

# FORRÓ DA TERCEIRA IDADE: BREVES REFLEXÕES SOBRE O PROJETO REALIZADO NO DISTRITO DE MUTÃS, EM GUANAMBI/BA

Ana Carla Silva Teixeira

Isabel Rodrigues de Carvalho<sup>1</sup>

Sônia Maria Alves de Oliveira Reis<sup>2</sup>

## Resumo

O presente artigo visa apresentar uma breve discussão sobre o projeto “Forró da terceira idade: alegria não tem idade”. Esta atividade de entretenimento é desenvolvida no distrito de Mutãs, Guanambi/BA, por meio de ações comunitárias e voluntárias. Sabe-se que até o ano de 2014 não havia atividades de cunho recreativo para a população da terceira idade. Com isso, duas mulheres concretizaram o projeto que ocorre todas às sextas-feiras, das 19h às 21 h. Todos os idosos são chamados a integrar esse evento para se confraternizar com danças e conversas. Este texto discute sobre o surgimento do projeto, os seus benefícios para a saúde dos idosos, bem como ocorre o processo de envelhecimento na atualidade, pois o número de pessoas com idade avançada no Brasil tem crescido muito nos últimos anos. Isso está acontecendo por conta da maior expectativa de vida, gerada por algumas melhorias no país, como, por exemplo, campanhas de saúde. Contudo, não se pode afirmar que esses idosos estão tendo uma boa qualidade de vida, pois são necessários mais espaços de lazer, que, conseqüentemente, ajudarão na melhoria da saúde física e mental dos idosos. Os participantes do “Forró da terceira idade” alegam, em suas falas, que hoje se encontram muito mais felizes em relação a suas vidas e mais dispostos para realizar outras atividades. Esses espaços destinados ao público da terceira idade ainda são muito escassos em nossa sociedade, por isso discorre-se, na presente comunicação, sobre como é importante que o forró de Mutãs seja preservado com maior assistência por parte governamental. Também se frisa a relevância de haver maiores políticas públicas que contemplem essa faixa etária, porque esses encontros no distrito são mais do que momentos de distração.

**Palavras-chave:** Idosos. Forró. Lazer. Saúde.

## 1 Introdução

Historicamente, os anciões, como eram chamadas as pessoas de mais idade, eram tidos como as mais sábias. Nas aldeias, os caciques eram sempre os mais velhos, pois possuíam

---

<sup>1</sup> Discentes do curso de Licenciatura e Pedagogia do *Campus XII* da Universidade do Estado da Bahia (Uneb), Bolsistas do Pibid e integrantes do Subprojeto *Laboratório de Práticas Pedagógicas* (Laprape). Membros do Núcleo de Estudos, Pesquisa e Extensão Paulo Freire (Nepe). *E-mails*: anacarlasilva753@gmail.com e isabelrodrigueshelen@gmail.com.

<sup>2</sup> Doutora e Mestre em Educação pela FAE/UFMG. Professora Assistente do *Campus XII* da Uneb,. Coordenadora do Núcleo de Estudos, Pesquisa e Extensão Paulo Freire (Nepe), pesquisadora da linha “Educação do campo, educação de jovens e adultos e movimentos sociais”. Professora da disciplina “Educação de Jovens e Adultos” do curso de Pedagogia. *E-mail*: sonia\_uneb@hotmail.com.

maior experiência e sabedoria. Com o processo de industrialização e modernização, as pessoas idosas perderam seus lugares dentro do espaço de trabalho e passaram a ser um “peso” improdutivo e uma reponsabilidade tanto para as famílias ricas e quanto para as menos abastadas. A terceira idade envolve o reconhecimento da faixa etária e a periodização de um percurso histórico individual; então, o âmbito familiar e social deve proporcionar uma maior atenção, de modo a compreender as potencialidades desses sujeitos e suprir as necessidades deles e seus direitos.

O presente trabalho tem como objetivo apresentar a importância desses ambientes para a saúde, a interação e a vida social do sujeito da terceira idade, além de apresentar como vem ocorrendo o processo de envelhecimento na atualidade, já que em nossa sociedade, o significado da palavra “idoso”, em certos espaços sociais, está atrelado ao sentido de incapacitado e doente, o que é acompanhado de uma leitura que determina que essa pessoa deve ficar reclusa em suas casas ou em seus abrigos. A qualidade de vida, a saúde física e mental dos idosos, está ligada também à autoestima e ao modo como eles encaram sua velhice. Nesse sentido, esses espaços de convivência e lazer são de extrema relevância, proporcionando relações de afetividade, distração e exercícios físicos.

Buscamos, neste texto, relatar e destacar como as organizações sociais podem e devem proporcionar mais ambientes que favoreçam essas dimensões de qualidade de vida, diversão e cuidado. Procuramos ainda mostrar como esses sujeitos possuem discernimento para tomar suas próprias decisões, negando os estereótipos que a sociedade e as famílias impõem, e ainda podem se reinventar, sonhar e ser felizes, na medida em que conquistem seus espaços e se reconheçam em grupo, tomamos como exemplo o projeto desenvolvido no distrito de Mutãs.

## **2 Questões metodológicas**

Este estudo se inscreve na perspectiva qualitativa. Minayo (2009) aponta que a técnica não pode ser reduzida a operações cuja quantidade possa ser contada, pois, ao trabalhar com seres humanos, tornam-se evidentes a presença da subjetividade e os inúmeros significados desta. O processo metodológico se deu por meio de uma visita ao Salão Paroquial, local onde ocorre a efetivação da proposta do Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos (SCFV), que tem o intuito de realizar ações sociais para o lazer de pessoas idosas no distrito de Mutãs, município de Guanambi/BA.

Inicialmente, realizamos visita ao grupo da Terceira Idade, que se reúne às sextas-feiras das 19h30 às 21h. Em seguida, conversamos com a coordenadora do grupo “Forró da

Terceira Idade”. Com o consentimento da coordenação e dos idosos, observamos as atividades, especificamente o forró.

Utilizamos entrevistas, pois estas são um instrumento de diálogo e de interação social entre os sujeitos da pesquisa e o objeto estudado (GIL, 2006). As falas dos idosos nos proporcionaram conhecer os significados que eles atribuem ao lazer nessa fase da vida e o modo como se sentem ao participar do forró e nos permitiram refletir sobre esses aspectos. As entrevistas foram gravadas por meio do celular, com o objetivo de conhecer e registrar a opinião dos idosos sobre a importância do forró para suas vidas e para sua saúde. As falas foram transcritas e analisadas. Para preservar a identidade dos sujeitos, usamos nomes fictícios. Além disso, utilizamos as recomendações éticas como forma de respeito, equidade e qualidade na investigação científica.

### **3 Processo de envelhecimento na atualidade**

Ao longo do tempo, tem crescido o número da população idosa no Brasil. Esse acontecimento se deve ao aumento da expectativa de vida, gerada por algumas melhorias no país. Há campanhas de saúde especificamente voltadas para os idosos, criadas com o intuito de monitorá-los e acompanhá-los em sua jornada de cuidados físicos. Programas sociais de lazer também têm feito parte significativa na melhoria do corpo e da mente da população idosa.

Porém, esse aumento na expectativa de vida não equivale a uma melhoria na qualidade de vida. O envelhecimento, de acordo com notícias divulgadas pela mídia e observações do contexto em que vivemos, não tem ocorrido de maneira bem-sucedida para todos. Aspectos relacionados a problemas sociais — que dizem respeito a familiares, à dificuldade de convivência, à falta de atenção com a saúde física e emocional, entre outros fatores — têm impedido que esse processo suceda de maneira ampla.

Diante disso, envelhecer sempre foi alvo de ideias ultrapassadas, que permeiam a sociedade. Segundo Debert (1999, p. 2), há sempre “tradicional imagens que articulavam o envelhecimento somente ao descanso, à quietude e à inatividade”. Estar velho é estar cansado, com o corpo físico em decadência e incapaz de realizar atividades que proporcionem progresso. Essas colocações são repetidas inúmeras vezes. Apesar dessas opiniões, houve algumas mudanças nos hábitos dessa população julgada, e isso gera novos significados para o avanço da idade.

Ainda de acordo com as ideias de Debert (1999), a vontade de aprender, de viver com mais intensidade, de maneira satisfatória, criando novos laços de amor, amizade e respeito,

contribui para a criação de uma nova identidade à velhice. Essas características estão voltadas para o signo da “terceira idade”, expressão que tem sido usada para identificar um novo olhar sensível sobre o processo de envelhecimento. A pesquisa realizada no distrito de Mutãs ressalta e confirma essas colocações.

Ao abrirmos diálogo com os participantes do “Forró da terceira idade” pudemos perceber, em suas falas e em nossas observações, que hoje os idosos se encontram mais felizes em relação a suas vidas e mais dispostos ao aproveitamento da felicidade. Ao indagarmos sobre a importância do forró, Dona Flor (61 anos) ressaltou: *“Muito bom! Os filhos estão fora e aí pra gente não ficar em casa só pensando coisa ruim, aí distrai, é o melhor momento para nós”*. Como vemos, apesar da preocupação com os filhos, ela nos disse que o lazer proporcionado, permite uma melhoria na mente e a distrai.

Ainda é possível notar, a partir das entrevistas que fizemos, a vontade de fazer novas amizades e conhecer pessoas com quem possam desenvolver laços amorosos. Os sujeitos da pesquisa se sentem jovens em relação à aparência e ao modo de pensar, como assinalou o Senhor João (64 anos): *“[a dança] deixa a gente mais criança”*. Diante de algumas observações, constatamos que os participantes que possuíam laços matrimoniais não estavam acompanhados de seus parceiros, o que não os impedia de dançar despreocupados. Isso nos mostra a maturidade de viver novos momentos sem as restrições que muitas vezes a sociedade impõe. A busca da felicidade e a disposição para ela foram realçadas quando um senhor afirmou que viajava dez quilômetros só para estar presente naquele momento único de lazer.

#### **4 Surgimento do forró e seus benefícios para a população idosa de Mutãs**

A comunidade de Mutãs é um pequeno distrito do município de Guanambi. Até o ano de 2014, não existiam atividades de cunho recreativo para a população da terceira idade residente na comunidade. Duas mulheres que conheciam a carência dos idosos, então, criaram o projeto “Forró da terceira idade: a felicidade não tem idade”. Este acontece todas às sextas-feiras, das 19h às 21h. Todos os idosos são convidados a participar desse evento para se reunir, dançar e conversar.

A população idosa ainda é resistente quando se trata de eventos que contemplam sua faixa etária, já que a idade avançada carrega consigo ideais de patologia, isolamento e descaso. Ou seja, o processo de envelhecimento possui uma série de estereótipos construídos através dos tempos, os quais frisam que o idoso não tem direito de se divertir e aproveitar a vida, ele deveria, nessa perspectiva, apenas esperar pela morte.

O envelhecimento está associado a uma variedade de limitações físicas e psicológicas. Frequentemente isso torna difícil para os indivíduos desempenhar certas funções; dependendo de sua motivação, circunstâncias ambientais e reações à incapacidade, aqueles que são assim afetados podem também ficar inválidos. A consequência de tal invalidez é uma deterioração na qualidade de vida. (RIZZOLLI; SURDI, 2010, p. 228).

Desse modo, atividades que desenvolvam a qualidade de vida devem ser incentivadas pela família e pela sociedade. Já que essa fase da vida requer cuidados que, principalmente, proporcionem benefícios físicos e psicológicos por meio da interação e da socialização. O isolamento é uma consequência dos idosos que relutam para aceitar o processo de envelhecimento, encarando-o como um findar da vida, ou seja, transformando-o em um momento natural, punitivo e vergonhoso.

O projeto “Forró da terceira idade: a felicidade não tem idade” foi uma iniciativa que proveu alegria e desenvolvimento na vida dos idosos, já que anteriormente não havia nenhuma atividade desse cunho. Dançar, para eles, significa lembrar da juventude e reencontrar os amigos, além de ser um ótimo exercício físico. Quando questionamos a um entrevistado se gostava de ir para aquele ambiente, ele respondeu: “*Gosto demais de ver os amigos conversar, danço desde os 10 anos*” (José, 74 anos).

Outro idoso relatou: “*Gosto porque é um ambiente que não tem tristeza gosto de ver, às vezes venho só para observar, conversar, fico alegre, porque, se parar, entrea*” (Carlito, 71 anos). Podemos verificar que, mesmo quem não participa da dança, frequenta o local em busca de distração, que, na maioria dos casos, não encontra em casa. Outro ponto válido a ressaltar é que a maioria deles tem quase a mesma idade; desse modo, os participantes se conhecem desde crianças, o que facilita o processo, tanto na hora de dançar quanto no momento de conversar.

Perguntamos a eles o que faltava para melhorar a atividade. Grande parte respondeu que o evento teria que acontecer mais de uma vez na semana. Carlito (71 anos) falou: “*Falta frequência para que fique melhor*”. Eles desejavam que houvesse a atividade todos os dias. O mesmo senhor ainda nos disse: “*Se acabar o forró, ficará um vazio, porque conto os dias da semana para chegar sexta*”. Assim, o projeto se tornou parte da vida deles, sendo o único momento de lazer para essa camada da população mutanense.

Um novo projeto está na assistência social para que o evento ocorra mais vezes na semana. A responsável pelo forró nos disse que “*a intenção do projeto era para funcionar três vezes por semana, pois necessita de um médico, assistente social e um psicólogo, uma equipe!*” (Gel, 40 anos). Atualmente, o projeto se dá de forma voluntária, e a assistência médica vai apenas uma ou duas vezes ao ano.

Segundo Rizzolli e Surdi (2010), o processo de envelhecimento provoca alterações orgânicas, reduzindo a capacidade do idoso, impedindo-os de realizar atividades cotidianas. Ao frequentar o grupo de convivência, os entrevistados apontam que houve mudanças significativas em sua saúde. Ao ouvir os relatos, percebemos que uma maioria vai ao local tanto para a saúde mental quanto para a corporal, como alegou Lúcia (65 anos): *“O dia que venho para o forró, minha saúde é outra”*. Desse modo, o evento facilita a vida em todos os aspectos.

Envelhecer de forma saudável não é uma utopia. A dança melhora a coordenação motora, ajuda contra problemas cardiovasculares e dificuldades relacionadas aos ossos. Uma pessoa jovem que não pratica exercícios físicos, sente problemas; sendo assim, esses sintomas não estão vinculados somente à terceira idade, mas à ausência de práticas que melhorem a qualidade de vida. Para a realização de atividades do cotidiano, além da saúde, a dança pode contribuir para uma vida saudável e duradoura, já que trabalha vários músculos.

## **5 A importância da socialização na terceira idade**

O “Forró da terceira idade” é também sinal de encontro, conversas, distração e muita diversão. Foi visível, durante a realização de nossa visita, o quanto é importante para as pessoas esse espaço de socialização. Dona Florinda (67 anos) disse: *“Esse forró aqui não pode acabar não”*. Ela também relatou que não perde um dia da festa: *“É um remédio para as pessoas que frequentam o espaço, chega à noite e não se tem nada pra fazer; então, é uma boa atividade para ver os amigos e conhecidos, colocar o papo em dia e remexer as pernas”*.

Segundo os participantes do forró a música é escolhida de acordo com a preferência deles e a preferência é por canções mais dançantes. Ressaltaram que o respeito entre eles é mútuo e a diversão é garantida. Notamos que a socialização que esse espaço oferece proporciona às pessoas da comunidade uma interação com seus conhecidos.

Mutãs é um pequeno distrito, não muito diferente de outras localidades. Por isso há falta de uma organização para o direcionamento de atividades de lazer. Tendo isso em vista, esse projeto é muito importante para a comunidade, pois, apesar de ser pequeno o distrito, é necessário garantir uma atividade mais prazerosa para seus habitantes.

Os níveis de insatisfação e de ansiedade podem ser diminuídos quando é proporcionado ao indivíduo um perfeito funcionamento de organismo e estímulos diversificados para evitar os efeitos da acomodação e do isolamento representando conseqüentemente maior segurança e autovalorização (SANTOS; VAZ, 2008, p.4).

São necessários maiores espaços de lazer, que possam ser mais naturais, oferecendo um estilo que proporcione a esse público maior descontração e interação. Assim, serão estimuladas a recreação, a valorização da vida e a autovalorização desses indivíduos enquanto sujeitos da terceira idade.

Nossos idosos, senescentes, indivíduos da terceira ou o termo que for mais adequado, precisam ser tratados de uma maneira diferente, eles não se conformam mais em receberem tratamentos infantis ou serem menosprezados. Eles continuam no círculo familiar, mas começam a se expandir e formar novos grupos de convivência. O vínculo familiar não lhes dá mais a quantidade de estímulos que necessita. O senescente entende que precisa estar sempre abrindo novos horizontes, precisa discutir ser ouvido e acima de tudo continuar a ser um cidadão. (SANTOS; VAZ, 2008, p.6).

Sendo assim, é muito importante que os espaços de lazer possam ser desenvolvidos e mantidos. Desse modo, é possível oferecer essa socialização e o vínculo com o grupo senescente para que os idosos consigam ampliar seus círculos de amizades e, o mais significativo, construir uma vida mais plena e feliz. Para tanto, é de alta relevância um tempo que eles se dediquem a si mesmos e atividades que sejam mais prazerosas e autônomas. Compreendemos que essas ações os auxiliam a enxergar seu papel social enquanto cidadãos de direitos e deveres. Portanto, esse tipo de espaço é um bem adquirido pela comunidade e poderia ser mais reconhecido e valorizado pelas entidades municipais e governamentais de nossa sociedade.

## **6 Considerações finais**

Após este breve estudo exploratório, concluímos que o projeto voluntário “Fórró da terceira idade: a felicidade não tem idade” é de extrema importância para os idosos que o frequentam. Os reflexos positivos envolvem as questões de saúde física e mental e o processo de interação e valorização da vida. Pois, como já foi mencionado, o processo de envelhecimento, apesar de ser algo natural, acaba sendo muito difícil de ser encarado pelo ser humano, pela família e pela sociedade.

Esse projeto apresenta grande relevância na vida dos participantes, devido ao enorme benefício que é proporcionado nos diversos aspectos. Faz com que os idosos se sintam cada vez mais ativos e dispostos não só no momento do fórró, mas durante o dia a dia, pois, em seus depoimentos, foram observados aspectos de melhora na autoestima, no relacionamento familiar e, conseqüentemente, na saúde. Pode não estar explícito, mas o convívio social, a interação e as amizades possuem grande importância na vida desses sujeitos; os amigos,

juntamente com a família, são os responsáveis para que essas pessoas na terceira idade não percam sua identidade, não deixem de fazer tudo aquilo que sempre gostaram na juventude.

Nós, estudantes do curso de Pedagogia, adquirimos uma experiência enriquecedora, pois, em pouco tempo, pudemos absorver riquíssimos detalhes nas falas, nos gestos, nos olhares e nos sorrisos. Antes de fazer este estudo, com breves observações, nunca iríamos imaginar o quão valiosos são espaços de lazer como esses ambientes para os idosos. Foi notável, na fala de todos, o quanto seriam vazias suas semanas se não houvesse esses encontros no forró.

É certo que as entidades governamentais devem se preocupar mais com os projetos de lazer e com as políticas que contemplem essa faixa etária. Essas práticas são extremamente essenciais quando nos referimos ao processo de formação do sentimento de pertença do idoso na sociedade, pois esses encontros no distrito de Mutãs são muito mais do que meros momentos de distração. Eles representam: saúde, alegria, amizades, interação, preenchimento de vazios e, o melhor de tudo, vida.

## **Referências**

DEBERT, Guita Grin. **A reinvenção da velhice**: socialização e processos de reprivatização do envelhecimento. São Paulo: Edusp, 1999.

GIL, Antônio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2006.

MINAYO, Maria Cecília de Souza (Org.). **Pesquisa social**: teoria, método e criatividade. 28. ed. Petrópolis: Vozes, 2009.

RIZZOLLI, Darlan; SURDI, Aguinaldo César. **Percepção dos idosos sobre grupos de terceira idade** *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*. Rio de Janeiro, 2010

SANTOS; VAZ. **Grupos da terceira idade, interação e participação social**. In ZANELLA, AV., et al., org. *Psicologia e práticas sociais*. Rio de Janeiro, 2008. Disponível em: <<  
<http://books.scielo.org/id/886qz/pdf/zanella-9788599662878-31.pdf>>> Acesso em: 10/09/2017.