). Campinas, SP: Editora Alínea.
- Paúl, C. (1997). *Lá para o fim da vida. Idosos, família e meio ambiente*. Coimbra: Livraria Almedina.
- Paúl, C. (2005) *Desenvolvimento humano e envelhecimento* In Fonseca, A. M. (2005). *Desenvolvimento humano e envelhecimento*. (pp.11-12) Lisboa. Climepsi Editores.
- Paúl, C., Fonseca, A.M. (2005a). *Envelhecer em Portugal. Psicologia, saúde e prestação de cuidados*. Lisboa: Climepsi, Editores.

- Paúl, C. (2005b). A Construção de um modelo de envelhecimento. In Paúl, C., Fonseca, A.M. (2005a). *Envelhecer em Portugal. Psicologia, saúde e a prestação de Cuidados*. (pp.21-39) Lisboa: Climepsi, Editores.
- Paúl, C., Fonseca, A.M., Martins, M., Amado, J., (2005c) A satisfação e qualidade de vida em idosos portugueses, In Paúl, C., Fonseca, A.M. (2005a). *Envelhecer em Portugal. Psicologia, saúde e prestação de cuidados*. (pp.75-95) Lisboa: Climepsi, Editores.
- Paúl, C., Ribeiro, O. (2011). *Manual de envelhecimento ativo*. Porto: Lidel.
- Pereira, F. (2012). *Teoria e Prática da Gerontologia – Um guia para cuidadores de idosos*. Viseu: Psico & Soma.
- Pereira, J.D., Lopes, M.S. (2009). *Animação sociocultural na terceira idade. A intervenção Social, Cultural e Educativa na Terceira Idade*. Chaves: Intervenção.
- Pereira, J.D., Lopes, M.S., Rodrigues, T.M. (2013). *Animação sociocultural gerontologia e geriatria*. Chaves: Intervenção.
- Pereira, J.D., Lopes, M.S., Rodrigues, T.M. (2015). *Animação sociocultural gerontologia educação intergeracional: estratégias e métodos de intervenção para um envelhecimento Ativo*. Chaves: Intervenção
- Pimentel, L. (2001). *O lugar do idoso na família: contextos e trajetória*. Coimbra: Quarteto.
- Pimentel, L. (2004). O idoso e a família: vidas com projetos. *Futurando*, 11/12/13, (pp. 39-44).
- Pimentel, L. (2009). *Quando a Solidão está no Meio da Multidão: o Papel dos Assistentes Sociais no Desenvolvimento de Estratégias de Articulação entre Famílias e as Instituições de acolhimento a pessoas idosas*. Intervenção Social, Lisboa, Lusíada, nº 35/2009.
- Pimentel, L. (2015). “As pessoas idosas e os seus contextos familiares: convite a um olhar diferente”. In: Fernandes, O. M.; Maia C; Mota (coord.). *A família portuguesa no século XXI* (p. 172 - 178). Lisboa: Edições Parsifal.
- Poirier J., Clapier S., Raybaut V.P. (1995) *Histórias de vida. Teoria e prática*. Oeiras: Celta Editora.
- Ribeiro, O. e Paúl, C. (2011). *Manual de envelhecimento ativo*. Lisboa:
- Ribeiro, M.I. & Vieira R. (2015). Animação e estratégias de gestão da identidade do idoso em contexto institucional. In Pereira, J.D., Lopes, M.S., Rodrigues, T.M. (2009). *Animação sociocultural gerontológica, educação intergeracional, estratégias e métodos de intervenção para um envelhecimento ativo*. (pp.47-56). Chaves: Intervenção.
- Sá, M. (2013). *As diferentes sabedorias*. (Relatório de estágio não editado, Licenciatura em Animação Sociocultural. Escola Superior de Educação e Ciências Sociais, Instituto Politécnico de Leiria. Leiria.
- Simões, A. (2006). *A Nova Velhice: Um Público a Educar*. Porto: Ambar.

- Sousa, J.G. (2015). A Intervenção na velhice: novas configurações da cidadania. Novas exigências socioculturais. In Pereira, J.D., Lopes, M.S., Rodrigues, T.M. (2015). Animação sociocultural gerontologia educação intergeracional: estratégias e métodos de intervenção para um envelhecimento ativo. (pp.59-67) Chaves: Intervenção.
- Vieira, R. (2000). *Ser igual, ser diferente. Encruzilhadas da identidade*. 2ª Edição Profedições.
- Vieira, R. (2008). As histórias de vida como instrumento de investigação e (auto)formação de professores, imigrantes e idosos. In M.C. Passeggi, E.C.Souza, *(Auto)biografia: formação, territórios e saberes* (pp.223-239).S. Paulo: Edufrn.
- Vieira, R. (2009a). *Identidades pessoais - interações, campos de possibilidade e metamorfoses culturais*. Lisboa: Colibri.
- Vieira, R. et all (2009b). Envelhecimento e autonomia: a importância do projeto de vida, In Vieira, R., Margarido C., Mendes M.(2009) (Orgs.) *Diferenças, desigualdades, exclusões e inclusões* (pp.113-147). Porto: Edições Afrontamento.
- Vieira, R. (2014 b). Integração Social na terceira Idade. Ambientes Promotores de Envelhecimento Ativo, In Azevedo. S. e Correia, F. *Educação e Integração Social*, 3º Congresso Internacional de Educação Social. Porto: Aptses e Fronteira do Caos editora, ISBN 978-8647-30-6., pp. 107-121.
- Vieira, R. (2014 a). Life stories, cultural métissage, and personal identities, Sage, disponível em <http://sgo.sagepub.com/content/4/1/2158244013517241>
- Zimerman, G.I. (2005). *Velhice – aspetos biopsicossociais*. Porto Alegre: Artemed Editora S.A.

Webgrafia

- World Health Organization (2005). Envelhecimento Ativo: Uma Política Social. Tradução de Suzana Gontijo – Brasília – Organização Pan-América da Saúde, retirada em Junho de 2015 de http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_ativo.pdf
- INE- Censos 2011 , consultado em Junho de 2015, http://censos.ine.pt/xportal/xmain?xpid=CENSOS&xpgid=ine_censos_publicacao_det&menuBOUI=13707294&contexto=pu&PUBLICACOESpub_boui=73212469&PUBLICACOESmodo=2&selTab=tab1

FONTES ORAIS

Entrevistas ao Sr. António de 87 anos

Entrevistas à Sra. D. Maria de 90 anos

Entrevistas à Sra. D. Rosa de 77 anos.

APÊNDICES E ANEXOS

APÊNDICE 1

GUIÃO DAS ENTREVISTA			
<p>Grande objetivo: Aprender o sentido subjacente à vida social dos indivíduos estudados, através do relato de acontecimentos marcantes, pessoas significativas, atividades significativas, momentos/incidentes críticos, em variados cenários, feito a partir de perguntas muito pontuais, com o objetivo de procurar sentidos escondidos.</p>			
Objetivos Gerais	Objetivos específicos	Categorias	Subcategorias
1 – Caracterização do idoso	Fazer o levantamento de características pessoais: Idade; Habilitações; Estado Civil; Naturalidade; Zona onde viviam antes da institucionalização.		
2 - Conhecer o passado biográfico de três idosos institucionalizados, em termos profissionais, pessoais e sociais.	Perceber como foram vividas as fases da sua vida: infância, Juventude, Idade adulta, Terceira idade.	Memórias da infância	Família
			Brincadeiras
		Memórias da Juventude	Família
			Escola
			Atividades tempos livres
		Memórias da idade adulta	Família
			Vida profissional
			Atividades tempos livres
Memórias da Terceira Idade	Família		
	Reforma Tempos livres		
3 - Compreender três idosos institucionalizados, em duas instituições distintas e perceber se existe ligação entre o seu passado (a sua trajetória de vida), o seu presente e o seu projeto de vida no seu dia-a-dia enquanto idoso institucionalizado e ativo. Perceber em cada um dos idosos estudados qual é o sentido que o projeto de vida tem no	Perceber como viveram a transição da sua casa para a instituição; perceber como vivem o seu dia a dia, quais são os seus objetivos pessoais, como se ocupam...qualidade de vida, enquanto idosos institucionalizados	Institucionalização	Transição do contexto familiar para a institucionalização
	Projeto de vida		

seu bem-estar e no seu sentido de vida atual.		Institucionalização	
4 - Verificar para cada um dos idosos estudados, se o técnico de animação sociocultural das respectivas instituições de acolhimento constrói ou não com eles o seu projeto de vida.	Perceber se existe ou não o cuidado em estabelecer a ligação entre a história de vida dos idosos em estudo e as atividades de animação sociocultural desenvolvidas na instituição, em consonância com o (re)viver o passado para, no presente, projetar com o idoso o seu futuro.	Atividades de animação sociocultural	Atividades desenvolvidas com sentido para o próprio, no contexto das atividades propostas pela instituição

APÊNDICE 2 – CONSENTIMENTO INFORMADO

Consentimento Informado

A presente entrevista insere-se no âmbito do mestrado em Intervenção para um Envelhecimento Ativo, do Instituto Politécnico de Leiria. Com este trabalho pretende-se compreender que relação existe entre a qualidade de vida de idosos institucionalizados e a sua adesão às atividades de animação socio cultural propostas pela instituição, numa perspetiva do seu projeto de vida atual, trabalhado ou não pelos técnicos da instituição em consonância com a sua história de vida única e individual.

A entrevista será sujeita a gravação áudio para memória futura. A informação que se proporcionar será confidencial e anónima.

Ao assinar este documento, concordo e aceito participar neste estudo.

Data: / /2015

Assinatura do Investigador

Assinatura do Entrevistado

Nota: Documento feito em duplicado. Após assinaturas, será entregue um exemplar ao sujeito entrevistado.

APÊNDICE 3 - SINOPSES DAS ENTREVISTAS REALIZADAS AOS SUJEITOS ESTUDADOS

APÊNDICE 3a

SINOPSE DAS ENTREVISTAS AO SR.ANTÓNIO

Categorias de Análise	Subcategorias	Excertos das entrevistas	Análise
INFANCIA	Família	<p><u>P: Onde Nasceu?</u></p> <p>R:Nasci em 1928 em Lavre, vila muito antiga, histórica a 25 Km de Montemor Novo, Alentejo. Sou 100% Alentejano. Vivi lá até aos 16 anos.</p> <p><u>P: Como recorda a sua infância?</u></p> <p>A minha relação com os meus pais foi sempre ótima. A minha mãe adorava-me, e eu o mesmo. O meu pai às vezes puxava-me as orelhas por pequenas coisas, mas sempre meu amigo. A nossa família foi sempre muito certinha. A minha mãe era uma santa para mim e para os meus irmãos, tenho mais dois irmãos, um rapaz e uma rapariga. A minha irmã era muito respingona, o meu irmão era muito regila, andava sempre aos ninhos.</p>	Ótima relação com os pais. Família certinha. Eram três irmãos
	Escola		
	Atividades	<p>Eu fazia aviões em criança, em madeira, sem nunca ter visto aviões. Havia uns jornais que era o pim-pam-pum e vinham ali desenhos de aviões que eu fazia em madeira.</p>	Em criança já fazia aviões em madeira

JUVENTUDE	Família	<p><u>P: Episódio marcante da juventude – o namoro com a Maria Teresa (esposa)</u></p> <p>R: Os pais dela e os meus pais eram amigos e compadres. Famílias muito amigas. Fui bem aceite pela família dela. Era aquele namoro de aldeia. À janela, eu ficava com o queixo preso na janela. Eu estava já na aviação, nos Açores. Quando cá vinha, pegava na bicicleta e fazia 15 Km. Namorei dos 16 aos 26 anos.</p> <p>Nunca tive oportunidade de entrar na casa dela. Um dia estava no serviço e tive uma apendicite aguda. Depois tive 30 dias de convalescença e fui para uma pensão em frente à casa dela. Escrevi uma carta aos meus sogros a pedir autorização por escrito para poder entrar em casa devido às minhas condições de saúde. Tive autorização para entrar em casa. Depois de curado continuei a entrar em casa dela. Namorava quatro mulheres ao mesmo tempo. Tudo sentado à mesa: ela, a mãe, a irmã e uma velha a fingir que estava a fazer costura, sempre a olhar para nós. Quando não estávamos juntos assim era a irmã que estava sempre de sentinela. Nunca consegui tocar-lhe com um dedo. Um dia aproveitei que só estava ela e a irmã e dei-lhe o primeiro beijo. Ela coitada ficou aflitíssima com medo que a irmã fosse contar aos pais. Mas até hoje não contou nada.</p>	<p>Namoro de 10 anos.</p> <p>Namorava 4 mulheres ao mesmo tempo: a namorada, a irmã, a mãe e a avó dela.</p>
	Escola	<p>Na hora das aulas ia para as aulas. Fiz o curso industrial, e aos 16 anos surge um anúncio para marinheiro da armada... digo à minha mãe que me vou inscrever... ela larga-se a chorar, mas eu vou e respondo à carta... fui chamado...era a mãe a chorar para um lado e o pai ainda pouco decidido a deixar-me ir. Tinha 16 anos, mas lá fomos à escola da marinha de guerra, eu e o meu pai, em Vila Franca de Xira, fomos ver como era. O meu pai aprovou e matriculou-me. 15 dias depois estava na escola.</p>	<p>Fez o curso industrial, e aos 16 anos ingressa na marinha de guerra.</p>
	Atividades Tempos Livres	<p><u>P:Como recorda a sua mocidade?</u></p> <p>O meu pai era um industrial de madeiras. Nasceu aqui perto de Leiria, em Moinhos de Carvide, mas aos 20 anos foi para o Alentejo. Aqui era madeireiro, e um dia vai espreitar ao Alentejo e chega a Cortiçadas de lavre em Monte-Mor-Novo, homem de negócios, com visão, olha para aquelas matas e vê aquela riqueza enorme. Volta aqui á</p>	<p>entre os tempos livres e a escolha da sua futura profissão:</p> <p>Entre as aulas ajudava o pai na carpintaria, rapaz dócil, obediente e muito responsável.</p>

JUVENTUDE	Atividades Tempos Livres	<p>terra e desafia homens para trabalhar com ele e leva-os para o Cortiçadas de lavre. Lança-se no negócio, e esperto, muito esperto o meu pai, consegue vender as ripas para o caminho de ferro. Tinha um estabelecimento de madeiras e carpintaria, onde ganhou muito dinheiro. Desde os meus 7 anos que eu ficava lá no armazém, na carpintaria na ausência do meu pai e atendia as pessoas que vinham à procura do Sr. Francisco, eu ficava com os recados.</p> <p>Eu sempre fui um rapaz muito dócil, e ia muito para o armazém do meu pai, ficava a tomar conta daquilo...olha vem cá fulano de tal, vem cá pagar, vais colocar o dinheiro naquela caixa, só tu é que sabes onde está. Eu era muito obediente e muito bom rapazinho. O sonho do meu pai era que eu lhe seguisse as pisadas, tenho outro irmão mas esse tinha outro feitio. Eu era aquele rapaz todo certinho, bem educado e elogiado por todos. O meu irmão já não era assim, e os olhos do meu pai estavam em mim, estava talhado para seguir as pisadas do meu pai, mas não foi assim. Foi no armazém que comecei a fazer o meu primeiro avião. Nunca tinha visto nenhum ao vivo, só em revistas e comecei logo a fazê-los em madeira. Tinha vontade, sonhava com aviões e tinha as ferramentas da carpintaria à mão.</p> <p>Sempre fui bom estudante e seguir as pisadas do êxito do meu pai, era o mais natural a acontecer. Mas eu tinha sentimentos diferentes dos gaiatos do meu tempo. Queria fazer coisas que ninguém me tinha ensinado.</p> <p>Rebenta a guerra de Espanha e os aviões começam a passar por cima de Portugal, pela primeira vez vi um avião ao vivo. Os aviões não me saiam da cabeça, eu queria ir mais à frente, não ficar ali naquela carpintaria. O meu pai pensava que eu ia ser o seu braço direito, mas começou a tomar consciência que eu não tinha nascido para aquilo e dizia:” o gaiato é mal empregado ficar por ai”. Surge um anúncio para marinheiro da armada... digo à minha mãe que me vou inscrever... ela larga-se a chorar, mas eu vou e respondo à carta... fui chamado...era a mãe a chorar para um lado e o pai ainda pouco decidido a deixar-me ir. Tinha 16 anos, mas lá fomos à escola da marinha de guerra, eu e o meu pai, em Vila Franca de Xira, fomos ver como era. O meu pai aprovou e matriculou-me. 15 dias depois estava na escola.</p>	<p>Estava talhado para seguir as pisadas do pai, mas não foi assim. Já sonhava com aviões e começou a fazê-los em madeira, mesmo antes de ter visto algum ao vivo</p> <p>O seu futuro começou a nascer dentro dele. Os aviões não lhe saiam da cabeça. Ele quer ir mais à frente, não ficar ali naquela carpintaria.</p>
	Família	A minha esposa era uma mulher perfeita, como uma esposa exemplar, como uma mãe exemplar, nunca tivemos chatices, nunca nos arrelíamos, com os filhos era a mesma	

		<p>coisa. Fazia-me todos os petiscos que eu lhe pedia. Fazia os seus vestidos, sempre bem arranjada, dava gosto olhar para ela. Com dois filhos, um rapaz e uma rapariga. Fomos sempre uma família feliz.</p>	
<p>ADULTO</p>	<p>Vida Profissional</p>	<p>Aos 16 anos ingresso na marinha de guerra e faço uma viagem para Angola no "Navio Escola de Sagres" durante 6 meses. Fico a saber tudo sobre navios, cabos, motores, fiquei a saber tudo sobre a Marinha, sobre os submarinos, etc. Quando regressámos já tinha um conhecimento do que é que a Marinha faz além de navegar. Tive conhecimento de uma escola em Vila Franca de Xira de várias especialidades: eletricista, marinheiro, torpedeiro, condutor de máquinas. Aí tirei a especialidade de condutor de máquinas. Entretanto abriram concursos para a aviação e entrei para a escola de aviação Almirante Gago Coutinho em Aveiro. Aí vou eu, erámos 150 candidatos e eu fiquei em terceiro. Na terra diziam-me: "Olha o Toino foi para a aviação. Em criança aquele gaiato fazia aviões sem nunca os ter visto". Durante quase três anos estive a aprender tudo em teoria, toda a maquinaria que trabalha com o avião, como é que se manobra com o vento, tudo.</p> <p><u>P: Recorda-se da sua primeira experiência de voo?</u></p> <p>R: Claro que recordo. Nem dormi., só a pensar: "amanhã vou começar a voar! , naquela coisa agente anda doidos. Temos de prepara o avião para o voo, todo limpinho de véspera, mas fazemos aquilo com um amor "é pá vou voar!" isto só depois de empinarmos milhentos "catrapázios". Vamos com um oficial instrutor fazer exame. Ele disse: " pode deslocar quando quiser" ponho o avião a trabalhar, tem de aquecer... quando deslocamos ficamos com o avião nas mãos e agora temos de fazer alguma coisa... desloquei baixinho, mas ele mandou-me levantar para X pés, depois voltar para a esquerda, pode endireitar... passado alguns minutos, vamos aterrar... está um pouquinho alto para aterrar no pino 14! Pensei: "já estou lixado", cuidado com o vento... tocaram as rodas no chão e o avião começa a tomar uma inclinação e eu a olhar para a ponta das asas, por ai é que via a inclinação. Quando terminei estava todo transpirado. O capitão só me disse: parabéns! Só me apetecia gritar de alegria, é pá consegui! Tive tanta teoria, tanta teoria, mas aquilo foi a sério! Eu estava desejando voar, ver se era capaz de voar ou não. Era um sonho de criança, saltei, gritei, chorei,</p>	<p>Passou de marinheiro a piloto</p> <p>A entrega à futura profissão: fazemos aquilo com um amor "é pá amanhã vou começar a voar!</p> <p>O sonho tornado realidade: o 1º voo</p> <p>Ser piloto: a sua paixão</p>

ADULTO	Vida Profissional	<p>sei lá o que me aconteceu.</p> <p>À parte dos conhecimentos que eu tinha quando era civil, a educação que recebi da parte dos meus pais, era um rapaz estimado por toda a gente, e quando entro na parte profissional entro numa coisa nova que era de grande responsabilidade, e eu encaixo com essa responsabilidade sem dúvida absolutamente nenhuma de onde me ia meter, com uma vantagem: é que era a minha paixão.</p>	
	Atividades Tempos Livres	Era muito desportivo, era pescador desportivo e era campeão, ganhei várias taças, tenho uma ali no meu quarto	
TERCEIRA IDADE	Família		
	Reforma	<p><u>P:Quando chegou a hora da reforma, o que decidiu fazer?</u></p> <p>R: A preparação para as especialidades do meu curso, ou se sabia ou não se sabia, razão pela qual houve gajos do meu curso que não passaram de sargentos, eu tive duas promoções na minha carreira de piloto por escolha, portanto alguma coisa viram em mim. Quando me reformei tentei concorrer à TAP como piloto mas não consegui entrar.</p> <p>Casado com dois filhos, a viver em Évora pensei: ” tenho ali um furo”. Havia em Évora um colega do meu curso, piloto também, que o pai era um lavrador com muito dinheiro tinha comprado dois aviões para pulverizar propriedades e fazer mondas químicas. Aquilo dava dinheiro como gente grande. Eu com ele montámos a Agroar, metemos mecânicos que conhecíamos da euronática, eu e ele pilotávamos os aviões e fazíamos a monda química das vinhas alentejanas ali à volta de Évora.</p> <p>Em paralelo vi outro furo. Eu era piloto, e paraquedista. Monto uma escola de paraquedismo e pilotagem em Évora: o Euroclube de Évora, do qual era fundador e diretor , era piloto instrutor, era paraquedista instrutor. Começo a ganhar dinheiro com aquilo e começa a ter muito movimento. Começa a ter aviões monolugares e bilugares para dar instrução: planadores sem motor e ultraligeiros que são aviões pequenitos que começaram a aparecer que parecem uns gafanhotos.</p> <p>Ando nisto até ter um acidente aos 72 anos e tenho de deixar. Saio de lá e isto morre</p>	<p>Hora da Reforma:</p> <p>Aos cinquenta e poucos anos reforma-se e pensa logo num outro furo, concorre para a TAP, não entra. Vive em Évora, com um colega de curso também piloto funda a Agroar, empresa de mondas químicas que dava dinheiro como gente grande. Vê outro furo há ali um terreno bom para um aeroclube, não hesita, funda uma escola de paraquedistas e pilotos. Fundador, diretor, e instrutor, anda nisto até aos 72 anos, até ter um acidente. Ali “morre o meu sonho, era um filho que eu ali tinha”, com a sua saída aquilo foi tudo por água abaixo</p>

<p>TERCEIRA IDADE</p>	<p>Reforma</p>	<p>tudo na casca. Ali morreu o meu sonho. Está lá o terreno e tem 2 ou 3 aviões ligeiros. Está a ser explorado com o uso por parte de aviões espanhóis que ao fim de semana vêm com famílias que ali aterram para passar o dia em Évora, comer e beber barato e regressarem ao fim do dia. Sinto uma grande tristeza, desgosto com a volta que aquilo deu, chorámos eu e o meu amigo, agarrados um ao outro porque aquilo era o meu filho. E havia outras pessoas, fomos buscar outros pilotos, fui buscar paraquedistas militares, fizemos formação desses paraquedistas para serem instrutores. Juntámo-nos a outros aeroclubes, ao aeroclube universitário de Lisboa, fomos ao Instituto industrial de Lisboa e pusemos lá o bichinho, quem quisesse voar, aprender paraquedismo tudo para Évora, isto ajudados pelo aeroclube de Lisboa, tudo legalizado. Tenho ali os cartões todos, responsabilidade da Direção Geral da Aeronáutica Civil. Já não tinha nada a ver com os militares. Mas até tinha. Aqui para nós que ninguém nos ouve. De vez em quando cravava gajos do meu tempo, para fazer largada de paraquedistas, por exemplo na festa de Estremoz, não tínhamos avião e sacávamos um avião militar que vinha em serviço a Évora largar paraquedistas, mas trazia de Tancos 4 ou 5 e depois em Évora carregava os restantes e largávamo-los na festa, aquelas coisas que agente fazia.</p> <p><u>P:Profissionalmente sentiu-se realizado?</u></p> <p>R: Sim, voei até à quinze anos atrás, até aos 72 anos quando tive o acidente.</p> <p>Fui um boneco de estudo durante 4 anos para saberem porque é que eu não morri! Eu fui operado e morri. Sou um morto vivo. O médico deu-me por morto. Operou-me e no dia seguinte chegou e perguntou, então o aviador morreu a que horas? Mas a funcionária respondeu-lhe “não morreu, está vivo!” A partir dali fui um boneco de estudo nas mãos dos médicos, parti tudo, tenho ferrinhos do alto da cabeça até aos dedos dos pés. Avisaram-me que não posso voltar a partir nada porque já não há maneira de concertar.</p> <p><u>Como ocupava o seu tempo, depois de deixar de voar?</u></p> <p>...coisas que eu gostava, de ir à caça, ir à pesca, de participar em variadíssimas coisas, em clubes em piscinas, trabalhar para desenvolver para se construir. Se há uma piscina está lá o meu nome, se há um clube de aeronáutica está o meu nome, se há um parque de campismo, está o meu nome. Onde eu me metia tinha de ir para a frente, porque</p>	<p>Manteve o seu sonho vivo por mais de 50 anos. Só um grave acidente o impede de voar.</p> <p>O morto vivo</p>
---------------------------	----------------	--	---

<p>TERCEIRA IDADE</p>	<p>Reforma</p>	<p>tinha uma formação nesse sentido que vinha da minha atividade profissional, e ser piloto da força aérea não é brincar, e tudo quanto se lá faz o resultado é 100% não pode falhar. À parte dos conhecimentos que eu tinha quando era civil, a educação que recebi da parte dos meus pais, era um rapaz estimado por toda a gente, e quando entro na parte profissional entro numa coisa nova que era de grande responsabilidade, e eu encaixo com essa responsabilidade sem dúvida absolutamente nenhuma de onde me ia meter, com uma vantagem: é que era a minha paixão. O militar tem de ter uma disciplina de ferro, que tem que ser cumprida rigorosamente. Quando se chega cá fora é-se reconhecido pelo treino do cumprimento do dever e nota-se depois no convívio na parte civil. As coisas cá depois foram surgindo, porque há uma paixão minha pela aeronáutica, há uma paixão minha pela marinha, há uma paixão minha por querer saber fazer tudo.</p> <p>Preocupava-me com a juventude, nas ribeiras morriam lá muitas crianças, consegui angariar verbas para fazer uma piscina lá em Évora. Está lá o meu nome.</p> <p>A malta visitava-me no hospital, estive lá quase 4 anos, em recuperação. Depois de recuperado, estava em casa, pedia para me irem buscar, e como não podia voltar a voar, voltei ao início. Supervisionava o clube de aeronáutica, era um bocado rijo no fazer cumprir. Isto mata! este gajo vai voar só com estas horas de voo a fazer estas asneiras? No outro dia ia fazer um voo de instrução com esse aluno e quando cá chegávamos abaixo dizia-lhe: meu amigo, eu estou assim partido, mas não tive culpa, o coração parou, agora tu, se continuas a fazer estas asneiras, isto mata! Tens de por na cabeça que ainda tens muito que pedalar para dominar o avião. Eu era exigente. Não saltava nenhum gajo sem ter feito aquele numero mínimo de saltos bem feitos. Eu ficava cá em baixo a ver as asneiras deles de binóculos, quando cá chegavam abaixo tinham de me ouvir. Era exigente e sinto uma compensação muito grande porque nunca me morreu nenhum paraquedista que passasse pelas minhas mãos.</p>	<p>Reforma, ocupações de tempos livres: Supervisionar a Escola de paraquedismo, entre outras coisas</p> <p>trabalhar para desenvolver, para se construir, se há uma piscina está o meu nome, se há um clube de campismo deve-se a mim, etc... onde eu me metia tinha de ir para a frente,</p> <p>Homem que se caracteriza pela disciplina militar e pela paixão pelas coisas</p>
---------------------------	----------------	---	--

<p>INSTITUCIONALIZAÇÃO</p>	<p>Transição do contexto familiar para a institucionalização</p>	<p><u>Integração no Lar: como foi deixar a sua casa e os amigos para vir para o lar?</u></p> <p>Como deve calcular é uma situação embaraçosa. Deixei o meu Alentejo, deixei os meus amigos, as coisas que eu gostava, de ir à caça, ir à pesca, de participar em variadíssimas coisas, em clubes em piscinas, trabalhar para desenvolver para se construir. Se há uma piscina está lá o meu nome, se há um clube de aeronáutica está o meu nome, se há um parque de campismo, está o meu nome. Onde eu me metia tinha de ir para a frente, porque tinha uma formação nesse sentido que vinha da minha atividade profissional, e ser piloto da força aérea não é brincar, e tudo quanto se lá faz o resultado é 100% não pode falhar. À parte dos conhecimentos que eu tinha quando era civil, a educação que recebi da parte dos meus pais, era um rapaz estimado por toda a gente, e quando entro na parte profissional entro numa coisa nova que era de grande responsabilidade, e eu encaixo com essa responsabilidade sem dúvida absolutamente nenhuma de onde me ia meter, com uma vantagem: é que era a minha paixão. O militar tem de ter uma disciplina de ferro, que tem que ser cumprida rigorosamente. Quando se chega cá fora é-se reconhecido pelo treino do cumprimento do dever e nota-se depois no convívio na parte civil. As coisas cá depois foram surgindo, porque há uma paixão minha pela aeronáutica, há uma paixão minha pela marinha, há uma paixão minha por querer saber fazer tudo. Tal como as senhoras aprendem a fazer renda, nós na marinha aprendemos a fazer cordão, aprendemos a trabalhar com fio, com nozinhos pequeninos, aprendi a fazer carteiras de senhora, aprendi a fazer quadros em madeira e ainda hoje gosto de ensinar aí a essas senhoras.</p> <p>Quando deixei o Alentejo fiquei com muita pena, porque deixei lá muitas coisas relacionadas comigo, como se fossem filhos... a piscina, o aeródromo, ninguém sabia o que era paraquedismo, eu faço um clube de paraquedismo, eu era o carola, batia com o punho, era exigente. O que deu como resultado? Junto da câmara municipal, junto do aeroclube de Portugal, etc., tive uma família nova de amigos, não por vaidade, mas sabia-me bem que o diretor nacional da aeronáutica me trata-se pelo nome, que os oficiais me convidassem para jantar... aceito até que podia haver uma vaidade em mim, não por mais nada mas porque tinha conseguido alcançar determinado projeto, de ter bons alunos, bons pilotos, porque era exigente, batia ali na tecla, isto não é a da Joana.</p>	<p>Vir para o lar significou: deixei de participar em variadíssimas coisas... trabalhar para desenvolver, para se construir, se há uma piscina está o meu nome, se há um clube de campismo deve-se a mim, etc... onde eu me metia tinha de ir para a frente,</p> <p>Homem que se caracteriza pela disciplina militar e pela paixão pelas coisas</p> <p>Deixar o Alentejo foi deixar lá toda a minha vida, tive de deixar tudo para trás, iniciar uma nova situação</p>
----------------------------	--	---	--

<p>INSTITUCIO- NALIZAÇÃO</p>	<p>Transição do contexto familiar para a institucionalização</p>	<p>Quando tive de vir para aqui, tal como quando estava na marinha, e me diziam, uma comparação “amanhã tens de ir para os Açores”, e tinha tudo de ficar para trás, iniciava uma nova situação, encaixava a nova responsabilidade e tinha de sair o melhor que fosse capaz de fazer.</p> <p>Quando entro no lar, entro aqui com desgosto, pela saúde da minha Maria Teresa, porque perdi uma senhora que tinha tudo de tudo como uma mulher perfeita, como uma esposa exemplar, como uma mãe exemplar, nunca tivemos chatices, nunca nos arrelíamos, com os filhos era a mesma coisa. Fazia-me todos os petiscos que eu lhe pedia.</p> <p>Quando vim para aqui, eu deixei de ser o mesmo Toino, deixei de ser a mesma pessoa à saída de Évora. Largámos a nossa casa, primeira coisa, para irmos para um sítio que não conhecíamos, uma terra que não conhecíamos, uma cidade que não conhecíamos, depois vínhamos para um local de sofrimento. Porque já me diziam que as pessoas velhas andam abandonadas, ninguém lhes liga, ninguém faz caso, ninguém lhes dá um tostão, ninguém lhes dá umas calças velhas, e eu sou sensível a isso. E quando entrei aqui tive a sensação que tinha sido condenado, sem ter feito mal a ninguém, a uma nova situação que eu desconhecia, mas porque lia, porque ouvia, sabia do que se passava do nosso país, coitado está num asilo, coitado está preso, coitado está no hospital, está toda ferida e o enfermeiro não vai lá, e aquilo tudo brigava comigo. E quando aqui entro, entro a porta e deparo com essa situação: PAC! aquilo tudo que vinha com medo, que vinha a pensar - não me digam que isso me vai acontecer! E quando aqui chego as primeiras impressões são as piores, falam mal às pessoas, sem maneiras “espere, já lhe disse duas vezes que já lhe dou o chá!”. Pensei: não estou cá oito dias! Entretanto começo a ver aquilo e tomo a tal posição do piloto que fazia as coisas todas com cabeça, tronco e membros e digo: comigo isto não vai acontecer! Então traço uma linha de rumo: respeitinho das pessoas para comigo, não autorizava que me levantassem a voz porque eu também não lhe levantava a voz. Havia sempre o desculpe, muito obrigada, o senhor assim, sempre muitos mimos.</p>	<p>Entrou no lar numa situação de desgosto pela situação da esposa: perdeu uma grande senhora</p> <p>Deixou de ser a mesma pessoa à saída de Évora</p> <p>Os seus receios acerca do que ouvia falar dos lares concretizaram-se. Toma a posição do piloto que fazia as coisas com cabeça, tronco e membros: traça uma linha de rumo...</p>
----------------------------------	--	--	---

<p>INSTITUCIO- NALIZAÇÃO</p>	<p>Família</p>	<p>Senti-me chocado quando vim para cá. Isto parece um hospital. Isto é o fim da Maria Teresa Mas depois fui-me apercebendo de que os médicos me iam dizendo que ela tinha Alzheimer em último grau, mas que poderia durar mais cinco anos. Eu disse aos meus filhos, viemos para cá, aqui não lhe fazem nada, então vamos embora. Mas eu tinha concordado em vir! Larguei o meu ambiente, a minha casa, os meus amigos, e senti de facto a passada. Depois tive que me habituar. Sinto momentos de solidão. É difícil de suportar. Nos trinta dias do mês, não durmo uma noite seguida, porque a minha esposa fala muito durante a noite. Fui-me abaixo fisicamente. O médico disse-me que eu tinha de me ir preparando para isto, “um dia põe a mão assim de lado e ela está morta”. Ouvir é fácil, mas agora fingir que não ouvi, não é fácil.</p> <p>Estou aqui há 3,5 anos na casa de repouso. A principal razão de eu estar aqui é a Maria Teresa. Todas as outras são secundárias.</p> <p>Amo a Maria Teresa como nos primeiros tempos, comecei a namoriscar com ela aos 14 anos.</p> <p>Estou preso à Maria Teresa de alma e coração. Casámos por amor e tivemos os nossos dois filhos, tenho um desgosto profundo por vela assim. Ela não fala, não pensa, mas os olhos dela têm o amor profundo que tivemos desde os 14 anos. E eu não choro na presença dela, mas choro fora da presença dela. E vivo as 24 horas do dia junto dela. Procuro tudo, tudo, tudo na vida para lhe dar apoio. Todas as economias que tinha, já gastei quase tudo com ela, que tem Alzheimer. Estou próximo dela a toda a hora e todo o momento a dar conta da situação. Se calhar por isso não estou a dar bom ambiente aqui no lar porque respingo e as outras pessoas calam-se porque são mais velhas e não têm disposição para se opor e não se revoltam. Estou cá há 3,5 anos e ao fim de 15 dias arrependi-me de ter vindo para cá, apercebi-me imediatamente do que era isto.</p> <p>Vou embora arranjei um lar muito melhor do que este por metade do preço</p>	<p>Razão de estar no Lar: a esposa que tem Alzheimer Sentiu-se chocado quando chegou</p> <p><u>Institucionalização:</u> Projeto de Vida atual- Os cuidados à sua esposa que tem Alzheimer</p> <p>Decide ir embora</p>
<p>INSTITUCIO- NALIZAÇÃO</p>	<p>Projeto de vida</p>	<p>Estou aqui enfiado com estes idosos gagás, ainda tenho uma boa cabeça, tenho de fazer outras coisas, não consigo estar parado, preciso de me mexer!</p>	<p>Necessidade de se afirmar enquanto pessoa viva e cheia de capacidades, primeira fuga à</p>

<p>INSTITUCIONALIZAÇÃO</p>	<p>Projeto de vida</p>	<p>A minha filha sugere-me ir reciclar o meu inglês na universidade “Sempre Audáz”. Fui lá só para conhecer aquilo, disse á diretora que não tinha tempo para isso, a minha preocupação 24 h por dia é tomar conta da minha Maria Teresa (esposa). Mas ela insistiu muito e eu acabei por ficar dois anos a recordar o inglês, mas ela queria-me noutras coisas também. Como alentejano e extrovertido, fui parar a uma secção com 55 mulheres e eu o único homem. Faziam pinturas, modelagem de barros ... eu ali no meio daquilo tudo a ensinar a trabalhar barro, gesso... era preciso algumas ferramentas que eu tinha trazido de casa porque não sabia o que iria ser a minha vida, estavam na garagem da minha filha e trago-as para a universidade e começo a fazer coisas. Passei a ser o homem da bricolage. Também aprendi lá a fazer coisas, quadros e fotografias dos meus filhos que estive lá em exposição. Tenho uma mota elétrica, ia lá todas as tardes, de manhã ficava por aqui no lar por causa na minha esposa.</p> <p><u>P: Como ocupa os dias aqui no lar?</u></p> <p>Tenho ali um cantinho que me arranjaram numa dispensa onde tenho as minhas ferramentas e faço aviões em madeira e com outro tipo de aproveitamentos, como capsulas do café, plásticos etc. É o meu passatempo favorito. O que sinto quando estou ali na oficina a fazer um avião?</p> <p>Faço tudo á escala, estou a voar quando o faço, estou no hangar, agarro no avião e faço tudo exatamente como era. Fiz um para um gaiato e a mãe agradeceu-me a chorar. Tenho lá em baixo alguns numa estante. Expliquei ao gaiato tim-tim por tim-tim a diferença de cada um dos aviões que ali estão: o que era um planador, o que era um avião, como funciona cada um deles. Deixei-o escolher um avião, o gaiato foi para casa maravilhado. Passados uns dias pu-lo a pintador um avião e um planador.</p> <p>As senhoras (funcionárias) que tinham um menino pequenino pediam-me que lhes fizesse um avião para o menino, tenho feito aviões para muita gente. Todas nos gabinetes têm coisas feitas por mim; Oh Sr António a torradeira não trabalha... tragam-me esta peça assim, assim e eu arranjo, oh Sr António a máquina da loiça não trabalha...lá vai aqui este menino ver o que se passa...sou o safá enrascadas e aqui para nós, a direção da casa a aproveitar-se disso...</p>	<p>institucionalização: universidade sénior, faz reciclagem de inglês</p> <p><u>Institucionalização:</u> Projeto de Vida atual- As miniaturas de aviões e outros arranjos, arranja tudo no lar</p> <p>Quando faço um avião estou a voar nele</p>
----------------------------	------------------------	--	--

<p>INSTITUCIO- NALIZAÇÃO</p>	<p>Projeto de vida</p>	<p>A oficina dos aviões significa para mim, aliviar-me da minha preocupação com a minha esposa, e criar a perspetiva do meu amanhã: gosto de fazer os aviões e de os oferecer. Quase todos os gaiatos, filhos das empregadas já levaram um, e elas andam sempre de roda de mim para verem quem é o próximo contemplado</p> <p><u>Como é o trabalho com a animadora?</u></p> <p>Temos uma amizade muito grande. Ensinei-lhe muitas coisas que ela não sabia, tinha a teoria mas não tinha a prática. Ela desempenha um trabalho muito importante junto dos idosos.</p> <p>Ela programa as atividades e nós colaboramos. Eu sugeria às vezes outros produtos para trabalhar, como por exemplo a cortiça. Ela não sabia trabalhar em cortiça mas eu ensinei-lhe. Eu invento muitas coisas, o trabalho com capsulas do café, agora estou a fazer uma asa de um avião. Apercebi-me que a animadora não sabia a diferença entre um chaparro e um sobreiro, e o que era a bolota... fui à rua à procura e encontrei um chaparro e um sobreiro e trouxe bolotas para ela ver.</p> <p>Tal como as senhoras aprendem a fazer renda, nós na marinha aprendemos a fazer cordão, aprendemos a trabalhar com fio, com nozinhos pequeninos, aprendi a fazer carteiras de senhora, aprendi a fazer quadros em madeira com nozinhos e ainda hoje gosto de ensinar aí a essas senhoras.</p> <p>Mas chegou a hora e, não lhe deram mais trabalho, depois do estágio profissional não quiseram pagar um ordenado. Rua, ainda fizemos um abaixo assinado, mas não ligaram nenhuma. Toda a gente teve muita pena. Quando ela aí vem, até os mais patarecos ficam cheios de alegria.</p> <p>Colaboro com a Joana, sempre que ela precisa e me pede ajuda nas coisas que ela tem ideia mas não tem ferramentas para fazer e socorre-se de mim.</p> <p>Eu tenho dentro de mim uma vontade de me expandir e de fazer coisas, se eu não o fizer eu não ando bem.</p>	<p>A oficina dos aviões significa para o Sr. António, o aliviar da sua preocupação com a esposa e o criar a perspetiva do futuro</p> <p>Colabora com a animadora, ensina-lhe coisas. Gosta de inventar</p> <p>Necessidade de fazer coisas de se mexer...</p>
----------------------------------	------------------------	---	--

INSTITUCIO- NALIZAÇÃO	Organização da casa	<p>Isto está tudo mal organizado, desde lá de cima até cá abaixo. Um grande problema é o pessoal que não tem formação nenhuma. Precisam de ganhar 400€, aparecem, vestem uma bata branca e a única coisa que metem na cabeça é que vem mandar. Então há um desentendimento total entre o utente que está numa idade que precisa de atenção, precisa que considerem que ainda está vivo, e elas que não têm preparação para isso. Eu, o Dr José e o Sr Manuel e mais dois ou três que estão aí ainda estamos capazes de verificarmos estas coisas, de nos mexermos e transmitirmos à responsável que isto tem muitas falhas. Os que estão em boas condições, as famílias estão a tentar levá-los para outro lugar. Numa situação destas exigia-se que as pessoas fossem preparadas para trabalhar aqui com velhotes que ainda estão vivos, tem olhos e ouvidos e não estão ali já cadáveres, e são tratados exatamente como isso. (...)</p> <p>Estou contrariado com a maneira como somos aqui tratados. Nós, as pessoas que ainda conseguimos pensar, ainda estamos a saber o que queremos, que nos defendemos a nós e defendemos os outros, estamos todos revoltados com isto, com a organização desta casa. Má alimentação, mal tratados pelas funcionárias que não percebem nada disto, as batas brancas como nós lhes chamamos... há muita falta de humanidade, por exemplo, a Maria Teresa (esposa), como não fala, não pede, se não estiver eu lá ao lado não lhe ligam nenhuma. Em 7 ou 8, há três ou quatro que se preocupam com a Teresa, que lhe dão de comer e a ajudam. Há outra coisa que aqui está muito mal. Há familiares que dão gorjetas às funcionárias para elas tratarem bem os seus familiares. Elas não ligam nenhuma aquela velharia que está ali em baixo á espera de morrer. Elas trabalham a olhar para o relógio. Elas queixam-se que só ganham 400€, mas aceitaram trabalhar nessas condições e nós não temos culpa disso, nós pagamos para aqui estar, e muito! Outro inconveniente: o comer não é feito aqui, uma sopa amarela, um caldo qualquer que não presta para nada, costeletas duras para velhos que não têm dentes. Isto não é dizer mal. É dizer a verdade. As casas de banho não têm os apoios obrigatórios, eu para tomar banho tenho de me ensaboar com uma mão e apoiar-me ao meu tripé com a outra.</p> <p>A diretora técnica não tem nenhum tipo de relação com os utentes. Ela é a senhora dos movimentos financeiros disto. Vem cá as vezes para receber o dinheiro.</p>	<p><u>Institucionalização:</u> Projeto de Vida atual- revoltado com as condições do lar, preocupado com as condições de vida dos mais dependentes</p>

<p>INSTITUCIONA- LIZAÇÃO</p>	<p>Qualidade de vida</p>	<p><u>P: Mantem os seus relacionamentos fora do Lar, sente-se integrado na sua vida social?</u></p> <p>Antes de tudo, eu sou um prisioneiro voluntário, mas se me dizem queres vir almoçar á base? Claro eu vou logo e passo um dia maravilhoso, até “esqueço” por um tempo a Maria Teresa. Não esqueço, mas não estou sempre a pensar no mesmo.</p> <p><u>P: O que é para si qualidade de vida?</u></p> <p>Aqui não tenho qualidade de vida, não tenho com quem falar, senão um amigo que é médico e desabafamos um com o outro. Leio, entretenho-me a ler o que tenho por aí. Refugio-me na oficina a fazer os meus aviões. Se quero tomar banho tenho de me levantar as 6h porque as funcionárias depois das 6h30 entram pelo quarto a tratar da minha esposa, e entram e saem até ás 9h quando a levam para tomar o pequeno almoço. Não tenho privacidade nenhuma.</p> <p>Estou muito esperançado no novo Lar, a minha qualidade de vida neste momento é a esperança de que vamos para uma coisa melhor e que a médica de lá é da especialidade da doença da minha esposa. Vou-me embora no fim do mês. Vou para uma coisa nova. Fui lá com o meu filho ver como era. Como já conhecia isto aqui estabeleci um paralelo com isto. Verifiquei imediatamente a diferença entre as pessoas que estão à frente daquilo e estas daqui. Quem está á frente é uma médica e ainda por cima da especialidade da doença da Maria Teresa, teve o cuidado de me dizer que há Alzheimeres e Alzheimeres. Fiquei admirado com o tratamento que dão ali às pessoas, a maneira como fui recebido, a maneira como nos apresentaram o lar e o que é que faziam, os direitos dos utentes. No campo, eu cheguei la e senti-me no meu Alentejo, oh que saudades do campo, ver arvores, ver bichos, ver campo. Disse para comigo: “é pá para onde eu venho!”. Os filhos ficaram receosos de eu sair deste lugar onde estou agora, na cidade, ao pé do rio e dos peixes que eu gosto de ir espreitar, deixar alguns amigos que já aqui fiz, e pensaram, será que ele vem para aqui desterrado e se vai adaptar? Será que ele vai concordar? Quando me fazem a pergunta eu digo: “ a mãe vai ser beneficiada?”, sim, e o ambiente é outro. Além disso o dinheiro vai-se acabando e pagamos menos 1500€ do que aqui. Tem uma boa assistência médica, o meu filho já</p>	<p>“Sou um prisioneiro voluntário, mas saio,” Mantem amigas antigas fora do lar</p>
----------------------------------	--------------------------	--	---

<p>INSTITUCIONA- LIZAÇÃO</p>	<p>Qualidade de vida</p>	<p>sabia como aquilo era tudo pela internet.</p> <p>Desde que eu tenha pessoas que acompanhem a minha mulher como deve de ser, na sua doença, eu sinto-me feliz. Na outra parte, eu sou alentejano, sou do campo, vou ver o campo, os pássaros, o mar. Se isso acontecer sinto-me outra pessoa. Se a minha Maria Teresa morrer, eu morro em 50%, não vou para casa dos filhos, a minha Bélinha nem quer pensar, nem gosta que eu diga isso:” Oh pai, mas porque é que não vinhas para minha casa? Isso ofende-me, fazias a tua vidinha, sabias que eu estava presente, levantavas-te à hora que querias.” Mas a minha filha leva uma vida de trabalho, todo o dia fora de casa, das 8h à meia noite, e a essa hora, em vez de se ir deitar é que ela vai preparar as aulas para o outro dia.</p>	
----------------------------------	--------------------------	--	--

APENDICE 3b

SINOPSE DAS ENTREVISTAS À SRA. MARIA

Categorias de Análise	Subcategorias	Excertos das entrevistas	Análise
INFANCIA	Família	<p><u>P: Onde nasceu?</u></p> <p>Nasci no Ribatejo, sou natural de Torres Novas, no lugar de Carvalhal do Pombo, freguesia de Asentis. Tenho 90 anos já feitos, 2 filhos, 2 netos, um rapaz e uma rapariga. Vivi lá até aos 25 anos, Sai para casar e fui viver para Lisboa.</p> <p><u>P: Como recorda a sua infância?</u></p> <p>O meu pai era pedreiro e a minha mãe era doméstica. Éramos 6 e eu era a mais nova de todos, tinha muito carinho de todos. Era muito mimada. O meu pai não me batia e a minha mãe também não. Se partíssemos uma braçada de uma árvore ninguém ralhava. Fui criada com muita fruta, ainda hoje não me importo de fazer uma refeição só de fruta.</p>	Família de poucos recursos económicos, boa relação com a família, acarinhada pelos pais e pelos 5 irmãos, diz ter sido muito mimada por todos.
	Escola	<p>Andei na escola mas não fiz o exame da quarta classe, gostava mais de trabalhar, asneiras que a gente faz. Só mais tarde já casada e em Lisboa fui a exame porque precisava de ter a quarta classe para me empregar. Num mês preparei-me, fui a exame e passei.</p> <p>Quando saía da escola ia para casa da professora, estava sempre lá enfiada, fazia recados e estava por ali. Quando ela ia de férias ela trazia sempre uma prenda. Quando era para ir a exame adoeci com febre e não fiz o exame. Só quando casei é que tive que fazer a 4ª classe, precisava dela para trabalhar. Já tinha um filho, tinha uns 29 anos.</p>	Andou na escola, mas só fez o exame da 4ª classe em adulta, por necessidade de se empregar em Lisboa.

<p>INFANCIA</p>	<p>Atividades</p>	<p>Quando era miúda trabalhávamos muito no campo, o meu pai tinha propriedades e eu pequenita comecei a ajudar. Era Maria rapazola, subia as árvores, apanha frutas e comia, muito ativa, muito brincalhona, jogava a macaca, gostava muito de saltar a corda. Também gostava muito de fazer bonecas de trapos, arranjava-lhes nomes e ta é cigarros lhes punha na boca, tirava os pelos das cabras para fazer as tranças das bonecas. Fazia sapatos para os gatos com as cascas das nozes, eles entravam em casa e truca-truca-truca com os pés calçados com as cascas das nozes a fazer barulho (risos...). Lembrar-me tão bem de fazer isso, de calçar os gatos, tinha um gato muito meigo, fazia dele tudo o que queria. A minha meninice foi assim.</p> <p>Desde pequenita que eu gostava de em levantar cedo, tudo deitado e eu já pela casa fora, nem me lembro a fazer o quê, andava por ali. Ainda hoje gosto de madrugar, não gosto de sair de casa de noite, mas se por lá andar já não me importo de ficar. Mas sair de casa de noite não.</p>	<p>Já em pequenita ajudava nos trabalhos do campo, e presenta-se como Maria rapazola muito brincalhona, criativa e extrovertida.</p>
<p>JUVENTUDE</p>	<p>Família</p>	<p><u>P: Quer falar-me um pouco da sua família?</u></p> <p>R: Eramos 6 irmãos e eu era a mais nova. Lembro-me muito bem de estar ao colo do meu pai, nunca me lembro dele me chegar uma palmada, nunca me lembro do meu pai me bater. A minha mãe também não, não era muito de bater, não ralhavam com a gente, a gente fazia o que queria era uma liberdade, fazíamos brincadeiras nos ramos das árvores se partisse uma pernada da árvore ninguém ralhava. Tínhamos a liberdade toda e muita fruta, eu comia por onde queria por isso é que não tinha hora de almoço. Ainda hoje não me importo de comer uma refeição só de fruta, fui criada com muita fruta.</p> <p>O meu irmão mais velho era filho de outro casamento e tinha uma grande diferença de idade de mim. Lembro-me dele ter ido para a tropa e escrevia cartas a perguntar se eu ainda madrugava, sempre me levantei muito cedo, tudo na cama e eu andava pela casa fora, desde pequenita gostava de me levantar cedo.</p>	<p>A mais nova de 6 irmãos, recorda um pai e uma mãe meigos que nunca lhes bateram, nem ralhavam. Refere que sempre viveu rodeada de fruta e que ainda hoje é capaz de fazer uma refeição só de fruta.</p> <p>Relembra em especial os seus dos seus irmãos mais velhos: o rapaz na época da tropa, e a rapariga que trabalhava em casa de costura.</p>

JUVENTUDE	Família	<p>A minha irmã mais velha trabalhava em casa de costura, ajudava no campo quando podia.</p> <p>Aos 15 comecei a namorar com o marido com quem casei, ele era meu primo e diziam que isso era mau e eu já tinha na família uma situação de dois primos casados com duas filhas deficientes. Eu tive medo, e então, parámos muitas vezes de namorar.</p>	<p>Começou a namorar aos 15 anos com um primo, e interrompeu por sua iniciativa, várias vezes o namoro porque tinha receio de virem a ter filhos deficientes.</p>
ADULTO	Escola	<p>Não estudei. Trabalhava.</p>	
	Trabalho	<p>P: <u>Como ocupava o tempo na sua juventude uma vez que não estudou nem ia para a escola?</u></p> <p>R: As minhas irmãs iam para a jorna, iam para a fazenda e eu ia com elas também mondar, apanhar a erva no meio do trigo, tinha 13 anos e o homem pagou-me o mesmo que pagou as mulheres. Fiquei muito contente, apanhei-me com dinheiro, naquele tempo deviam ser 25 tostões não me recordei quanto era. Até tinha hora do almoço e eu achava que aquilo era uma grande coisa porque quando trabalhava em casa não havia hora de almoço. Isso pra mim foi como se fosse uma festa, ganhei a jorna e ainda tive hora de almoço.</p> <p>Eu era da terra dos figos e trabalhei numa espécie de fábrica. Espalmava-mos os figos e encaixotávamo-los, trabalhei lá bastante tempo. Estava lá desde manhã até as 5h, a trabalhar e o dinheiro era para os meus pais, depois das 5h fazíamos serão até as 9h e a minha mãe dava-me esse dinheiro pra mim. Nessas 4 horas eu e a minha colega tínhamos de fazer 15 quilos de figos espalmados e encaixotá-los.</p> <p>A fábrica faliu e eu ocupava-me em casa a lavar roupa para senhoras e a passar a ferro. Havia uma família que só tinha rapazes e a mãe não tinha jeito para fazer nada, eu é que tratava da roupa toda. Tinha uma irmã mais velha que trabalhava de costura em casa e ensinou-me qualquer coisa. Eu fazia calças e fazia tudo para aquela família, a mãe comprava o tecido as peças e mandava-me cortar sem medo, se estragasse ela dizia que estragava por conta dela, e eu</p>	<p>Desde garota que acompanhava as irmãs no trabalho do campo, e não esquece a sua primeira jorna, 25 tostões. Aos treze anos, ganhou a primeira jorna e é surpreendida porque pode descansar na hora de almoço, o que ela comparou a ir a uma festa, pois no campo com os pais, nem paravam na hora de almoço.</p> <p>Empregou-se numa espécie de fábrica de figos, onde permaneceu bastante tempo, e com o seu salário ajuda os pais. Fez sempre mais 4 horas extra para comprar o enxoval,</p> <p>Quando a fábrica faliu foi trabalhar para casa de</p>

	Trabalho	<p>afoitava-me, cortava sem medo, porque ela dava-me muita força, pelas camisas velhas eu desmanchava e cortava as novas, trabalhava em mais duas casas. Ainda fazia outras coisas, no intervalo de trabalhar nestas casas ia vender peixes. Havia um peixeiro que ia na minha terra e desafiou-me pra vender peixe à comissão, dava-me uns tantos quilos de peixe para eu vender por “x”, mas se eu vendesse por mais, o resto era tudo para mim. E eu lá fui, comprei um alguidar, lá ia com o alguidar a cabeça, com a balança pesos e tudo, não sei como eu aguentava tanto, tudo a pé. Andava quilómetros e quilómetros por dia. Eu safei-me com aquilo, ganhava bastante dinheiro, a minha mãe já estava viúva e eu é que ganhava para sustentar a minha mãe.</p> <p>P: <u>Guardava o dinheiro com algum objetivo?</u></p> <p>R: Ajudava os meus pais, e juntava para comparar o enxoval, comparar as nossas coisinhas, fiz muitas rendas para os lençóis do enxoval, para quê? Estão lá as coisas e nunca as usei. Quando fui viver para Lisboa levei-os mas ia sempre comprando, e os que estavam na mala deixava-os lá estar e fui comprando. Estive na Alemanha, e lá era empregada dos correios e tínhamos alojamento para os funcionários, para os filhos é que não. Tínhamos roupa de cama lavadinha e muito bem engomada, só lavava as nossas roupinhas. Quando vim de lá, tive de comprar mobílias, comecei do nada novamente, e a cama era mais larga, os lençóis já não davam. Tive de comprar outros.</p> <p>Trabalhávamos até tarde, e os rapazes iam nos esperar e faziam-nos companhia até casa, os nossos pais não se importavam porque vínhamos de trabalhar. Tudo o que fosse para ganhar dinheiro era bom.</p>	<p>senhoras, lavava roupa e passava a ferro, costurava para as senhoras. No intervalo destas senhoras ia vender peixe. Diz ter-se safado ‘com aquilo’, ser peixeira e ganhou bastante dinheiro. Por detrás desta superatividade estava sempre subjacente a preocupação em cuidar da família. Enquanto filha e solteira era a única irmã a prestar apoio económico à mãe viúva.</p> <p>Enxoval que acabou dentro da mala pela sua vida fora, refere que tinha de trabalhar, porque tudo o que fosse para ganhar dinheiro era bom.</p>
	Atividades Tempos Livres	<p>Fazíamos brincadeiras nos ramos das árvores, e, se se partisse uma perna da árvore ninguém ralhava. Tínhamos a liberdade toda e muita fruta, eu comia por onde queria por isso é que não tinha hora de almoço. Ainda hoje não me importo de comer uma refeição só de fruta, fui criada com muita fruta. Fiz muitas rendas para os lençóis do meu enxoval.</p>	<p>Continua a identificar-se com uma maria rapazola que gosta de andar em cima das árvores, livre, anda por onde quer</p>

<p>ADULTO</p>	<p>Família</p>	<p>O meu namorado já estava em Lisboa, e eu tinha-o deixado porque tinha receio de termos filhos deficientes por sermos primos direitos, os nossos pais eram irmãos, era sangue muito junto. Eu tinha quase 25 anos, o meu pai já tinha morrido e na confusão das partilhas tinham-me deixado quase sem nada. O meu namorado escreveu-me uma carta de Lisboa a dizer que eu estava melhor se estivesse casada, e eu respondi-lhe, que já tínhamos namorado tempo suficiente e eu não queria namorar mais, mas “se quiseres casamos daqui a 1 ano.” Na terra ninguém sabia que eu ia casar porque não me viam a namorar (risos...) Eramos como se fôssemos irmãos, conhecíamos-nos desde pequenos e brincávamos juntos e eu não queria namorar mais.</p> <p>Casei e fui pra Lisboa e a minha mãe ficou sozinha na terra abandonada, isto marcou-me muito, quando ou podia ela vinha pra Lisboa para o pé de mim, mas vinha muito mal-arranjada. As minhas irmãs moravam ao pé dela mas não lhe ligavam nenhuma, voltava para a terra e daí por algum tempo vinha outra vez ter comigo de rastos. Tempos difíceis.</p> <p>Quando casei não tinha nada, fui viver para um quarto mobilado. Mais tarde alugamos uma casa e nem cama tínhamos, era diferente dos dias de hoje, dávamos mais valor as coisas. Quando casam e têm tudo, não dão valor a nada. O meu futuro marido tratou dos papeis do casamento, um mês antes. Depois veio á terra para casarmos.</p> <p><u>Como sentiu a Transição da vida de solteira na aldeia para a vida de casada na cidade?</u></p> <p>Encarei esta mudança de uma forma normal. Não me senti vaidosa. Começámos do nada. Fizemos a festa toda à nossa conta, até o dinheiro das visitas do casamento foi para pagar 500 escudos que ele tinha pedido emprestados. Começámos do zero. O meu marido levou umas mercearias fiadas para fazermos a festa de casamento lá na terra.</p> <p>Cansei-me de trabalhar no consultório e o meu marido tinha ido trabalhar para Alemanha e resolvi ir ter com ele. Comecei a pensar que gostava de ter a minha mãe comigo e ter uma casa diferente, porque vivia ainda numa parte de</p>	<p>O falecimento do pai e a confusão e intriga entre familiares com as partilhas levaram-na a decidir casar com o primo e ir viver para Lisboa. Recorda a preocupação com que ficou por vera mãe abandonada lá na terra, sem a atenção das suas irmãs que moravam perto da mãe.</p> <p>Refere várias vezes o valor que dantes se atribua aos momentos únicos como o casamento e às dificuldades vividas para adquirir os bens necessários para partilhar uma vida e constituir família</p> <p>Na transição de solteira para a vida de casada é muito marcante no seu falar as dificuldades vividas e nível económico, iniciando a vida a comer a crédito na mercearia. Começa logo a querer trabalhar, para ajudar o marido a pagar os créditos à mercearia por conta da festa do casamento</p> <p>Resolve ir ter com o marido á</p>
---------------	----------------	--	--

ADULTO	Família	<p>casa. Resolvi ir para Alemanha pra ganhar a vida mas os meus filhos ficaram cá porque eu não os podia lá ter comigo. O mais novo ficou com uma irmã minha na terra e o mais velho ficou em Lisboa a estudar. Fui pra Alemanha de comboio e fiz a passagem de ano pelo caminho.</p> <p>Os meus filhos ficaram em Portugal, o mais novo com a minha irmã e o mais velho que estava a estudar em Lisboa veio depois estudar para Torres Novas. Entretanto eu tive de vir da Alemanha para tomar conta deles porque a minha irmã não queria ficar com os dois apesar de eu lhe pagar e bem. O miúdo mais velho ia para Torres Novas de bicicleta, e tinha de fazer todos os dias 13 quilómetros para cada lado e isso era muito puxado. Um dia uma vizinha convidou-o e levou-o ao circo, eu aproveitei para ir espreitar na mochila dele como é que ele andaria na escola, fui buscar a pasta dele e vi lá um caderno cheio de faltas e ele a assinar no meu lugar. Eu passei-me, tinha o ano perdido por faltas. Escrevi pra o meu marido a dizer-lhe que me ia embora porque ele não queria estudar, e ele tratou dos papéis e foi la ter comigo, já tinha 14 anos e era muito desenrascado. Alugámos um quarto para ele perto de do nosso alojamento, e ele estava connosco durante o dia, mas tinha de ir dormir lá. Eram regras que tínhamos de respeitar metemo-lo na escola, teve que ir para a primária. O meu marido depois combinou com um amigo que lhe ensinou o ofício de electricista enquanto estudava, começou a trabalhar desenvolveu bem e trabalhou muito nas ligações dos cabos telefónicos. Se ele continuasse no Carvalhal sozinho tinha-se perdido.</p> <p>Doença do marido O meu marido começou a ficar muito magro e um dia foram ele e os colegas da empresa fazer análises de rotina e eu pedi a um colega que avisasse ao médico que ele não comia nada, que o internassem, o colega assim fez, e ele foi internado e em pouco tempo descobriram-lhe um cancro. Ele já estava muito fraco e tiveram que lhe dar transfusões de sangue, eu quis raptá-lo do quarto. Foi operado e deram-lhe os papéis para ele vir para Portugal. Viemos e ele vinha cheio de esperança, ainda me mandou abrir um poço e fez uma planta para construir uma casa, ainda voltamos para Alemanha mas ele já muito fraco o que comia vomitava tudo. Entretanto morre a minha mãe tenho de vir eu outra vez para Portugal.</p>	<p>Alemanha, para dar melhores condições à família e à mãe , ainda vivia numa parte de casa.</p> <p>Os filhos tiveram de ficar em Portugal porque a Sra Maria não os podia ter lá com ela porque moravam em alojamento cedido pelos correios, mas só para os funcionários.</p> <p>Entretanto tem de vir da Alemanha para tomar conta dos filhos. Descobre que o mais velho tinha o ano perdido por faltas.</p> <p>Decide voltar para a Alemanha e levar o filho mais velho com ela, só o mais velho porque teria de ficar num quarto alugado.</p> <p>Marido adoece de repente</p> <p>Por causa da doença, (cancro galopante), do marido, homem novo de 47 anos, voltam para Portugal, mas ele ainda persiste em lutar, e mesmo bastante doente vão de novo para a Alemanha.</p> <p>Neste espaço de tempo morre também a mãe da Sra Maria,</p>
--------	---------	--	---

<p style="text-align: center;">ADULTO</p>	<p style="text-align: center;">Família</p>	<p>O meu marido entretanto apresentou-se ao trabalho, e eu fui lá pedir para não lhe darem trabalho porque ele estava muito fraco, entretanto voltou a ser hospitalizado e foi operado pela segunda vez. Depois de recuperar da operação começaram a insistir comigo para eu o trazer de novo para Portugal, dei as minhas voltas para conseguir que o reformassem. Voltámos, mas foi muito difícil para mim traze-lo de avião já tão debilitado, foi de ambulância até ao aeroporto mas lá dentro para entrar no avião colocaram tudo as minhas costas, foi uma aflição, como é que eu ia pô-lo dentro do avião naquelas condições? Negaram-me uma cadeira de rodas, disseram-me que o aeroporto não tinha, mas eu bati o pé o meu marido estava cheio de dores, paguei dois bilhetes de avião para ele poder vir deitado nos bancos. Durou mais 1 mês e 3 dias. Tudo isto se desenrolou em 10 meses.</p> <p>O meu marido faleceu e eu não tinha ninguém com quem conversar, senti-me muito sozinha, e o médico que tratou o meu marido vinha todos os dias a minha casa. Eu não sabia o que havia de fazer, o meu filho mais velho trabalhava na Alemanha e o mais novo estava cá em Portugal, aconselhei-me com o médico, fico com o mais pequenito ou vou para junto do mais velho? O médico ficou a pensar e disse-me: ” o mais velho precisa mais de si que do que o mais novo, é um menor numa terra estrangeira, precisa mais da mãe o mais novo está amparado pelos tios”. Desta vez voltei a Alemanha não pelo trabalho mas pra cuidar do meu filho</p> <p>Quando o meu marido já estava na fase final, um dos irmãos dele veio do norte visita-lo e o meu filho mais novo nem conhecia os tios, o meu marido pediu-lhe se ele não se importava de ficar a tomar conta do meu filho mais novo porque não estávamos nada satisfeitos com os tratos que a minha irmã estava a dar. Quando o meu marido morreu eu cumpri com o que estava combinado e o meu miúdo mais novo foi viver com o tio e eu apanhei o avião no Porto e fui para a Alemanha.</p> <p>Eu ganhava bem, e o meu filho vivia bem, e também se estava a habituar-se a gastar bem. Ainda lá fiquei por mais três anos. Entretanto ele fez 18 anos e eu dei-lhe a emancipação. Ele já estava a trabalhar no ramo da eletricidade, e passava muitos dias longe, quase não o via, já era independente e a minha preocupação voltou-se para o filho que tinha ficado em Portugal com os tios.</p>	<p>peessoa muito significativa para ela.</p> <p>Sra Maria consegue a reforma do marido e com ele já bastante debilitado vêm de novo para Portugal, mas foi muito difícil e doloroso trazê-lo de avião.</p> <p>Entre a doença se manifestar e a sua morte, foi tudo muito rápido, desenrolou-se em 10 meses</p> <p>A morte do marido trouxe-lhe uma profunda tristeza e solidão.</p> <p>Não tem com quem falar e pede conselho ao médico que a visitava todos os dias, o que fazer?</p> <p>uma vez mais é obrigada a fazer opções entre apoiar um filho em Portugal ou o outro na Alemanha</p> <p>A vida divide-a entre dois países onde tem os seus dois filhos. Depois de enviuar vivia só pelos filhos</p> <p>Vai viver para Torres Novas,</p>
---	--	---	--

ADULTO	Família	<p>Meti os papéis da reforma e resolvi voltar. Mas ainda lhe pus lá casa, até os cortinados lhe fiz.</p> <p>Fiquei a viver em Torres Novas, e fui buscar o meu filho mais novo a Espinho, a casa dos tios. Ele vinha muito atrasado na escola e no caráter. Não puxavam por ele, enfim... pulo num colégio particular em Torres Novas, comecei a apalpar a vida: tinha um dinheirito, tinha a minha reforma e a do meu marido, mais umas rendas de umas casas alugadas, pensei que me governava assim. Mas veio o 25 de Abril e só falavam de uma banca rota. Foi quando eu pensei fazer uma casa no Carvalhal, onde nasci, porque todos os fins de semana ia para o Carvalhal com o menino, que na altura tinha 9 anos.</p> <p>Em Torres Novas não conhecia ninguém, sentia que não tinha apoio de ninguém. Se em torres Novas se acabasse o dinheiro, sentia-me sem apoio. No carvalhal sentia-me mais apoiada, se precisasse de alguma coisa, conheciam-me e não me faltava nada, tinha lá as minhas amigas da juventude, vivi lá 25 anos, não foram 25 dias...</p>	<p>onde tinha casa própria, e coloca o filho em colégio particular para ele desenvolver porque o veio encontrar muito atrasado na escola e no caráter.</p> <p>Deita contas à vida e pensa ter rendimento suficiente para se governar.</p> <p>Começa a sentir-se muito só em Torres Novas, não conhecia ninguém, não tinha apoio de ninguém.</p> <p>Decide ir viver para a terra onde tinha uma casita herança dos pais. Tem lá as amigas do antigamente e sente-se mais apiada</p>
	Vida Profissional	<p>Depois de casar, fui morar para Lisboa, para a rua da polícia de Santo Amaro. Comecei logo a quer trabalhar, tivemos que trabalhar para pagar as mercearias da festa do casamento, e comíamos sempre do crédito que tínhamos na loja. Comprava o jornal para ver os anúncios. Em frente de minha casa havia uma fabriqueta de rebuçados, rebuçados de <i>santo Onofre</i>, embrulhei muitos, mas eu vim-me embora passados poucos dias porque era gente muito ordinária, malcriada, aquilo não era para mim e o meu marido não me queria lá.</p> <p>Depois procurei para ir trabalhar a dias. Trabalhava umas horas por dia, a ganha 200 escudos por mês, em casa de três mulheres solteironas: uma era professora de ginástica, a outra não sei e a terceira era uma velhota. Cada uma mandava em mim a determinadas horas. Não tinha horas para nada, à hora que havia de sair, estava uma delas sempre a entrar para a casa de banho para tomar banho, e eu tinha de esperar para limpar a casa de banho. Não fiquei lá</p>	<p>Pega em qualquer trabalho, é uma mulher de garra.</p> <p>Não se acomoda a qualquer situação, luta sempre por alcançar melhor condição de trabalho e respeito para com a sua condição de empregada.</p> <p>Sempre a lutar para conciliar</p>

ADULTO	Vida Profissional	<p>nem quinze dias. O meu marido foi-lhes lá pedir o dinheiro das minhas horas e elas pagaram-lhe.</p> <p><u>P:Como conciliava a vida de esposa, mãe e mulher trabalhadora?</u></p> <p>R:Tive dois anos sem ter filhos. Quando nasceu o primeiro filho, já estava numa situação melhor, quando nasceu ela disse que não me queria lá, mas eu com o conhecimento do presidente da Junta de Freguesia arranjei uma creche para o meu filho, e arranjei para trabalhar num consultório de médicos onde fazia um pouco de tudo: quando havia rastreios era eu que os fazia; fazia as marcações deles todos, atendia o telefone, fazia a limpeza, e tinha de comprar os produtos. Não era fácil, aos sábados metia uma mulher para me ajudar, por minha conta, porque era muito trabalho, o chão era encerado e não havia máquinas. Quando havia avarias era eu que tinha de tratar, chamava o electricista.</p> <p>Naquela altura não tínhamos dispensa do trabalho para cuidar de um recém-nascido. Eu tive um mês em casa mas tive de pagar a uma mulher para ficar no meu lugar. Agora têm tudo, quanto tempo ficam em casa? Levava o meu filho para o consultório, e dava-lhe mama lá.</p> <p>Com duas crianças pequenas, não era fácil, de manhã tratava das minhas coisas, da comida e roupas até as 9:30h porque entrava às 10h. Trabalhava muito mas ganhava pouco. Um dia o Dr Fernandes da Fonseca reuniu com os outros médicos para me aumentarem o ordenado, mas ou outros não quiseram e ele todos os meses me pagava mais um tanto só à conta dele.</p> <p>Vivia só pelos filhos. Eu não tinha férias, eu ia para a terra só uns diazitos porque não tinha ninguém que me substituísse.</p> <p>Morava em Lisboa, o meu marido já na Alemanha, deixei a parte de casa onde morava e com o desejo de trazer a minha mãe para o pé de mim, aluguei uma casa no Cacém. Mas estive lá só seis meses, a família não me apoiavam nada, e eu vinha todos os dias para Lisboa com o menino ao colo, fiquei muito cansada. Um dia peguei numa carta e escrevi ao meu marido e disse-lhe:</p>	<p>a vida de esposa mãe e mulher trabalhadora.</p> <p>Mostra-se desde sempre uma mulher decidida, que não espera por ninguém, vai e resolve.</p> <p>Mulher de decisões formadas e firme, diz-se ‘tesa’</p> <p>No seu discurso percebe-se que o marido tinha, também, como prioridade e objetivos de vida, a estabilidade financeira da família . Ambos muito lutadores foram</p>
--------	-------------------	--	--

REFORMADO	Vida Profissional	<p>“estou farta desta vida, ou vou para o Carvalhal ou vou para aí.” O que eu pensava tinha de fazer, o que decidisse estava decidido. Se eu dizia não era não mesmo. Era muito tesa, tanto que os meus filhos tinham mais medo de mim do que do pai. (G.7)</p> <p>Ao fim de um ano de trabalho já tínhamos comprado roupas para ele, tínhamos tudo pago, e ainda juntámos um conto de réis. Diz ele assim para mim “ <i>olha, já temos um conto de réis, ao fim de dez anos juntamos dez contos de réis.</i>”</p> <p>Ao fim de dez anos já tinha arranjado uma casita que herdei dos meus pais, gastei lá dez contos, já tinha arranjado vinte contos que estavam aplicados nos correios. Ele tinha dito que ao fim de vinte anos seria bom se juntássemos vinte contos, mas ao fim de dez anos já tínhamos os vinte contos e a adegas arranjada e ele ainda não estava contente, e foi para a Alemanha. Quanto mais se tem mais se quer, para quê, não vale apenas. Hoje penso de outra maneira que não pensava antes. Vejo que a vida é curta, e digo isso aos meus filhos, não vale a pena trabalhar tanto, o pão nosso de cada dia é quanto basta.</p> <p>Fui para lá trabalhar num restaurante, mas não podia ter os meus filhos comigo porque o meu marido era funcionário dos correios e éramos cedido alojamento, mas só para nós. Os meus filhos ficaram cá com familiares. Em três meses fui obrigada a aprender Alemão porque nos intervalos do trabalho do restaurante, tinha de ir a casa da patroa, que morava por cima, arrumar a casa e passar a ferro. Fiquei lá três meses, mas dei comigo a trabalhar ao Domingo de Páscoa, sem saber nada dos meus filhos nem do meu marido e desatei chorar.</p> <p>Depois houve trabalho nos correios e eu mudei. Fui também para uma cantina onde havia portuguesas, malcriadas, e ganhava pouco. Depois fui para uma secção onde só punha carimbos.</p> <p>Mais tarde, depois do meu marido morrer, voltei para a Alemanha para cuidar do meu filho mais velho que ainda era menor, e ganhar a vida para mandar dinheiro para Portugal para me criarem o mais novo. Fui trabalhar novamente para os correios; fui colocada na sala dos carteiros, fazia a limpeza. Éramos duas, um dia uma aspirava, a outra limpava o pó, no dia seguinte trocávamos. Então é que eu comecei a ganhar bem. Recebia o meu salário, e a parte da</p>	<p>vencendo as dificuldades económicas e prosperando na vida.</p> <p>O marido ainda não satisfeito com o seu nível de vida imigra para a Alemanha</p> <p>Hoje, a Sra Maria pensa de outra forma, diz que vida é curta e que o pão nosso de cada dia é quanto basta.</p> <p>As condições que encontra na Alemanha, na sua necessidade de buscar uma melhor condição económica de vida para a família, obrigam-na a deixar os dois filhos em Portugal., porque moravam em alojamento cedido pelos correios, mas só para os funcionários.</p> <p>Em três meses vê-se obrigada a aprender alemão a vencer as barreiras da comunicação.</p> <p>Passa por vários empregos até que consegue entrar para os correios, onde o marido trabalhava desde o início.</p> <p>Entretanto o marido adoece gravemente e vem a falecer em Portuga., e ela volta para a Alemanha e tem de deixar o filho mais novo em Portugal. Procura educar o filho mais</p>
-----------	-------------------	--	---

REFORMADO		ajuda relativa ao meu falecido marido. O meu filho vivia bem, e também se estava a habituar-se a gastar bem. Ainda lá fiquei por mais três anos. Entretanto ele fez 18 anos e eu dei-lhe a emancipação. Já o tinha ensinado a ser poupado, e a andar por bons caminhos, dei-lhe o exemplo, agora era com ele.	velho e dar-lhe os seus próprios exemplos de sentido de vida: ser poupada e andar por bons caminhos. Dá-lhe a emancipação e regressa a Portugal.
	Atividades Tempos Livres	<p>O que é que eu gozei da vida? Nada. Depois de enviudar é que gozei alguma coisa.</p> <p>Vivia só pelos filhos. Eu não tinha férias, eu ia para a terra só uns diazitos porque não tinha ninguém que me substituísse.</p>	<p>Este seu regresso já não tem como prioridade a vida económica, mas a sua preocupação com a educação do filho menor que vive sozinho num quarto alugado. Novamente tem de fazer opções e deixar em Portugal o filho mais novo entregue à educação de familiares.</p>
	Família	<p>O meu filho mais velho já era independente e a minha preocupação voltou-se para o filho que tinha ficado em Portugal com os tios. Meti os papeis da reforma e resolvi voltar.</p> <p>Fui viver para Torres Novas e levei o meu filho mais novo comigo que estava a viver com os tios em Espinho. Ele estava muito atrasado na escola e no seu desenvolvimento intelectual; comecei a puxar por ele e matriculei-o no colégio particular de Torres Novas, e pus-me a fazer contas à vida: tinha um dinheirito, mais a minha reforma, mais a parte da do meu marido e duas rendas que recebia, havia de chegar para viver e criar o meu miúdo.</p> <p>Não conhecia ninguém em Torres Novas, comecei a sentir-me muito sozinha, e o meu filho pedia-me para ir para a escola oficial. Todos os fins de semana ia ao Carvalhal com o miúdo, e resolvi fazer lá uma casa para estar perto das amizades de antigamente.</p> <p>O meu filho mais novo mora na Marinha Grande e tenho uma neta com 12 anos e um neto com 18. Vou bastante a casa deles aos fins de semana, mas nem todos, eles também têm a vida deles.</p> <p>Depois do meu filho casar, ainda fiquei 14 anos sozinha no carvalhal. Comprei um terreno, fui fazendo a casa ao meu gosto e virei agricultora, mandei plantar</p>	<p>Retrata-se como uma mulher de trabalho, que nunca tirava férias para descansar, nem gozar a vida. Só depois da morte do marido começou a aproveitar o tempo para o seu lazer.</p> <p>(Re)avalia os seus valores e sentidos de vida e decide deixar tudo na Alemanha para vir educar o seu filho mais novo. Filho mais novo mora a poucos quilómetros de Leiria e tem uma boa relação com a nora e os netos</p> <p>Novos projetos de vida: Apesar da idade avançada ainda luta para aumentar os seus rendimentos, cultiva e vende</p>

		<p>oliveiras e uma vinha. Criava galinhas e coelhos para eles trazerem quando lá iam. Vendia figos, vendia azeite, vendia as uvas e tirava rendimento de lá. Fiquei lá até aos 84 anos.</p> <p>Fiz a casa longe do lugar onde nasci, fiquei longe das amigas da infância, tinha poucas vizinhas e não tinha relação com elas, não as conhecia, sentia-me muito só. A vizinha que está mais perto tem 92 anos, aquilo está isolado, e já fizeram lá assaltos.</p> <p>Vivia o meu dia-a-dia. Vivia em função dos filhos apesar deles estarem longe.</p>	<p>azeite, figos e uvas.</p> <p>Vivia em função dos filhos</p>
REFORMADO	Trabalho	<p>O dinheiro acabou e fiz a maior asneira da minha vida. Mande vir os meus descontos da Alemanha, e fiquei sem reforma, mas acabei a casa.</p>	<p>Pede as prestações da segurança social na Alemanha, para acabar a casa e fica sem reforma.</p>
INSTITUCIONALIZAÇÃO	Transição para o contexto Institucional	<p><u>P:Como foi a sua transição de casa para o lar? (G.5)</u></p> <p>R: A minha Casa estava um bocado isolada, as minhas amigadas foram morrendo, já só há 3 pessoas no Carvalhal mais velhas do que eu; estava longe da vila, da farmácia, do cemitério, longe de tudo. Eu ia lá a pé, mas já se tornava perigoso e os meus filhos um dia fizeram-me a proposta de decidir uma de entre três coisas: ou punha uma mulher em casa para tomar conta de mim, ou ia para casa de cada um deles 6 meses, ou vinha para o Lar. Comecei a pensar: uma mulher para vir viver comigo, não há (isto foi há 6 anos atrás), andar de 6 em 6 meses a saltar da Alemanha para a Marinha Grande, não dá, vocês estão a trabalhar e eu fico sozinha na mesma. O mais velho foi para a Alemanha e o mais novo continuou a procurar. Um dia chega-me lá e diz-me:” vem daí comigo, vamos ver uma coisa a Leiria. Trouxe-me aqui e eu gostei. Escolhi vir para o Lar. Cá estou.</p> <p>Tenho lá a casa com tudo e está sempre ocupada, os meus filhos vão muito para lá, o meu filho mais velho já está reformado, vive na Alemanha mas vem cá muitas vezes com pessoas amigas. Quando ele cá está eu vou a casa., ainda lá estive em Abril.</p> <p>Não me custa ir a casa e ter de voltar para aqui. A minha nora já adaptou a casa ao jeito dela, mas para mim está tudo bem. Isto aqui para mim chega. Até gosto de estar aqui, gosto do meu quarto.</p>	<p>Já não se sentia segura em casa, as amigadas antigas foram morrendo e a casa estava um pouco isolada, longe do médico, da farmácia e do cemitério.</p> <p>Os filhos levam-na a tomar uma decisão. Escolhe vir para o lar.</p> <p>Vai a casa várias épocas por ano, sempre que um dos filhos lá está de férias.</p> <p>Habituada a fazer férias no INATEL, compara o género de serviço com o do lar e</p>

INSTITUCIONALIZAÇÃO	Transição para o contexto Institucional	<p>Eu já ia para o Inatel, depois de enviivar, e era este género. Conheci e fiz muitas amizades nas minhas viagens.</p> <p>Sentia-me bem naquele ambiente, ser servida, não precisava de fazer comer, eu gosto pouco de fazer comer, e a liberdade de ir à rua e andar por aí.</p> <p>Não me fez diferença vir para o lar. Eu estava cansada de limpar o quintal, era escrava daquilo tudo. Até a relva era eu que cortava. Comprei uma máquina e cortei a relva até vir para o lar. Tirei dali o sentido. Estava escrava da casa.</p> <p>Eu não conhecia nada de Leiria, mas senti-me num hotel.</p> <p>Nos primeiros dias não entendia nada disto. Na primeira noite ouvi a senhora do quarto ao lado chamar e eu fui lá. Ela disse-me para eu lhe mudar a fralda e eu mudei. Pensava que era para nos ajudarmos umas às outras.</p>	<p>gosta em especial porque não tem de fazer comer e sente-se livre porque pode sair à vontade.</p> <p>Sentiu-se num hotel.</p> <p>Pensou que era para se ajudarem umas às outras e no primeiro dia mudou a fralda à senhora do quarto ao lado</p>
	Gestão da casa	<p>As funcionárias fazem o que querem e lhes apetece.</p> <p>No princípio calava-me a udo, não conhecia os meus direitos. Mas depois comecei a conhecer e fiquei mais exigente..</p>	
	Atividades propostas pela instituição	<p>Quando cheguei estava cá o Ricardo e fazíamos mais coisas, agora não fazemos quase nada. No primeiro ano que cheguei fazíamos passeios, tínhamos todos os anos uma sardinhada, agora já há dois anos que não há. Dizem que não conseguem cozinheira para cá vir. Eles não têm uma pessoa efetiva para animar os velhos,</p> <p>As da limpeza estão sempre a chamar a animadora para fazer coisas que não lhe compete, e ela coitada faz o que as mais velhas lhe mandam.</p>	<p>Não há uma pessoa efetiva para animar os velhos, não fazem quase nada.</p> <p>A técnica de animação é estagiária e por isso não tem um estatuto dentro da instituição que lhe permita exercer autoridade na sua área de trabalho e definir os seus objetivos de atuação.</p>
		<p>Logo pela manhã vou à fisioterapia, faço a minha cama, marco roupa, vou lá abaixo ler o jornal, os outros pedem-me muitas vezes para lhes fazer compras</p>	<p>Tem uma rotina diária de atividades dentro e fora do</p>

<p>INSTITUCIONALIZAÇÃO</p>	<p>Ocupação de tempos livres</p>	<p>na farmácia e no supermercado. Vou pagar a água às empregadas, vou á perfumaria comprar coisas para as empregadas, vou ao banco fazer recados para quem me pede. Sinto-me bem a ser útil.</p> <p>Não gosto do café daqui, vou tomar o café à rua, e às vezes vou ao pastel de nata.</p> <p>Quando vim de casa parece que nem andava bem na rua, não conhecia nada, até parece que andava tonta. Mas habituei-me a esta vida e gosto. Penso que se tivesse ficado em casa já tinha ‘patinado’, não conseguia fazer o que precisava. Em casa não tinha convívio. Eu gosto até do convívio das pessoas que encontro na rua, mesmo que não as conheça, são mais comunicativas do que as pessoas de Torres Novas.</p> <p>O animador sentava-se ali na mesa e esperava que nós fôssemos lá ter com ele. Só ia quem queria. As ideias eram dele e nós tentávamos fazer aquilo que ele queria.</p> <p>Vou buscar livros à biblioteca, e tenho de ir renovar o meu cartão que caducou.</p> <p>Estou a ler o livro da vida do Salazar, no tempo da guerra colonial. Gosto de ler os livros do José Rodrigues dos Santos. Tenho de empatar o tempo de alguma maneira</p> <p>Tiro cafés no bar para os outros</p> <p>Gosto muito de jogar às cartas, à sueca e ao burro, e eu chamo as outras todas para jogar.</p>	<p>lar, onde faz muitos recados aos outros utentes e às empregadas. Anda sempre na rua (estamos a falar de uma idosa de 90 anos).</p> <p>Em casa não tinha convívio. No lar e nas saídas que faz à rua gosta muito do convívio-</p> <p>Nem sempre posso fazer o que eles me pedem, nem sempre estou livre, quando vou á rua não posso fazer o que eles querem.</p> <p>Requisita livros na biblioteca municipal. Gosta de ler romances e histórias, e diz que tem de empatar o tempo de alguma maneira.</p> <p>Gosta muito de jogar ás cartas</p>
<p>INSTITUCIONALIZAÇÃO</p>	<p>Sonhos</p>	<p><u>P:Tem algum sonho por realizar?</u></p> <p>“Em Setembro vou à Alemanha ver a cozinha nova do meu filho. Vou lá uma a duas vezes por ano. Eu gosto de ir vendo a evolução. Quero ir ver o quintal e as coisinhas que lá plantei, quero ver como estão. E indo uma vez à piscina já fico contente, são águas minerais, águas quentes com repuxos muito bons para o corpo. Costumava até de dizer ao meu filho que se houve-se uma piscina dessas em Torres Novas dava tudo quanto tenho para ir para lá todos os dias.</p>	<p>Ainda hoje, aos 90 anos faz viagens de avião, entre Portugal e a Alemanha, praticamente sem acompanhante .</p>

		<p>Este ano vou com a minha neta, os meus filhos não querem que eu vá sozinha, mas ela só tem doze anos, eles querem que vá acompanhada, e colocam um homem à saída do aeroporto com um papel com o meu nome, mas eu não ligo nenhuma para aquilo. A primeira vez passei pelo homem, mas eu não me quis identificar e continuei; cheguei lá fora liguei ao meu filho que ficou muito admirado como é que eu tinha passado pelo acompanhante sem ele se aperceber. Se calhar estavam à espera de uma velhinha de bengala!</p>	
	<p>Qualidade de vida</p>	<p>P: <u>Sente que tem uma vida com qualidade?</u></p> <p>R: Sim, tenho. Eu não penso na idade. Sinto-me realizada. Só me falta ver um bisneto. O meu maior desejo é ter saúde até morrer. Que Deus me dê uma morte santa. Quando morrer morri, o que não quero é sofrer, vejo aqui tantos exemplos. Se chegar ao ponto de precisar de uma sonda para me alimentar, prefiro morrer, e já disse várias vezes à responsável do lar que se isso acontecer quero que me deixem morrer de fome, mas viver assim não quero.</p>	

APÊNDICE 3c

SINOPSE DAS ENTREVISTAS À SRA ROSA

Categorias de Análise	Subcategorias	Excertos das entrevistas	Análise
INFANCIA	Família	<p><u>P:Onde nasceu?</u> Nasci em Santana da Serra, Ourique, Beja- Alentejo. Tenho 77 anos, vivi lá até casar aos 28 anos. Depois casei e fui viver para a Guia.</p> <p><u>P:Como recorda os seus pais?</u> Eram muito meus amigos. Éramos uma família pobre mas muito unida. A minha mãe era doméstica e vendia numa tendinha umas coisas pelo campo, e o meu pai era pedreiro. Éramos 4 irmãos, duas mulheres, dois homens. Eu era a mais nova de todas. Fui a última a casar. Para os meus irmãos e meus pais eu era a 'Rosinha', e recordo isso com muito carinho, era muito doce ouvir tratarem-me assim. A minha mãe foi boa mãe, mas o meu pai apercebia-se mais da minha vontade de ser e fazer as coisas. Queria ajudar-me. Defendia-me muito. Os meus pais davam-se muito bem. Fui acarinhada por eles e pelos irmãos também.</p> <p>.</p> <p><u>Tem algum episódio que a marcou na infância?</u> Gostava de brincar com trapos, eu fazia bonecas de trapos, era a minha distração. A minha mãe fazia a costura pra os filhos e eu de pequenita ia deitando o olho Quando eu tinha 5 anos, a minha irmã tinha 10, a minha mãe comprou uma máquina de costura. O homem que foi montar a máquina disse para a minha mãe:” <i>chame lá as meninas para eu lhes ensinar a mexer com a máquina</i>”. Eu já estava aos pulos quando ele disse aquilo. Aprendi logo a coser aos 5 anos. A minha irmã mais velha experimentou, e eu já de olho na máquina, experimento e pé no pedal, “<i>tuca, tuca</i>” lá vou eu a coser o bocado de pano. O homem olhou para aquilo e disse “<i>esta vai ser costureira</i>”. E aos 18 anos já era costureira.</p>	<p>Família unida e muito acarinhada pelos pais e irmãos. A “Rosinha” era um doce ouvir chamarem-me assim.</p> <p>Forte ligação ao pai.</p> <p>A compra da máquina de costura pela mãe quando tinha 5 anos determinou o seu futuro de costureira</p> <p>Viu na mãe o modelo de costureira. Aos cinco anos cose à máquina pela primeira vez</p>
	Escola	Eu não andei na escola. No meu tempo as crianças iam trabalhar para o campo. Só os	<p>Não estudou. É analfabeta, mas</p>

INFANCIA		filhos dos ricos é iam para a escola. Eu aprendia tudo com muita facilidade e não quis ir para a escola, não vi necessidade, antes quis ir para a costura. Comecei a trabalhar muito cedo em casa, a lavar roupa, a dar pontos, os trapos.	aprende tudo com muita facilidade. Preferiu aprender costura
	Atividades		Fazia bonecas de trapos e costurava cortinados de chita lá para casa
JUVENTUDE	Família	<p>O meu pai ia a Ourique, a pé, só para me comprar verniz para as unhas, tinha eu 14 anos. O meu pai tinha gosto de me ver arranjada, e eu sentia-me muito feliz. O meu pai era uma pessoa muito importante para mim, apoiava-me em tudo, dava-me muito carinho. Recordo-me de muitas coisas boas passadas com os meus irmãos, eram muito meus amigos</p> <p>O meu namoro: Comecei a namorar aos 20 anos. Conheci um rapaz bonito, vistoso. Mas a minha mãe nunca o aceitou, porque os pais dele venderam as fazendas todas para pagar dívidas e ele ficou sem terras. Começaram as críticas lá na terra e não avançámos com o namoro. Gostei de um rapaz mas não deu certo porque a havia muita inveja dos vizinhos. Numa altura fui costurar para os donos de uma quinta e o filho deles gostou muito de mim, mas nunca falámos. Mais tarde ele casou, enviuvou e queria casar comigo</p>	<p>Continua muito ligada ao pai pela juventude fora.</p> <p>Namorou um rapaz bonito e vistoso, mas mãe não aprovou o namoro porque a família tinha dívidas e havia muitas críticas lá na terra</p>
	Escola		
	Atividades Tempos Livres	<p>No meu tempo, não havia tempos livres era só trabalhar. Começávamos logo de crianças a aprender a lida da casa para ajudar a nossa mãe e os rapazes iam para o campo aprender o ofício.</p> <p><u>P: Recorda-se da sua primeira experiência de costureira?</u></p> <p>Fui pouco à escola, mas lia alguma coisa. Já havia a burda, revista de costura, e quando eu consegui apanhar essa revista lá na minha terra, foi uma festa porque comecei a fazer roupa pelos moldes. Eu era capaz de transformar o nº 38, por exemplo, no molde nº40. Eu de noite até sonhava com os moldes. Naquele tempo não havia roupa já feita á venda. A minha mãe comprava peças de chita</p>	<p>Ocupava todo o seu tempo da juventude a trabalhar.</p> <p>A sua primeira peça de costura foi uma camisa para o irmão e pregou-lhe uma partida, colocou as mangas ao contrário.</p>

<p>JUVENTUDE</p>	<p>Atividades Tempos Livres</p>	<p>para eu fazer coisas lá para casa, cortinados, cortinas para os móveis, etc. A minha primeira peça foi uma camisa para o meu irmão, com 15 anos “enganei-me” e preguei-lhe as mangas ao contrário, mas foi de propósito para lhe pregar uma partida.</p> <p><u>P: Episódio marcante da juventude</u></p> <p>Fui aprender a fazer calças. No primeiro dia aprendi a chulear na máquina e a fazer umas calças de ensaio. No 2º dia chego lá e a D. Irene diz-me “ estão aqui umas calças do meu filho. Faz outro par para ele por estas”. Isto está gravado no meu coração! E eu respondi-lhe “ Eu? Mas eu não sei fazer calças! eu vim para cá para aprender!” Faz pela medidas das outras, e eu fiz. No outro dia monteias e dei-lhas para ela ver. Ao fim do dia ela disse-me “não precisa de vir cá mais vezes.” E eu respondi-lhe:” mas o que é que eu fiz de errado?” e ela: “Não importa, amanhã já não precisas de vir”. Cheguei a casa e disse à minha mãe que já não ia para a D. Irene e ela disse “mas o eu é que aprontas-te por lá?” e foi informar-se com a .a Irene. Ela disse-lhe: ”o eu é que ela anda aqui a fazer, se ela montou e fez as calças para o meu filho com uma pinta!...a sua filha está apta a fazer calças, não precisa de andar aqui a perder tempo.” E eu fiquei toda contente e a minha mãe também. Havia poucas mulheres naquele tempo a fazer calças. E eu especializei-me, até fazia calças para senhores de Lisboa, bancários e tudo. Aquilo foi um espanto, fiquei famosa com as calças. Não era para me gabar mas eu sabia o que fazia.</p>	<p>Aprender a fazer calças numa senhora, a D. Irene marcou a sua vida.</p> <p>Forte motivação para fazer coisas diferentes, muito gosto pela costura</p>
<p>ADULTO</p>	<p>Família</p>	<p>Casou aos 28 anos. Nunca fui muito feliz no casamento. Tinha responsabilidade no casamento, mas ele tinha ciúmes e gostava de uma pingazita, mas nunca me bateu. Ele tinha medo que eu o deixasse, porque eu tinha a minha independência, sempre trabalhei e era tudo a meias. Eu queria um homem mais ao meu jeito, não pensávamos do mesmo jeito. Ele chorava muito, saía e vinha tarde, e eu dizia-lhe que o que estava entre nós era o vinho. A minha irmã era muito ciumenta, tivemos alguns problemas por isso, a coisa nem sempre corria bem entre nós.</p>	<p>Nunca foi feliz no casamento. O marido bebia, mas nunca lhe bateu. Criou três sobrinhas como filhas, não teve filhos.</p>

ADULTO	Família	Sou madrinha de todos os meus sobrinhos, tenho três sobrinhas que ciei como se fossem minhas filhas. Pensei que um dia elas me dariam apoio numa necessidade. A minha irmã cheia de ciúmes porque eu era mais ativa, desenrascada na vida do que ela.	
	Vida Profissional	<p>Tive dois patrões depois de casar, 10 anos em casa de cada um. Eu era a governanta e o meu marido era sempre o chofer. Eu fazia de tudo, eram estrangeiros ricos que vinham viver e fazer negócios no Algarve. Nenhum deles tinha esposa, eram casas grandes, davam muitas festas e era sempre a Sra. Rosa para tudo. No segundo caso, o patrão andava sempre fora e o meu marido com ele, e eu passava semanas sempre sozinha em casa. Foram tempos muito difíceis para mim dos quais não guardo boas lembranças. Muito trabalho e muita solidão. O meu marido entretanto adoeceu e voltámos para a nossa casa. O meu marido faleceu em três meses.</p> <p>Fizeram uma cantina na escola e convidaram-me para ser a cozinheira. Estive lá vinte anos. Eu era muito estimada por todos e o presidente da Junta de Freguesia sabia que eu estava habituada a fazer muitas festas e gostava de cozinhar, e foi a minha casa desafiar-me para tomar conta da cantina que ia abrir na escola. Foram os anos mais felizes da minha vida, cozinhar para aqueles gaiatos todos virou uma paixão, andavam sempre de roda de mim: 'tia Rosa, o que é amanhã o almoço?'</p> <p>Gostei sempre muito de cozinhar. Convidavam-me para ser a cozinheira de muitas festas. Cozinhava com paixão. Amava fazer aquilo.</p> <p>O que eu mais gostava de fazer eram as festas de natal em casa do presidente da câmara</p>	<p>Foi governanta durante 20 anos, em casa de dois estrangeiros ricos no Algarve, onde o marido era chofer. Trabalhou muito mas sentia-se muito sozinha. Tinha muita facilidade em aprender e tornou-se numa grande cozinheira.</p> <p>Foi cozinheira 20 anos na cantina da escola da sua terra. Cozinhava com paixão, amava o que fazia e o convívio com os gaiatos, era a sua razão de viver.</p>
	Atividades Tempos Livres	Nunca deixei a costura. Era o meu entretém. Também fazia muitas rendas e malhas. Fazia para as sobrinhas e amigas.	Costura, malhas e rendas eram as suas atividades de tempos livres
TERCEIRA IDADE	Família	Em dois dias fiz uma ecografia e fui com uma esperança, mas a médica de família diz-me de repente: <i>"essa mama é para sair"</i> . Descobre-se um cancro. Eu já tinha o desenvolvimento da doença da minha irmã e fiquei chocada. O meu coração aí começou a desafinar. O meu coração aí começou a desafinar.	O choque de saber que tinha um cancro na mama e o trauma das consequências da quimioterapia

TERCEIRA IDADE	Família	<p>A quimioterapia custa muito, é olhar a comida e ter nojo, dores no corpo, agonia, a auto estima perdida. Perde-se o gosto de viver, de se arranjar, de se pintar...os dentes caíram-me, o cabelo caiu-me todo numa noite... só quem passa por isso é que consegue dar valor. Ficava profundamente triste.</p> <p>A minha casa é de primeiro andar, com os quartos em cima. Depois da operação tinha de ir muitas vezes à casa de banho, desequilibrava-me muito e andava escada abaixo, escada acima. Tive de fazer a cama cá em baixo no sofá mas estava mal instalada, e sozinha em casa. Perdi muito a minha autoestima. Tão ativa e não poder trabalhar mais!</p> <p>As minhas duas sobrinhas tinham ciúmes uma da outra. A que não tinha pais, eu cuidava mais, tirava de mim para dar para ela, que andava muito bem arranjada, mas não tinha como dar igual para a irmã.</p> <p>Quando adoeci esperava que me visitassem e ao menos me dessem uma palavrinha de apoio, mas nem isso. Foi um desgosto, perdi o emprego e fiquei sozinha, só entregue às vizinhas. Não esperava beijos nem abraços, mas um pouco de carinho delas</p>	As dificuldades na recuperação pós operatória e a falta de apoio familiar e o sentir-se sem forças para trabalhar foi um choque para ela.
	Reforma	Reformei-me com 70 anos, e vim quase logo para o lar. Tinha me reformado à pouco tempo quando se descobriu o cancro, a minha auto estima foi-se abaixo. Senti-me muito só. É muito diferente precisar de um copo de água e ter alguém em casa que lho dê ou não ter ninguém.	Tinha-se reformado á pouco tempo quando lhe aparece cancro na mama A doença deitou-lhe a auto estima por ai abaixo. Solidão
	Atividades		Rendas, costura, antes de adoecer.
INSTITUCIONALIZAÇÃO	Transição do contexto familiar para a institucionalização	<p><u>P: O que foi para si vir para o lar?</u></p> <p>Antes de vir já sonhava em vir para o lar. Imaginava que o lar me dava mais conforto, que eu pudesse plantar uma florinha, pensava que podia colaborar com a senhora que faz as ementas.</p> <p>Sonhava ter conforto, segurança, animação que eu precisava. Vinha vazia de carinho. Vim para o lar para fazer disto a minha casa da velhice</p>	Vir para o lar foi projetado e sonhado. Veio em busca de segurança, conforto, carinho e animação. Vinha vazia de carinho. . Decide fazer do lar a Casa da sua velhice.

INSTITUCIONALIZAÇÃO	Transição do contexto familiar para a institucionalização	<p><u>P:Como se sentiu nos primeiros dias quando veio para o lar?</u></p> <p>Eu preparei-me para vir para o lar. Não queria ir para um lar onde me despejassem lá. Eu programei-me para vir para cá. Não pedi conselhos a ninguém, eu ainda me achava capaz de resolver a minha vida. Mas vir para um lar não é fechar a porta à chave de nossa casa e pronto já está. Não é assim. Temos de vir bem conscientes do que vamos fazer.</p> <p>Sabia que tinha horários para cumprir, porque sabia que em minha casa era só eu, mas aqui tinha de mudar. Eu namorei-me a mim mesma três meses para me preparar para vir.</p> <p>Eu vivia sozinha em casa e quando cheguei ao lar, nos primeiros tempos eu isolava-me muito no quarto. Cheguei cá muito mal, porque trouxe aquela mágoa das minhas sobrinhas não me apoiarem. Vim muito mal, isolava-me muito, mas isso já vinha de casa, já não me apetecia sair nem conviver. Foi muita química para o meu corpo. Andava sempre a caminho do hospital, cinco semanas seguidas, foi muito. Andava cansada.</p> <p>Depois comecei a desabafar com a terapeuta ocupacional, ela procurava-me muito para falar comigo. Decidi fazer do lar a casa da minha velhice. Namorei-me para isso.</p> <p>P: como se ocupa no lar?</p> <p>No início não participava muito nas ocupações, mas depois o médico disse-me que me fazia bem e eu comecei a vir. A terapeuta ia-me buscar ao quarto porque no início eu não vinha às atividades.</p> <p>O passeio que damos abre-nos os horizontes. As coisas até parecem diferentes, mais vivas.</p> <p>Eu gosto muito de bordados e de costurar. Eu gosto de inventar, invento as minhas habilidades. Agora ando a fazer cestos em croché a partir de garrafões de água</p>	<p>Namorou-se a si própria para vir porque sabia que vinha encontrar regras e que tinha de mudar algumas coisas em si, isto não era só dela, não era como a sua casa.</p> <p>A técnica de intervenção procura-a muito, falavam muito as duas.</p> <p>No início de estar no lar não participava muito nas ocupações.</p> <p>Gosta muito de costurar e fazer rendas e malhas. Gosta de inventar as suas habilidades.</p>
	Família		
			<p>Estou há dois anos e meio no lar. Estou diferente. A outra Rosa que se fechava no quarto já não existe. A terapia ocupacional puxou muito por mim. Fizeram comigo um</p>

<p>INSTITUCIONALIZAÇÃO</p>	<p>Projeto(s) de vida</p>	<p>dossier de projetos que me impressionou, chama-se “<i>dossier das habilidades da D. Rosa</i>”: na primeira folha tem uma mão, é a minha impressão da mão esquerda feita com tinta. Tem uma flor em filtro e um cavalinho. Eu escolhi estas coisas, e ficou com espaço para colocar mais coisas. Eu quando era nova andava a cavalos, gosto de animais. Gosto de jardim, gosto de flores. Foi tudo feito por mim. Quando vou para a cozinha fazer bolos pomos as fotografias aqui no dossier.</p> <p>O dossier foi muito estimulante para mim, e eu tenho sempre trabalho pendente para fazer, nunca fico parada e isso anima-me. Por exemplo, (e desfolha o dossier para a investigadora ver): <u>Quadro das mensagens positivas</u>: eu dizia palavras importantes e a terapeuta escrevia: amor (trás muitas coisas boas)Alegria (porque as coisas correm bem); Amizade (vivemos mais felizes com a amizade);Bonito (amor, paz, alegria é bonito); Paciência (Ser paciente comas coisas menos boas);Flores (é muito bom, faz a casa bonita, dá alegria);Esperança (tudo o que há-de vir de bom).</p> <p><u>Tem uma parte de escrita, para aprender mais, sei escrever pouco</u>. Isto para mim é muito rico. Sinto que me dão valor e isso levantou a minha auto estima que vinha muito em baixo.</p> <p><u>Desenhei as minhas mãos</u>: a esquerda e a direita <u>Escrevi na mão esquerda</u> o que ultrapassei de mau na vida: Tudo ultrapassei, na doença Febres aos 17 anos, estive muito doente Arritmia Desprezada pelas sobrinhas quando precisei <u>Escrevi na mão direita</u>: (coisas boas da minha vida) Ninguém me tirou aquilo que eu queria viver (ninguém me tirou a minha fé nem os meus projetos, o que eu queria viver- vir para o lar)</p> <p><u>Zona de receitas</u>: para escrever receitas, mas primeiro tem de aprender a escrever. <u>Zona de fotografias</u>: tem já a foto das três sobrinhas.</p> <p><u>Mensagens de Deus no lar</u>: escrito no desenho dos dedos das mãos – Curei-me das doenças, venci o cancro Visita ao templo maior em Lisboa, conheci o bispo Macedo</p>	<p>estar diferente. A Rosa que chegou ao lar há dois anos e meio, deprimida e que se isolava no quarto, já não existe.</p> <p>A atenção que recebe dos outros fá-la voltar a ter vontade</p>
----------------------------	---------------------------	--	--

<p>INSTITUCIO- NALIZAÇÃO</p>	<p>Projeto(s) de vida</p>	<p>Fazem-me sessões de relaxamento com música e tudo. Dão-me muita atenção e amizade e eu aprecio a amizade pura e rica, chegar aqui e ter uma pessoa que me compreendesse foi muito importante.</p> <p>Eu não era amiga de ginástica, mas eu comecei a envolver-me.</p> <p>Também comecei a fazer tapetes com trapos, cosidos na máquina de costura. Fiz uma saia para a “<i>minha menina</i>”, é a minha colega de quarto. Fez-me recordar muitas coisas antigas feitas na minha máquina de costura. Gostava de ir ajudar a cozinheira aqui do lar, e até os fazia poupar nas ementas, mas as regras não permitem e tenho pena!</p> <p>Foi importante para mim ter encontrado aqui no lar a terapeuta ocupacional que me deu muito apoio, a diretora também me ajudou muito e o médico, foram todos muito meus amigos e estimaram-me muito, e isso foi muito importante.</p> <p>Sinto-me bem no lar, mas necessito de inventar as coisas que faço</p> <p>Faço cestos de renda, com a base de um garrafão de água. É uma espécie de um sonho, imagino e faço.</p> <p>As atividades levantam-me o astral. Sem a terapia não sei como estaria. Gostava de ter uma máquina de costura no meu quarto. Quando me deito sonho com os trabalhos que vou fazer, e pela manhã começo logo a trabalhar nisso. Faço o desenho. Para mim é muito bom ter trabalho para fazer, ocupa-me a cabeça e não penso, se não tenho nada para fazer fico apática.</p> <p>Aqui no lar temos espaços verdes e eu gosto de ir fazer renda para baixo das árvores.</p> <p><u>Cuidar da colega de quarto:</u></p> <p>Sinto-me bem a cuidar da minha colega de quarto. Chamo-lhe a “<i>minha menina</i>”. Parece que Deus a enviou para o meu quarto para me ajudar também a levantar a moral. Ela vinha muito só, muito desorientada. Orientei-a quando ela chegou aqui ao lar.</p>	<p>de viver</p> <p>Volta aos seus antigos projetos</p> <p>Reconhece que a terapia ocupacional e a equipa de técnicos do lar mudaram a sua vida.</p> <p>As atividades levantam-lhe o astral. Se não tem nada para fazer sente-se apática.</p> <p>Cuidar da colega de quarto é uma forte motivação que a faz sentir-se útil, e levanta-lhe a moral.</p>

<p>INSTITUCIO- NALIZAÇÃO</p>	<p>Qualidade de vida</p>	<p><u>O que lhe dá força, hoje para viver, que sentido dá à vida?</u> É isto tudo, o convívio, ter forças para fazer as coisas, fazer coisas novas, as minhas habilidades. Tenho qualidade de vida, sim. Se eu hoje chegasse à minha terra, todos se iam admirar, estou mais forte, mais feliz, tenho um sorriso na cara e quando de lá sai vinha muito em baixo. Pus tudo de lado, aqui é o final da minha vida, aprendi a viver aqui, esta casa tem todas as condições: asseio, higiene, boa alimentação, as empregadas são simpáticas para mim. Sinto-me feliz e apoiada aqui. A vida são etapas, não posso querer fazer agora o que fazia aos 30 anos, tenho de fazer. A minha etapa agora é fazer o melhor possível para me agradar a mim e agradar ao meu próximo para agradar a Deus, que não me posso esquecer de Deus. Tenho um projeto atual muito importante que é cuidar da salvação da minha alma. Um dia morro, o corpo vai-se, mas há algo em mim que não morre e é eterna que é a minha alma, por isso tenho de lutar pela salvação da minha alma.</p>	
----------------------------------	--------------------------	---	--

APÊNDICE 3d

ANÁLISE COMPARATIVA DAS TRAJETÓRIAS DE VIDA E SENTIDOS DE VIDA DOS TRÊS SUJEITOS ESTUDADOS

Categoria de análise: Infância			
Subcategorias	A - S. António	B - Sra. Maria	C - Sra. Rosa
Família	Sujeito institucionalizado em lar de idosos, hoje com 87 anos de idade. Nascido no Alentejo, tinha um irmão, mas o Sr. António era ao preferido do pai. Era muito acarinhado pelos pais. Família feliz e unida. Pai industrial bem-sucedido. Mãe doméstica	Sujeito institucionalizado em lar de idosos, hoje com 90 anos de idade. Nascida em Carvalhal do Pombo, Torres Novas, A mais nova de seis irmãos, nasceu no seio de uma família humilde e de fracos recursos económicos. Acarinhada pelos pais e irmãos, no total de cinco. Pai era pedreiro. Mãe doméstica	Sujeito institucionalizado em lar de idosos, hoje com 77 anos de idade. Nascida em Santana da Serra, Ourique, Beja. A mais nova de cinco irmãos, proveniente de uma família pobre, mas humilde. Recorda os pais e os irmãos com muito carinho, e lembra a ternura com que a tratavam: “a Rosinha” era um doce ouvi-los chamarem-me assim”. Forte ligação ao pai que a compreendia e apoiava Viu na mãe o modelo de costureira. Aos cinco anos cose à máquina pela primeira vez. A compra da máquina de costura pela família quando tinha 5 anos determinou o seu futuro de costureira.
Escola	Bom estudante, criança dócil e obediente	Frequentou a escola, mas era mais amiga de andar com as irmãs mais velhas na monda do trigo do que de estudar:	No seu tempo só os ricos é que estudavam. Não estudou. É analfabeta, mas aprende tudo com muita facilidade. Preferiu aprender costura.
Atividades de tempos livres	Muito criativo, na carpintaria do pai começa a fazer aviões de madeira sem nunca ter visto nenhum ao vivo	Maria rapazola, gosta de subir às árvores e comer fruta. Muito criativa, faz bonecas de trapos e calça os gatos com cascas de nozes.	Fazia bonecas de trapos e costurava cortinados de chita lá para casa
Categoria de análise: Juventude			
Família	Começa a namorar a atual esposa aos 14 anos, namoro muito formal e vigiado, mas correspondido.	Namora um primo direito, mas termina várias vezes o namoro porque tem receio de vir a ter filhos deficientes, exemplo que já existia na família.	Namorou um rapaz bonito e vistoso, mas mãe não aprovou o namoro porque a família tinha dívidas e havia muitas críticas lá na terra

Escola	Estuda e aos 16 anos entra para a Escola Naval Depois entra para a Escola de Aviação Gago Coutinho e segue a profissão e paixão de aviador	----	Não estudou, dedicou-se a aprender costura
Trabalho	Caracter bem definido, sabe o que quer. Os seus sonhos vão além da carpintaria do pai. Realiza o sonho de ser piloto.	Sobrevaloriza a sua relação com o trabalho em detrimento de outras áreas da sua vida, como a vida sentimental. Mulher decidida, super ativa tem vários trabalhos para enfrentar as dificuldades económicas	A sua primeira peça de costura foi uma camisa para o irmão e pregou-lhe uma partida, colocou as mangas ao contrário. Aprender a fazer calças numa senhora, a D. Irene marcou a sua vida. Forte motivação para fazer coisas diferentes, muito gosto pela costura
Atividades de tempos livres	Passa os tempos livres a fazer aviões de madeira na carpintaria do pai e a ajudar a tomar conta quando o pai tem de sair	Costura para fazer o enxoval, tradição do seu tempo.	Ocupava todo o seu tempo da juventude a trabalhar. Nos tempos livres fazia costura.
Categoria de análise: Adulta			
Família	Casa com a pessoa que ama. Homem de sentimentos muito profundos e apaixonado.		Nunca foi feliz no casamento. O marido bebia, mas nunca lhe bateu. Criou três sobrinhas como filhas, não teve filhos.
Escola	-----	Faz a 4ª classe em adulta	Não estudou.
Trabalho	Pessoa muito responsável, apaixonado pela profissão de piloto	Trabalha num consultório médico, depois emigra para a Alemanha	Foi governanta durante 20 anos, em casa de dois estrangeiros ricos no Algarve, onde o marido era chofer. Trabalhou muito mas sentia-se muito sozinha. Tinha muita facilidade em aprender e tornou-se numa grande cozinheira. Enviuvou, voltou para a sua casa na Guia, Albufeira. Foi cozinheira 20 anos na cantina da escola da sua terra. Cozinhava com paixão, amava o que fazia e o convívio com os gaiatos era a sua razão de viver.
Atividades de tempos livres			

Categoria de análise: Reformado			
Família		. Marido morre. Fica dividida entre um filho que já trabalha na Alemanha, mas é ainda menor de idade, e o outro filho que está em Portugal e só tem 9 anos.	O choque de saber que tinha um cancro na mama e o trauma das consequências da quimioterapia As dificuldades na recuperação pós operatória, a falta de apoio familiar e o sentir-se sem forças para trabalhar foi um choque para ela
Trabalho	Reforma-se por volta dos cinquenta anos. Busca incessante de novos projetos. Funda o Euro Clube de Évora. Aos 72 anos sofre um grave acidente de aviação, quase morre, mas não deixa de lutar e continua a dirigir o Euro Clube.	. Pede a reforma antecipada da Alemanha, por volta dos cinquenta anos, e vem para Portugal tomar conta do filho mais novo. Vive da sua reforma e da pensão do marido .Não se adapta a viver em Torres Novas, não conhece ninguém, sente-se desamparada. . Decide fazer uma casa no carvalhal e torna-se uma espécie de agricultora.	Tinha-se reformado á pouco tempo quando lhe aparece cancro na mama A doença deitou-lhe a auto estima por ai abaixo. Solidão
Atividades de tempos livres	Caça e pesca	Jogar às cartas, fazer renda e malhas, tratar do jardim	Rendas, costura, antes de adoecer
Categoria de análise: Institucionalizado			
Características pessoais	Pessoa dinâmica, preocupado com o bem-estar dos outros utentes. Muito ativo, com muita vontade de fazer coisas novas. Criativo.	.Pessoa decidida, corajosa, lutadora, muito ativa e criativa até hoje aos 90 anos	Trabalhadora, criativa, mas espiritualmente débil, tendência à tristeza, necessidade muito forte de atenção dos outros, mimos.
Adaptação ou não	Vem para o lar por necessidade, não por opção: situação de saúde da esposa que tem Alzheimer. Aspeto traumático da institucionalização: criou situações de rutura e descontinuidade na sua vida pessoal e social (suas experiências): - trouxe-lhe solidão e isolamento social - coragem para enfrentar novos desafios - (re)definição de objetivos, reconfiguração identitária em busca de realização pessoal - Sem contextos pessoais instala-se a solidão (não se identifica com o lar, não o considera a sua nova casa; não pode dialogar com a esposa por acusa	Vem para o lar por opção própria negociada com os filhos. Vem consciente e deseja isso porque tem dificuldade de se deslocar a pé à vila mais próxima e sente-se muito só. Vê semelhanças entre a instituição e os hotéis do Inatel onde foi bastante em viagens de férias depois de enviuar.	Vir para o lar foi projetado e sonhado. Decide fazer do lar a casa da sua velhice e' namora-se', prepara-se para isso. Veio em busca de segurança, conforto, carinho e animação. Vinha vazia de carinho Namorou-se a si própria para vir porque sabia que vinha encontrar regras e que tinha de mudar algumas coisas em si, o lar não era só para ela, não era como a sua casa. Quando chegou ao lar vinha muito mal, deprimida, triste, refugiava-se no quarto.

	da doença desta) - não tem com quem falar, só um amigo		A técnica de intervenção procura-a muito, falavam muito as duas. No início de estar no lar não participava muito nas ocupações. Gosta muito de costurar e fazer rendas e malhas. Gosta de inventar as suas habilidades.
Novos projetos	<u>Projetos enquanto idoso institucionalizado:</u> - Cuidar da esposa e vigiar o tratamento que lhe dão no lar (primeiro projeto) - Construção de miniaturas de aviões: . Reviver as experiências do passado enquanto piloto, integra-as na ocupação do presente, com o objetivo de dar um sentido ao futuro e ter um sentido de vida- recriar o seu novo 'eu', dar continuidade psicológica aquilo que foi; . O convívio e passagem da sua sabedoria, aos mais jovens, numa consolidação de novos laços afetivos, porque só com os outros e o contexto, a pessoa é.	<u>Projetos enquanto idosa institucionalizada:</u> Fazer do lar a sua nova casa - Criar amizades e conviver no lar - Cria a sua própria animação: passeios a pé, leitura de bons livros; fisioterapia; jogar cartas; fazer rendas - Gestos de solidariedade para com os outros utentes e funcionárias: a sua nova família alargada - Continuar ligada às suas coisas na Alemanha, viaja duas vezes ao ano para ver a evolução do quintal e das coisas que lá planta.	Há dois anos e meio no lar, diz , estar diferente do que era quando chegou. “A Rosa que chegou ao lar há dois anos e meio, deprimida e que se isolava no quarto, já não existe”. <u>Novos Projetos:</u> - Principal projeto é manter o gosto pela vida, cuidar da sua autoestima conjuntamente com a técnica de ocupação que desempenhou um papel muito importante na sua vida no lar. - Cuidar da colega de quarto mais idosa que ela e consolidar os laços afetivos entre elas. - Tem um projeto espiritual muito forte: depois de estar bem consigo, quer estar bem com o próximo para agradar a Deus e salvar a sua alma porque acredita que a vida é muito mais do que esta passagem. A alma não morre é eterna e há que cuidar dela.
Família	Principal projeto que dá sentido à sua vida de institucionalizado: vigiar os cuidados que prestam à esposa	Vai a casa dos filhos com assiduidade e vai também à sua casa do Carvalhal passar férias , sempre que lá está um dos filhos.	----
Papel da animação Sociocultural	Não desempenha o papel de mediadora promovendo espaços de participação que pudessem diminuir os desajustes entre os objetivos institucionais e as necessidades particulares e subjetivas do Sr. António. Não se desenvolvem atividades com os idosos, mas para	O mesmo que no caso A	

	os idosos, onde não é possível atribuir significado e valor individualmente, nem ter em conta a história de vida do sujeito. Não se (re)desenha o projeto de vida: não se faz a ligação passado, presente para se projetar o futuro		
Qualidade de vida	Bem-estar e qualidade de vida é definida em função dos cuidados de saúde que consegue fazer chegar à esposa (o seu conforto); puder estar perto do campo que lhe faz lembrar o Alentejo.	Associa a sua qualidade de vida ao desejo de ter saúde até morrer, não quer ter uma vida artificial. Sente que tem qualidade de vida, e diz-se uma pessoa realizada.	Diz ter qualidade de vida e associa a sua qualidade de vida ao convívio e ao facto de ter forças para fazer coisas novas, as suas habilidades como lhe chama. Sente-se muito mais feliz do que quando estava em casa doente e sem apoio. Associa também a sua qualidade de vida às boas condições do lar e ao facto de ser bem tratada pelas funcionárias.
Incidentes críticos/modelos Críticos	<p>.O Sr. António vê no pai um modelo de homem de negócios de quem se orgulha, e há uma cumplicidade e confiança entre ambos.</p> <p>. Começar desde garoto a manusear e construir miniaturas de aviões, dar vida ao sonho, é determinante para a definição do seu futuro enquanto piloto.</p> <p>. Reforma-se e abre um clube de aeronáutica.</p> <p>. Grave acidente de aviação impede-o de voltar a voar aos 72 anos, mas continua a lutar pelos seus sonhos e dirige o Euro Clube.</p> <p>. Doença da esposa precipita a entrada de ambos para um lar, não por opção dele, mas por necessidade de cuidados específicos à esposa a quem não quer ‘abandonar’</p> <p>. Não adaptação à vivência no lar levam-no a trocar de instituição com o objetivo de encontrar um ambiente mais favorável aos cuidados necessários à esposa.</p> <p>. Apesar do Sr. António ser um caso de sucesso na sua adaptação às suas situações de vida adversas,</p>	<p>.Desde garota tem as irmãs como modelos de mulher e segue as suas pisadas, troca a escola pelo trabalho.</p> <p>. Perde o pai na juventude e é a única irmã a ganhar para a subsistência económica dela e da mãe.</p> <p>. Aos 25 anos, por confusões com partilhas entre irmãos decide casar com um primo direito, único namorado que teve e vai viver para Lisboa.</p> <p>. Marido emigra para a Alemanha</p> <p>. Decide ir ter com o marido e deixa os dois filhos em Portugal, gera-se a separação da família e consequente reflexo no comportamento dos filhos e rendimento escolar.</p> <p>. Este incidente crítico no seio da sua família leva-a a redefinir o seu projeto de vida, até então focado na vida económica. Agora começa a voltar-se para a educação e apoio dos filhos.</p>	<p>. O pai é o modelo de homem que a valoriza e acarinha, sentir-se sempre muito apoiada por ele. A mãe é o modelo de mulher que a vai influenciar a decidir a sua vida profissional: doméstica e costureira.</p> <p>. Aos cinco anos cose á máquina pela 1ª vez e identifica-se com o gosto de coser roupa.</p> <p>. O namoro com o rapaz de quem gosta não é aprovado pela mãe e a família dele é alvo de críticas lá na terra, por estarem endividados.</p> <p>. Especializa-se em calças de homem e tem sucesso, até tem clientes em Lisboa</p> <p>. Casa, mas nunca é feliz no casamento.</p> <p>. Não teve filhos, mas criou uma filha de cada irmão como sendo suas filhas.</p> <p>. É governanta 20 anos em casa de estrangeiros ricos no Algarve, mas marido morre de repente com cancro, e ela volta para casa.</p> <p>. Acarinhada por amigos abraça a profissão de cozinheira na cantina da escola da terra e vive</p>

<p style="text-align: center;">Incidentes críticos/modelos Críticos</p>	<p>foi um caso de insucesso na sua adaptação à vivência e forma de funcionamento institucional, sendo levado a procurar outra instituição.</p>	<ul style="list-style-type: none"> . Marido adoece gravemente e vem falecer a Portugal, tudo num curto espaço de tempo. . Sozinha, vê-se com um filho na Alemanha e outro em Portugal. Não sabe o que fazer à vida. Entra em depressão. Segue o conselho do médico e volta para a Alemanha cuidar do filho que ainda era menor de idade. . Pede a reforma na Alemanha antecipada para vir tomar conta do filho mais novo que estava em Portugal. Não se adapta a viver em Torres Novas. A solidão que sente leva-a a ir para a terra e fazer lá uma casa para estar mais perto das amigas de infância. 	<p>apaixonada por essa nova profissão.</p> <ul style="list-style-type: none"> . Reforma-se aos 70 anos e quase de imediato é vítima de cancro na mama. . Após cirurgia, vê-se muito debilitada e sozinha em casa. Sente-se desprezada pelas três sobrinhas que criou como filhas. - Vítima de solidão, entra em depressão e decide vir para o lar, para fazer dali a casa da sua velhice.
<p>Fonte: Elaboração da autora, 2016</p>			

ANEXOS

ANEXO 1

ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA IDOSOS “Bela Vista”

PLANO ANUAL DE ACÇÕES SOCIOEDUCATIVAS

ANO DE 2014

Pretende-se com a presença do Técnico Superior de Educação Social (TSES) e Técnica Superior de Animação Cultural (TSAC) o contributo profissional e ético assente numa matriz de acompanhamento socioeducativo aos residentes da Residencial “Bela Vista”

A matriz competencial de atuação do TSES e da TSEC na Estrutura Residencial - “Bela Vista” baseia-se nos seguintes pontos:

- Gestor de ações socioeducativas assentes numa plataforma de proximidade;
- Mediador socioeducativo;
- Relacionador empático;
- Reconfigurador de redes sociais (formais e informais) importantes na promoção do bem-estar do idoso;
- Dinamizador/a de ações socioeducativas inovadoras.

As competências técnico-profissionais e sócio relacionais necessárias ao desempenho profissional dos Técnico Superior de Educação Social e Animação Cultural na Residencial Assistida são:

- Reconhecimento da realidade do *Outro*, com vista a dinamizar ações de acordo com os interesses dos utentes;
- Criativo, dinâmico e sensível, com vista a cativar terapeuticamente o utente;
- Respeito pelo próximo;
- Gestão de conflitos, possibilitando uma prática mais concertada entre perfis profissionais diversos;
- Mediação pela mudança, com fim à obtenção de resultados frutuoso;
- Humildade e horizontalidade, com fim ao posicionamento “face to face” entre utente e técnico;

- Escuta ativa, com fim à percepção e operacionalização das potencialidades dos utentes.

OBJECTIVOS DO PLANO DE ACÇÕES SOCIOEDUCATIVAS

Procurar, através da relação empática ir ao encontro das necessidades, interesses e potencialidades dos utentes fazendo com que o seu período de estadia seja paralelo a um espírito de aceitação deste período da sua vida. De igual forma, pretende-se fortalecer e restabelecer as relações de afetividade com os diversos dispositivos sociais (família, comunidade e grupo de pares).

As ações a desenvolver prendem-se com a aquisição de atitudes positivas que promovam a sua interação social, cultural e educativa, através de atividades de treino cognitivo e/ou lúdico-recreativo.

Objetivos a atingir

Pretende-se que os Técnico Superior de Educação Social e Animação Cultural no desempenho das suas funções na Estrutura Residencial - “Bela Vista” atinjam os seguintes objetivos:

- Envolver as redes informais (família mais restrita, amigos e vizinhos) do utente na tentativa de promover ações socioeducativas assentes no bem-estar deste;
- Criar parcerias com redes formais (ex: museus, escolas, bibliotecas, entre outros), no sentido de proporcionar aos utentes momentos lúdicos e educativos;
- Criar sinergias entre utentes (pelo menos os mais autónomos), no sentido de fomentar a partilha de saberes e momentos de convívio entre pares.

Descrição das atividades a desenvolver

As definições e exemplos em baixo mencionados servirão apenas de linha condutora à prática dos técnicos.

Atividades de carácter cognitivo, que consiste em ações de natureza técnica, assentes no incentivo intelectual e sensorial, que visam estimular as funcionalidades da mente e capacidade reflexiva dos idosos, tendo como fim a maximização da persecução das competências básicas. Exemplo de atividades: leitura de jornais regionais, sessões de informática, de alfabetização e de culinária, atividades de estimulação para doentes de Alzheimer e Parkinson e/ou em estado de Demência, visita a museus, a bibliotecas, a feiras temáticas, a quintas pedagógicas e a peças de teatro.

Atividades de carácter motor, que consiste em ações de carácter físico, assentes na realização de exercícios de motricidade, coordenação, resistência, flexibilidade, equilíbrio e mobilidade, de forma a manter ou melhorar os índices de fortalecimento do organismo, bem como a autonomia do cliente. Exemplos de atividades: caminhadas na zona limítrofe da instituição, ginástica geriátrica e sessões de jardinagem.

Atividades de carácter espiritual, que consiste em ações de cariz religioso, sobretudo, ir à eucaristia. Exemplo de atividades: idas a Fátima ou a zonas de interesse religioso para o utente.

Atividades de carácter lúdico-pedagógica, que consiste em ações de ordem artística alicerçado a uma plataforma educativa, e nesta dinâmica, as atividades de foro lúdico funcionam como um método terapêutico, assente na interação entre o Sujeito (criador), o objeto de arte (criação) e o Terapeuta (recetor), fazendo com que o recurso à imaginação, ao simbolismo e a metáforas enriquece e incrementa o processo. Exemplo de atividades: atividades manuais

Atividades de carácter desenvolvimentista pessoal e social, que consiste em dinâmicas onde o carácter relacional-afetivo com o outro e consigo mesmo estão inerentes à acção desenvolvida. Exemplo de atividades: festas recreativas e/ou encontros com a presença das redes de proximidade informal (exemplo: família mais restrita, amigos e vizinhos), visitas a infantários/jardim-de-infância, visitas a Escolas Primárias e picnics em Parques.

Objetivos Específicos

O Plano que se apresenta é anual, mas pretende-se que seja complementado com atividades sugeridas pelos próprios utentes ou integradas pontualmente no Plano Anual de Atividades Socioeducativas de 2014 de outros organismos sociais, educativos e culturais que se denotem relevantes.

Cariz cognitivo e/ou lúdico-recreativo

- Conhecer os interesses dos utentes chegados recentemente à instituição e promover atividades socioeducativas que lhes suscitem interesse;
- Dar continuidade às atividades enraizadas na instituição;
- Incluir novas atividades no Plano que promovam a intersecção entre os utentes que permanecem há mais tempo na instituição e os chegados recentemente.

Cariz social e emotivo

Procurar compreender as identidades narrativas dos utentes de modo a perceber os seus medos, os seus constrangimentos por via de uma escuta ativa e empática;

Acompanhar o grupo de utentes do Estrutura Residencial - Residencial XXI nas várias experiências sociais com vista a coproduzir laços com o meio envolvente

Acompanhar os utentes na procura de novas formas de restabelecimento e de contacto com o *outro*, essencialmente a rede informal (família mais restrita, amigos e vizinhos).

PLANO DE ACÇÃO SOCIOEDUCATIVO ANUAL DA ESTRUTURA RESIDENCIAL

“Bela Vista”

À parte do Plano Anual de Atividades Socioeducativas de 2014 definido a seguir, é objetivo do TSES e da TSAC a desempenhar funções na Estrutura Residencial “Bela Vista” promover junto dos utentes da mesma instituição as atividades específicas:

- Realização de uma peça teatral;
- Atelier de culinária;
- Sessões de cinema quinzenais;
- Sessões coletivas de estimulação cognitiva;
- Sessões lúdicas (trabalhos manuais);
- Sessões de gerontomotricidade.

As ações socioeducativas definidas neste programa terão em conta as capacidades funcionais e cognitivas, interesses, necessidades e hábitos de vida dos residentes da Estrutura Residencial, pelo que, sempre que exista necessidade, as atividades serão adaptadas à especificidade de cada usuário dos serviços prestados pela Instituição visada.

Importa salientar que o serviço de Educação Social da Estrutura Residencial – “Bela Vista” está sempre atenta às potencialidades das instituições que conosco quiserem estabelecer parcerias. Está igualmente aberta a colaborar com as demais instituições que de algum modo poderão contribuir para a promoção do bem-estar do idoso institucionalizado. Mais acrescenta que, todas as atividades que surjam no seio da comunidade circundante e limítrofe que contribuam para otimizar os valores e potencialidades dos idosos da instituição serão sempre consideradas por forma a contribuir para o acréscimo de momentos de lazer e convivialidade idoso-comunidade.

ANEXO 2

Avaliação do trabalho desenvolvido pela Terapia Ocupacional na Residencial para Idosos “Casa de Afetos” - Ano 2014

No plano anual de atividades delineado para o ano de 2014 pela terapia ocupacional, os principais objetivos traçados prenderam-se com a necessidade de combater a inatividade dos idosos, como medida de prevenção da incapacidade física, facilitando deste modo a reabilitação dos mesmos, promovendo a saúde.

A saúde é apoiada e mantida quando o indivíduo consegue realizar as suas atividades e ocupações que deseja, que fazem parte da sua pessoa e que permitem uma participação desejada e realizada. Entende-se por ocupação tudo aquilo que a pessoas realiza com o intuito de cuidar de si própria (auto cuidados), desfrutar da vida (lazer) ou contribuir para o desenvolvimento e produtividade de algo.

O principal objetivo do trabalho desenvolvido no ano de 2014 consistiu em: **prevenir a incapacidade e facilitar a reabilitação dos idosos, procurando a obtenção do máximo de função e independência a todos os níveis, de um envolvimento e participação significativa e gratificante para os idosos.**

Para que os objetivos propostos fossem alcançados, foi crucial motivar e estimular os idosos para um maior envolvimento e participação dos mesmos nas atividades promovidas pelo lar universal, e que estas fossem de encontro às suas necessidades, gostos, interesses e significativas, de forma a maximizar as potencialidades de cada um e o seu nível máximo de independência nas ocupações em que desejariam participar.

Em relação aos objetivos específicos delineados, destacam-se dois que tiveram uma maior intervenção este ano:

1. Facilitar / promover a autonomia / nível máximo de independência dos idosos nas atividades da vida diária, desenvolvendo, melhorando ou reintegrando o funcionamento sensório-motor, preceptivo e neuromuscular.
2. Promoção de atividades recreativas e de lazer, motivadoras para a diversão, relaxamento, recreação espontânea, autoexpressão e socialização

O primeiro objetivo diz respeito á **atividade física específica**.

Verificou-se ao longo do ano uma maior participação dos idosos em todas as atividades relacionadas com a prática do exercício físico, que se deveu basicamente a quatro fatores:

1. Á aquisição de novos materiais e equipamentos, por parte da “casa de afetos”, para a prática do exercício físico e reabilitação (pedaleira de braços, roldanas, paralelas);
2. A oportunidade de fazer exercício físico em diferentes contextos, ou seja fora do lar, ao ar livre (caminhadas no parque, circuitos de manutenção para sénior ao ar livre);
3. Início da fisioterapia na “casa de afetos”, que veio culminar uma lacuna até então existente no lar, que era a falta de estimulação individual através de mobilizações específicas e manipulação dos tecidos moles, que permitem reduzir/reabilitar, entre outras, tensões musculares acumuladas, lesões músculo-esqueléticas, inflamações articulares e tendinosas, degenerações crónicas das articulações, que têm como grande consequência para a saúde do idoso (além da incapacidade é claro), a dor;
4. O trabalho em equipa entre a terapia ocupacional e a fisioterapia foi extremamente importante para os idosos que beneficiaram de ambos os tratamentos, pois com a redução da dor nos idosos e a adaptação das suas competências em cada atividade, eles próprios se sentiram mais motivados, mais competentes, com mais autoestima e, conseqüentemente, com mais qualidade de vida e gosto para viverem o seu envelhecimento o mais saudável e ativo possível.

O segundo objetivo diz respeito às **atividades recreativas e de lazer**.

Este ano o lar apostou fortemente nas saídas e nos passeios com os idosos, como tentativa de combater a inatividade física e cognitiva (mental) e o isolamento dos idosos dentro do próprio lar, ou seja, a própria acomodação dos idosos que muitas vezes conduzem a estados de apatia e depressivos, que acarretam uma perda de vitalidade perante a vida, perdendo a vontade de desfrutarem do que a vida ainda lhes pode oferecer.

Dentro dos passeios efectuados este ano, foram realizados no total 13 saídas:

- 1 Passeio coletivo (com todos os idosos do lar) à Nazaré;
- 4 Passeios até à Praia (que envolveu 12 idosos, tendo cada um ido 2 vezes à praia)
- 3 Passeios a Almeirim, ao parque de circuito de manutenção para seniores (que envolveu 18 idosos)
- 3 Passeios ao Campera (que envolveu 18 idosos)
- 1 Visita ao Museu de Azambuja
- 1 Caminhada na Mata das Virtudes

Estes passeios e saídas permitem aumentar não só a auto-estima dos idosos, como também proporcionar dias diferentes, fora das próprias rotinas do dia a dia do lar, sendo dias motivadores para a diversão, relaxamento, recreação espontânea, socialização e bem estar geral.

Além do mais, estas atividades estão intrinsecamente ligadas ao primeiro objetivo descrito, o da atividade física. Ou seja, o fato de existirem passeios e saídas, faz com que o próprio idoso assuma a responsabilidade pelo seu próprio bem estar físico, o que implica que pratique mais exercício físico dentro do lar, para poder se sentir melhor nos passeios que deseja participar.

Embora o plano anual de atividades, traçado para 2014, compreendesse mais objetivos, os quais também foram atingidos, os descritos anteriormente foram sem dúvida onde mais se focalizou a intervenção, não só devido às necessidades da população idosa do lar, mas também porque foram os mais requisitados pelos mesmos e os que tiveram uma maior participação.

Metas para 2015

- Para o próximo ano, 2015, seria indispensável a continuação da realização de passeios e saídas, e ainda com mais frequência (semanalmente), pois estes contribuem não só para a saúde física como também para a saúde mental dos idosos.
- Em relação ao exercício físico, é igualmente importante a continuação do investimento na aquisição de novos materiais e equipamentos, até mesmo para dinamizar as próprias sessões de ginástica, de modo a que estas não caiam na rotina, e que sejam motivadoras e dinâmicas, estimulando assim os idosos para participarem nas mesmas.
- Um dos projetos programados para o ano de 2014, foi a introdução da informática como recurso terapêutico.

A informática nesta etapa de vida tem muitos benefícios. É uma excelente atividade mental, que melhora e estimula as funções cognitivas dos idosos e ajuda na manutenção das funções cerebrais mais complexas (que á partida até condicionariam a própria aprendizagem), ajudando a prevenir o aparecimento de doenças mentais associadas ao envelhecimento.

Esta área, as funções cerebrais e cognitivas, irá constituir para o ano de 2013 um dos grandes objetivos da intervenção, devido às atuais necessidades dos idosos. Neste momento a sala da terapia já tem um computador todo instalado e o próximo passo seria a aquisição de software específico.