

**O VOLUNTARIADO COMO ALTERNATIVA DO ENVELHECIMENTO
SAUDÁVEL: O PAPEL DA UNIVERSIDADE**

CEILÍ BORBA FURTADO

Coordenadora do projeto de Extensão “Núcleo de lazer com base cultural” -
Universidade do Vale do Itajaí
Mestre em Turismo e Hotelaria - Universidade do Vale do Itajaí
lazer.bc@univali.br

DEISE BAIXO DUARTE FURTADO

Professora do Curso de Extensão Mais e Melhor Idade - Universidade do Vale do Itajaí
Mestre Distúrbios da Comunicação – Universidade Tuiuti do Paraná
deisebdf@gmail.com

HEITOR LUIZ FURTADO

Mestrando em Educação do Programa de Pós Graduação em Educação da
Universidade do Vale do Itajaí
heitorluizfurtado@hotmail.com

MAIRA NAMAN

Mestranda do Programa de Pós Graduação em Ciências do Movimento Humano da
Universidade do Estado de Santa Catarina
mairanaman@hotmail.com

O VOLUNTARIADO COMO ALTERNATIVA DO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL: O PAPEL DA UNIVERSIDADE

RESUMO:

O trabalho voluntário é um tema discutido internacionalmente pelos benefícios promovidos tanto para quem exerce como para quem recebe a atividade voluntária. No Brasil, estudos com idosos consideram o trabalho voluntário como uma alternativa para a promoção de saúde e como um instrumento para alcançarem o envelhecimento ativo. Este artigo tem por objetivo apresentar o programa de voluntariado vinculado ao projeto de extensão “Núcleo de lazer com base cultural” (NLBC), como facilitador do exercício do trabalho voluntário e conseqüente alternativa de promoção do envelhecimento saudável. Este projeto teve seu início em 2005 com o propósito de produzir artigos de arte educação com materiais reciclados. A grande demanda de produção fez com que a coordenadora sensibilizasse alunos, de um curso voltado a terceira idade, para a atuação voluntária no projeto, fato que aumentaria a produção dos materiais e proporcionaria a socialização do grupo em horário contrário as aulas. A princípio o foco estava nos materiais que chegavam e deveriam ser analisados, nas necessidades das entidades, e no que era produzido. Em pouco tempo, percebeu-se que a gratificação da entidade beneficiada pelo projeto era compatível ao nível de satisfação de quem doava seu tempo para produzi-lo. Medidas como o voluntariado, que ajudem as pessoas a se manterem saudáveis e ativas no processo de envelhecimento precisam ser implementadas e fomentadas como uma necessidade emergente para aumentar a expectativa de uma vida saudável e com qualidade.

Palavras-Chave: Voluntariado, Envelhecimento, Qualidade de vida.

THE VOLUNTEERING AS ALTERNATIVE HEALTHY AGING: THE ROLE OF THE UNIVERSITY

ABSTRACT:

Volunteer work is a topic discussed by internationally promoted benefits both for those who exercised as to who receives volunteering. In Brazil, studies with elderly consider volunteering as an alternative to the promotion of health and as an instrument for achieving active aging. This article aims to present the volunteer program linked to the extension project "Center of leisure based cultural" (NLBC), as facilitator of the exercise of voluntary work and consequent alternative promotion of healthy aging. This project began in 2005 with the purpose of producing articles of art education with recycled materials. The high demand has caused production coordinator sensitize students, a course aimed at seniors, volunteering for the project, because that would increase the production of materials and provide socialization group classes in time otherwise. Initially the focus was on materials arriving and should be analyzed on the needs of organizations, and it was produced. Soon it was realized that the gratification of the entity benefited by the project was compatible to the satisfaction of those who donated their time to produce it. Measures such as volunteering, helping people to stay healthy and active in the aging process must be implemented and promoted as an emerging need to increase healthy life expectancy and quality.

Keywords: Volunteering, Aging, Quality of life.

INTRODUÇÃO

O trabalho voluntário é um tema discutido internacionalmente e que a cada dia tem encontrado mais adeptos, visto os benefícios que promove tanto para quem exerce como para quem recebe a atividade voluntária.

Estudos internacionais enfocam o trabalho voluntário praticado por idosos e apontam inúmeros benefícios desta atividade: tais como, sentimento de satisfação pela vida, menor número de sintomas depressivos e avaliação positiva da vida, quando comparados com indivíduos da mesma faixa etária, que não atuam como voluntários. No Brasil, estudos com idosos consideram o trabalho voluntário como uma alternativa para a promoção de saúde e como um instrumento para alcançarem o envelhecimento ativo. (SOUZA, LAUTERT, 2008)

A Organização das Nações Unidas (ONU) e a Organização Mundial da Saúde (OMS) com a preocupação em atender a população idosa, vem elaborando novas opções de políticas públicas e incentivando os países para que as instituem. Uma destas alternativas criativas, abordada pela ONU no Plano Internacional para o Envelhecimento, refere-se ao envolvimento dos idosos com o trabalho voluntário como forma de participação na sociedade. (SOUZA, LAUTERT, 2008)

Embora o voluntariado seja um dos recursos em prol do envelhecimento ativo e saudável, tal como preconizado pela ONU, pesquisas sinalizam que no Brasil a participação dos idosos em atividades voluntárias ainda é baixa. Estudo realizado na cidade de São Paulo demonstra que somente 20% das pessoas acima de 60 anos desempenham este papel. (SILVA, 2003)

Assim, é premente que instituições sociais e de saúde facilitem a prática do trabalho voluntário, permitindo o acesso a essa atividade, por meio da criação de espaço físico e ambiente favorável. É fundamental a parceria entre instituições (privadas ou governamentais) e as ONGs voltadas para esta atividade, a fim de criarem-se ambientes propícios e acolhedores para a realização desta prática. (SOUZA, LAUTERT, 2008)

Neste âmbito, as Universidades da Terceira Idade vem se organizando e apresentando o trabalho voluntário como alternativa concreta e criativa para aproveitar o potencial dos idosos. (SOUZA, LAUTERT, 2008)

Este artigo tem por objetivo apresentar o programa de voluntariado vinculado ao projeto de extensão “Núcleo de lazer com base cultural” (NLBC), como facilitador do exercício do trabalho voluntário e consequente alternativa de promoção do envelhecimento saudável.

VOLUNTARIADO E O PROJETO DE EXTENSÃO “NÚCLEO DE LAZER COM BASE CULTURAL”

Em 2005, deu-se início ao projeto de extensão “Núcleo de Lazer com base cultural” o qual tinha por objetivo de produzir artigos de arte educação com materiais reciclados. Assim, qualquer material que já não possuía função ao seu proprietário era destinado ao projeto e transformado em materiais a serem doados a instituições carentes.

A coordenadora do projeto professora Ceili Borba Furtado, por sua formação em educação artística realizava, com habilidade e criatividade, a releitura dos materiais sem utilização e orientava estagiários a reproduzir a peça piloto, a qual seria o modelo para as demais.

Assim, os materiais doados eram transformados em materiais de apoio pedagógico para professoras de escolas da rede pública de comunidades carentes, ou em adornos para festas comemorativas de entidades como asilos, ou ainda compunham as tematizações de festas beneficentes.

Com baixo custo, utilizando poucos materiais de consumo e muita criatividade, as solicitações das entidades foram a cada dia aumentando; bem como, com o reconhecimento do trabalho, outras empresas, aqui denominadas de cidadãs, também se propuseram a doar produtos que já não faziam uso, tais como: mostruários de coleções antigas.

Concomitante a esta situação, foi lançado o curso de extensão “Mais e Melhor Idade”, do qual participavam pessoas com mais de 40 anos de idade e frequentavam aulas uma, duas ou três vezes por semana, conforme a opção de matrícula.

A coordenadora do projeto e também professora deste curso buscou sensibilizar a turma para a atuação voluntária no projeto, fato que aumentaria a produção dos materiais e proporcionaria a socialização do grupo em horário contrário as aulas.

Com os incentivos das universidades da terceira idade, muitos indivíduos encontram no auxílio a outras pessoas a possibilidade de preencherem o tempo disponível e manterem-se ativos. (SOUZA, LAUTERT, 2008)

A medida que as alunas foram se agregando ao projeto por livre adesão, outras também se aproximaram por conhecerem o trabalho ou serem convidadas por colegas.

Qualquer pessoa pode participar do projeto, desde que se comprometa, a ter uma atitude de respeito a natureza, as pessoas mais humildes e aos programas e aos Projetos Filantrópicos diagnosticados como uma boa direção, uma boa equipe técnica e relevância transformadora.

A princípio o foco estava nos materiais que chegavam e deveriam ser analisados, nas necessidades das entidades, e no que era produzido. Em pouco tempo, percebeu-se que a gratificação da entidade beneficiada pelo projeto era compatível ao nível de satisfação de quem doava seu tempo para produzi-lo.

Constata-se que, em uma análise geral, fica difícil a percepção de quem é agraciado com a motivação e o bem. Em muitos casos quem é provedor é colocado em uma situação tão claramente compensatória que ao dar recebe em gratidão, em afeto e transforma profundamente à sua leitura de mundo. (FURTADO et al, 2011)

E assim foi iniciado o processo de mão dupla de que quem doa se alimenta e quem recebe se fortalece igualmente. Voluntárias fundadoras foram aquelas que no primeiro momento, visitaram o projeto, notaram o perfil de lazer com base cultural e principalmente foram sensibilizadas a doarem tudo aquilo que não mais usavam para servirem a outras pessoas, outra famílias, instituições ou entidades. E as voluntárias permanentes são aquelas que se agrupam, por afinidade, procedência, disponibilidade e se encontram em períodos distintos e determinados. (FURTADO et al, 2011)

O voluntariado é definido legalmente como atividade não remunerada, prestada por pessoas física e entidade pública de qualquer natureza ou instituição privada sem fins lucrativos, que tenha objetivos cívicos, culturais, educacionais, científicos, recreativos ou de assistência social. (DOMENEGHETTI, 2001)

A atividade voluntária pode ser classificada em dois tipos, segundo a participação: direta, na qual ha prestação de serviços e indireta, quando são realizadas doações. (SILVA, 2003)

Atualmente, frequentam regularmente o programa de voluntariado, 30 pessoas, destas 10 frequentam as 3as feiras, no período matutino, outras 20 no período vespertino. Em relação a participação indireta, ou seja, por intermédio de doações, atuam aproximadamente 154 pessoas e cinco empresas cidadãs.

Em razão da grande demanda, no biênio 2012-2013 foram selecionadas as seguintes instituições a serem atendidas de acordo com perfil e localização geográfica. Com sede em Itajaí: Parque Dom Bosco que atendem crianças, jovens, e adultos sendo uma obra da Igreja Católica Salesiana; Tv Brasil Esperança, programa assistencial, beneficente, periférico, para pessoas de baixa renda de Itajaí e Região e tribos indígenas de José Boitheatu – no Alto Vale do Itajaí. Obra da Igreja Evangélica. Com sede em Navegantes: CRAS – Centro de Referencia em Assistência Social na periferia do Bairro São Paulo. Atendendo todos os níveis de promoção social e apoio a família. Em Balneário Camboriú: AMA – Associação de Mães dos Autistas que trabalha integrado com 25 famílias; PAI – Posto de Atenção à Infância que atende através de uma unidade de pediatria crianças com faixa etária em geral; Zoológico da Santur – parceria com a bióloga Márcia em ações pontuais de eventos temáticos. No município de Tijucas: Lar dos Anciãos Desamparados de Tijucas, apoio em todos os níveis da instituição.

Além das instituições previamente selecionadas, o projeto atende em regime de plantão, emergências e catástrofes tais como: Morro do Baú, localidade de Ilhota e municípios de Rio do Sul e Mirim Doce, regiões atingidas pelas cheias, bem como, Guaraciaba, município do oeste catarinense, vítima de tornado.

No decorrer dos semestres, o projeto segue o calendário balizado por dadas temáticas. No início do ano letivo, o enfoque é direcionado a festa de páscoa para entidades carentes, seguido do dia das mães para unidade asilar, festa junina para comunidades carentes, dia dos pais para unidade asilar, tematização de 7 de setembro para escolas periféricas, mês das crianças para todas as entendidas acima relacionadas, natal solidário para unidade asilar, Associação dos Autistas, Centro de Referencia a Assistência Social, Posto de Atenção a Infância, Unidade Asilar e TV Brasil Esperança.

TRABALHO VOLUNTÁRIO E QUALIDADE DE VIDA

A Organização Mundial da Saúde conceitua saúde “como um completo estado de bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de doença ou enfermidade”

O Ministério da Saúde por intermédio do programa Saúde da Pessoa Idosa, procura garantir atenção integral a saúde da população idosa, com ênfase no envelhecimento saudável e ativo. (MINISTERIO DA SAÚDE, 2013)

A proposta de envelhecimento ativo e saudável busca oferecer qualidade de vida por meio hábitos saudáveis, convivência social estimulante, busca de atividades prazerosas e/ou que reduzam o estresse. (MINISTERIO DA SAÚDE, 2013)

A relação entre a qualidade de vida, melhoria das condições de saúde e trabalho voluntário, nos remete a Teoria da Atividade, que aponta a manutenção de atividades como um benefício e uma necessidade para a satisfação com a vida no processo de envelhecimento, enfatizando que a maioria das pessoas requer e deseja níveis elevados de atividade social. (SOUZA, LAUTERT, 2008)

Em pesquisa realizada no município de Porto Alegre, foi investigada a influência do trabalho voluntário na autopercepção de saúde de um grupo de idosos que atua em uma Organização Não Governamental, comparando-o com outro grupo de idosos que não realizam trabalho voluntário. Verificou-se que no grupo atuante na ONG, foram atribuídos melhores conceitos quando comparado ao outro grupo; assim os resultados sugeriram o trabalho voluntário como um mecanismo de promoção de saúde dos que o praticam. (SOUZA, LAUTERT, HILLESHEIN, 2010)

Um dos diferenciais do programa de voluntariado NLBC esta na participação de pessoas de faixas etárias diferentes, embora haja predominância de pessoas com mais de 60 anos. Esta heterogeneidade é proposital e considerada produtiva pois favorece a integração entre gerações.

O público que frequenta o programa de voluntariado, do NLBC, está inserido em um ambiente universitário, o qual por si só, já favorece a integração com pessoas mais jovens. Considera-se esta experiência essencial, pois segundo Goncalves et al (2006) o desenvolvimento de programas interacionais, combatem as representações negativas e produzem informações em diferentes contextos.

Em estudo que sugere o trabalho voluntário como promotor da qualidade de vida de idosos, verificou-se no grupo que atua no voluntariado, a predominância de mulheres, sem companheiro e com alta escolaridade. (SOUZA, LAUTERT, HILLESHEIN, 2011)

O projeto em questão, proporciona um espaço no qual as voluntárias se reúnem para doar o seu tempo e produzirem materiais a serem direcionados a alguma das entidades participantes. Considera-se importante o deslocamento da voluntária de sua residência, pois muitas delas moram sozinhas e necessitam se manterem ativas com compromisso formal, solidário e cidadão.

No exercício do trabalho voluntário proposto pelo projeto é pertinente que cada voluntária atue mediante sua potencialidade e capacidade, dependendo o dom e o tamanho de sua entrega, desta forma sentem-se confiantes, satisfeitas e úteis. Na grande maioria, as voluntárias são leigas no fazer pedagógico, na arte educação e no artesanato de festas comemorativas. Assim: umas riscam, outras cortam, umas dobram, outras embalam, algumas buscam doações, outras às entregam.

Existe uma tendência consolidada de mobilização destas voluntárias com os que as cercam: sejam parentes, vizinhos ou apenas conhecidos. Algumas são síndicas que promovem campanhas de doações para que possam ser mantidos regularmente esta distribuição solidária.

O convívio social com as demais voluntárias implica em aprender a dividir, a ceder, a suportar, a perdoar, pois cada uma tem uma cabeça e uma sentença, um estilo e uma história de vida. Muitas vieram de estruturas pessoais de economia e função no trabalho muito complexas. Muitas estiverem ligadas ao poder em toda sua ordem. Hoje grande parte das mesmas tem filhos encaminhados e muito longe, morando inclusive em outros continentes. É muito importante abrir novos espaços e possibilidades afetivas numa relação que possibilite ampliar níveis de afeto.

Como forma de fortalecer esta convivência, no intervalo das atividades comumente promove-se um breve lanche que é rateado por todas e é um momento de confraternização. Esta socialização é fundamental para o fortalecimento dos vínculos entre o grupo.

Tal como afirma Souza, Lautert (2008), cabe mencionar que não se deve intitular ou impor o voluntariado como uma solução para todas as pessoas, pois admite-se a

heterogeneidade e a diversidade entre as pessoas, sobretudo naquelas com faixa etária mais avançada.

Os convites são realizados, as pessoas são sensibilizadas ao voluntariado, no entanto a decisão é extremamente particular. Participam aqueles que se identificam com a proposta e se beneficiam com a mesma.

Costurando este enriquecimento pessoal, os alunos são levados a abrir mão de itens de natureza superflua se são direcionados a entidades carentes com função filantrópica.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Medidas como o voluntariado, que ajudem as pessoas a se manterem saudáveis e ativas no processo de envelhecimento precisam ser implementadas e fomentadas como uma necessidade emergente para aumentar a expectativa de uma vida saudável e com qualidade. (SOUZA, LAUTERT, HILLESHEIN, 2011).

No que se refere ao curso de extensão “Mais e Melhor Idade”, trata-se de um grupo provedor, atento as mudanças, buscando o protagonismo social. Procuram na informação uma aliada na construção de uma fala crítica, na qual o espaço da tristeza, da solidão, da ausência de fazer algo, da distância das pessoas que se foram ou que longe se encontram é cambiada por novas construções, novos olhares, novas releituras de mundo; buscam faíscas e grandes feixes de luz no encantamento de novos e promissores compromissos e afetos. Buscam num gesto, a própria vida nas mínimas coisas.

REFERÊNCIAS

DOMENEGHETTI, A. M. M. de. **Voluntariado: gestão do trabalho voluntário em organizações sem fins lucrativos**. São Paulo: Esfera, 2001.

FURTADO, C. B. *et al.* Dinâmica do voluntariado do núcleo de lazer com base cultural, em parceria com o curso de extensão Mais e Melhor Idade - Univali. **Revista Udesc em ação**. Florianópolis, v 5, n 1, 2011.

GONCALVES, D. *et al.* Promoção da qualidade de vida dos idosos portugueses através da continuidade de tarefas produtivas. **Psicologia, Saúde e Doenças**. v 7, n 1, p. 137-143, 2006.

MINISTERIO DA SAÚDE. CADERNO DE SAÚDE DA PESSOA IDOSA. Portal da Saúde. Disponível em: <http://portal.saude.gov.br/portal/saude/area.cfm?id_area=153>. Acesso em: 26 de jan 2013.

SILVA, H. A. B. D. da. **O voluntariado entre idosos no município de São Paulo**. Dissertação. São Paulo (SP): Faculdade de Saúde Pública, Universidade de São Paulo, 2003.

SOUZA, L.M de; LAUTERT, L. Trabalho voluntário: uma alternativa para a promoção da saúde de idosos. **Rev Esc Enferm USP**. v 42, n 2, p. 371-376, 2008.

SOUZA, L. M. de; LAUTERT, L.; HILLESHEIN, E. F. Trabalho voluntário, características demográficas, socioeconômicas e autopercepção da saúde de idosos de Porto Alegre. **Rev Esc Enferm USP**. v 44, n 3, p. 561-569, 2010.

SOUZA, L. M. de; LAUTERT, L.; HILLESHEIN, E. F. Qualidade de vida e trabalho voluntário em idosos. **Rev Esc Enferm USP**. v 45, n 3, p. 665-71, 2011.