



Toquotas 03, Tom Boechat

Universidade Aberta à Pessoa Idosa: um relato de Extensão Universitária em tempos de pandemia

Open University for the Elderly: an experience report in times of pandemic

Resumo

Este artigo apresenta o relato de uma experiência sobre atividades desenvolvidas pelo Programa de Extensão Universidade Aberta à Pessoa Idosa (UnAPI) da Universidade Federal do Espírito Santo (UFES), no ano de 2021, período marcado pela pandemia de COVID-19. Em virtude do necessário isolamento social como medida de proteção à saúde, a UnAPI ousou se reinventar e lançar uma versão *on-line*, objetivando manter o contato com os idosos frequentadores do referido programa, a fim de atenuar os efeitos do isolamento social imposto pela conjuntura. Assim, buscou-se analisar a contribuição do Programa de Extensão na qualidade de vida de pessoas idosas no período mais intenso da pandemia. Como resultado, foi possível identificar a diminuição do nível de sofrimento ocasionado pelo isolamento social individual e coletivo das pessoas idosas. A partir da interatividade sistemática (ainda que virtual) com esse público, foi possível aumentar o nível da qualidade de vida dessas pessoas que, no momento auge da pandemia, encontravam-se fragilizadas emocionalmente.

Palavras-chave: extensão; pandemia; pessoa idosa; Universidade Aberta à Pessoa Idosa.

Monique Simões Cordeiro
Cenira Andrade de Oliveira
Dayane Renata Rodrigues
M. A. Viana
Fernanda Pinto Medina
Octávio Henrique Durante
Cirne Nascimento
Madê Soares Tavares de
Oliveira
Rayane Aleixo da Silva

monique.cordeiro@ufes.br
cenira.ufes@gmail.com
dayanerenatarodrigues@gmail.com
fernanda.medina.ufes@gmail.com
octavio.henrique98@gmail.com
madesoresso@gmail.com
rayanealeixo2010@gmail.com

Abstract

This article presents the report of an experience about activities developed by the Universidade Federal do Espírito Santo (UFES) Extension Program Universidade Aberta à Pessoa Idosa (UnAPI), in the year 2021, a period marked by the COVID-19 pandemic. Due to the necessary social isolation as a health protection measure, UnAPI dared to reinvent itself and launch an online version, aiming to maintain contact with the elderly who frequent the program, in order to mitigate the effects of social isolation imposed by the situation. Thus, we sought to analyze the contribution of the Extension Program to the quality of life of elderly people in the most intense period of the pandemic. As a result, it was possible to identify a decrease in the level of suffering caused by the individual and collective social isolation of the elderly. From the systematic interactivity (albeit virtual) with this audience, it was possible to increase the quality of life of these people who, at the height of the pandemic, were emotionally fragile.

Keywords: extension; pandemic; elderly; University Open to the Elderly.

INTRODUÇÃO

O período mais intenso da pandemia de covid-19 trouxe uma série de desafios para a sociedade brasileira e para o mundo. Entre os vários desafios postos, ressaltamos um, que entre os demais, teve um grande impacto no cotidiano da maioria das pessoas. Referimo-nos ao isolamento social. Se por um lado algumas pessoas tiveram que permanecer reclusas em seu grupo social, por outro lado, algumas outras pessoas não eram providas de grupo social e tiveram que se isolarem sozinhas. Entre as consequências desse isolamento podemos citar os conflitos, separações, uniões e inquietações das mais variadas ordens e, em especial, o adoecimento mental. Sendo o ser humano eminentemente grupal, o desafio do isolamento individual foi o mais aviltante, principalmente para os idosos, já que são considerados de saúde fragilizada e, portanto, mais susceptíveis de serem acometidos/infectados de maneira fatal. Assim, a possibilidade de uma nova modalidade de interação com os idosos se coloca como uma alternativa de proteção e interação.

O presente artigo tem por objetivo relatar a experiência das atividades desenvolvidas pela Universidade Aberta à Pessoa Idosa (UnAPI) da Universidade Federal do Espírito Santo (UFES), possuindo como referência o ano de 2021, período em que pandemia de COVID-19 estava em alta e não havia vacina para todos/as. Em razão da suspensão temporária das atividades presenciais na UFES, provocada pela pandemia, e pela necessidade de proteção de todos que frequentam esse espaço, buscou-se novas metodologias de ensino e interatividade. Neste sentido, criou-se a modalidade virtual para o programa. Foram criadas e ofertadas atividades através das mídias sociais como *WhatsApp*, *Google Meet*, *Instagram*, *Facebook* e *Youtube*.

Esta pesquisa apresenta uma análise da contribuição da UnAPI na qualidade de vida das pessoas idosas participantes do projeto, no período de pandemia do COVID-19. A versão virtual do programa foi intitulada de “UnAPI em Tempos de Pandemia”, inicialmente, realizar-se-á uma breve apresentação do programa UnAPI/UFES, relatando seu funcionamento. Posteriormente, apresentaremos as diversas ações desenvolvidas no ano de 2021, bem como o perfil dos participantes da UnAPI.

METODOLOGIA

Este artigo é um relato de experiência do programa de extensão UnAPI, vinculado ao Curso de Serviço Social da Universidade Federal do Espírito Santo, a partir da observação por profissionais de Serviço Social, estagiários e extensionistas no contexto de pandemia de COVID-19, no qual todas as atividades foram adaptadas para o modo remoto/virtual. Concomitante ao relato, apresenta-se dados acerca do perfil dos participantes do programa, que tem como público-alvo a população a partir de 60 anos. Estes dados foram coletados no ano de 2021. Importante ressaltar que a pesquisa de perfil foi um importante instrumento para aprimorar e direcionar as ações desenvolvidas. Neste sentido, é importante reforçar que extensão e pesquisa podem e devem se retroalimentarem. O objetivo maior nesse relato parte da experiência de extensão com pessoas idosas no período da pandemia, mas é considerado importante tornar público o perfil dos sujeitos alvo desta ação extensionista. Assim, de forma objetiva, o resultado dessa pesquisa de perfil se tornou um instrumento de qualificação da ação de extensão.

No ano de 2021, a UnAPI possuía aproximadamente 200 idosos/as cadastrados/as e ofertou 14 atividades gratuitas, de forma virtual, divididas em módulos, oficinas e cursos. As inscrições para participar das atividades da UnAPI ocorreram via aplicativo *WhatsApp*. Foram criados grupos para cada oficina/módulo/curso na referida plataforma e as atividades ocorriam de acordo com o cronograma. As ferramentas utilizadas para disseminação dos conteúdos nos grupos foram primordialmente através de textos, vídeos, imagens e áudios, possibilitando maior acessibilidade aos participantes. Apenas dois facilitadores utilizaram a plataforma *Google Meet* para ministrar as suas atividades de forma síncrona.

O objetivo geral da proposta da UnAPI, durante o período da pandemia, foi promover atividades multidisciplinares de forma virtual para pessoas a partir de 60 anos, a fim de garantir um nível de interatividade no período de isolamento ocasionado pela pandemia de COVID-19. Os objetivos específicos foram: incentivar o isolamento social da população idosa em tempo de suspensão das atividades presenciais; viabilizar a educação continuada através de conteúdos multidisciplinares; refletir sobre estratégias para lidar com o isolamento social; proporcionar um espaço de aprendizado teórico-prático para estudantes de diversas áreas; e promover espaços de interação social de forma virtual para amenizar possíveis desconfortos emocionais ocasionados pelo isolamento social.

De forma complementar, no período intenso da pandemia, objetivou-se incentivar o isolamento social da população idosa durante o período de suspensão das atividades presenciais e promover espaços de interação social de forma virtual para amenizar possíveis desconfortos emocionais ocasionados nesse período. O referido incentivo foi trabalhado como forma necessária de proteção. Não obstante, vale ressaltar que, tal incentivo foi constituído desde a desmistificação de *Fake News*, passando pela noção de proteção e cuidado.

RESULTADOS

A Universidade Aberta à Pessoa Idosa da Universidade Federal do Espírito Santo

O envelhecimento da população brasileira é reflexo de diversos fatores, tais como os progressos tecnológicos, da medicina e da ciência, que permitem um maior prolongamento da vida. Freitas (2004) indica que a fabricação de antibióticos na década de 40, a criação das unidades de terapia intensiva, bem como o surgimento das vacinas, contribuíram de forma crucial para essa maior longevidade. Contudo, o processo de envelhecimento se dá de maneira desigual nas diferentes realidades sociais, uma vez que nem todos possuem as mesmas condições de acesso a esses avanços. Nessa perspectiva, enquanto o Estado de Santa Catarina apresenta a maior esperança de vida (79,1 anos) e em segundo lugar o Espírito Santo (78,2 anos), no Maranhão uma criança, ao nascer, espera viver quase 9 anos a menos, tendo em vista que esse Estado possui uma expectativa de vida de 70,6 anos.

(...) não existe um envelhecer só, mas processos de envelhecimento – de gênero, de etnia, de classe social, de cultura – determinados socialmente. As desigualdades do processo de envelhecimento devem-se, basicamente, às condições desiguais de vida e de trabalho a que as pessoas estiveram submetidas no curso de suas vidas (LOUVISON; ETSUKO, 2012, p.158).

Outro fator que impacta no envelhecimento da população brasileira é a queda significativa na fecundidade, desde os anos 1970, concomitante ao aumento do uso de contraceptivos (CAMARANO *et al.*, 2011). Segundo Camarano “em 40 anos, a fecundidade das mulheres brasileiras reduziu-se a quase um terço. Nessas últimas décadas, a taxa de fecundidade passou de aproximadamente 6,0 filhos por mulher, para 1,8” (2011, p.2).

De acordo com o levantamento realizado pelo Fundo de População das Nações Unidas (UNFPA), em 2018 essa taxa de fecundidade estava associada a dois principais fatores no Brasil: educação e renda. Conforme aponta a pesquisa, existem dois extremos no nosso país: mulheres com maior escolaridade e maior renda possuem menos filhos; em contrapartida, mulheres com menos escolaridade e, conseqüentemente com renda baixa e menos oportunidades possuem mais filhos, principalmente quando jovens. Esses fatores são reflexos da extrema desigualdade brasileira, inclusive “no acesso a informações e serviços” (BRASIL, 2018, p.7).

Em resumo, o Brasil já deixou para trás as altas taxas de mortalidade e natalidade, uma estrutura etária jovem e um alto crescimento populacional. Hoje, apresenta um regime demográfico com baixas taxas de mortalidade e natalidade, uma estrutura etária em envelhecimento e uma população que tende ao decréscimo (BRASIL, 2018, p.11).

Essa conquista do envelhecimento na sociedade brasileira deve estar aliada, mais do que nunca, a políticas que atendam a novas e velhas demandas sociais desse grupo etário, proporcionando às pessoas que envelhecem a dignidade humana e o cumprimento dos seus direitos fundamentais.

No contexto da UFES, o Núcleo de Estudos sobre o Envelhecimento e Assessoramento à Pessoa Idosa (NEEAPI) foi criado em 1996 por duas professoras do Departamento de Serviço Social. Seu surgimento ocorre em resposta à necessidade de promover o debate sobre a temática do envelhecimento na UFES, a partir do cenário de aumento da população idosa no Espírito Santo e, por conseguinte, das demandas apresentadas por este segmento etário. Estima-se que a taxa de envelhecimento populacional entre a década de 90 e os anos 2000 representava 5,53% da população capixaba, seguidas de 7,10% em 2010 e 9,36% em 2017 (ATLAS, 2017), fato que corrobora a transição demográfica. Dessa forma, as transformações na dinâmica populacional da população capixaba, aliada às demandas sociais apresentadas por esse segmento etário, colaboraram para a constituição do referido núcleo.

O NEEAPI, há 25 anos, desenvolve o Programa UnAPI, único no porte público de Extensão Universitária no estado do Espírito Santo voltado à população com idade igual ou superior a 60 anos. O núcleo revela-se como um importante espaço

de contribuição para produção de conhecimento na temática do envelhecimento e possui assento no Conselho Estadual de Defesa dos Direitos da Pessoa Idosa do Espírito Santo.

A UnAPI tem como compromisso social o Programa de Extensão que atua como um instrumento de conexão entre universidade e sociedade, promovendo o intercâmbio entre os(as) participantes e o conhecimento produzido no meio acadêmico, fazendo parte do NEEAPI, que é um Núcleo que promove a produção de monografias, dissertações, teses, trabalhos de conclusão de curso, artigos, grupo de estudos, oferta de disciplina curricular optativa e supervisão de estágio curricular. Dessa forma, constata-se que esse processo está afinado com o princípio da indissociabilidade entre ensino, pesquisa e extensão, uma vez que as ações do programa se concretizam de forma integrada e articulada às dimensões de ensino e pesquisa. Reconhece-se, portanto, a extensão como um espaço que também contribui para a formação profissional, possibilitando ao/à discente o contato com a realidade e, portanto, a relação teoria-prática (CORDEIRO *et al.*, 2019).

Conforme Mészáros (2008) a educação perpetuada na configuração da sociedade capitalista não tem como funcionalidade promover aos seres humanos a sua autossatisfação, ao contrário, trata-se de uma educação imediatista, que visa atender às necessidades de produção e reprodução do status quo, em detrimento da autorrealização humana. A lógica de educação emancipatória desenvolvida nas atividades, sobretudo nos módulos, segue uma abordagem questionadora das relações sociais na perspectiva de proporcionar a formação de uma consciência crítica acerca da realidade apresentada pelo cotidiano. Todo trabalho é desenvolvido a partir do estímulo à autorreflexão e impulsiona a formação de sujeitos autônomos, e capazes de propor e planejar estratégias de defesa, e ampliação de direitos no sentido da transformação da realidade social que se apresenta.

A UnAPI em tempos de pandemia de COVID-19

Durante a pandemia foram ofertados dois módulos. O módulo “Saúde e Qualidade de Vida” que tratou de questões primordiais para o enfrentamento seguro da pandemia de COVID-19, ministrado por professoras do departamento de enfermagem da UFES. O módulo “Direito, Cidadania e Questão Social” foi facilitado por uma advogada e Conselheira do Conselho Municipal de Defesa dos Direitos da Pessoa Idosa (COMID), e por uma estagiária em Serviço Social. Foram abordados temas relacionados aos direitos da Pessoa Idosa, fortalecimento e exercício da cidadania e emancipação humana.

Os módulos foram conduzidos em formato dialógico, reflexivo e democrático. Seu objetivo foi facilitar a discussão dos problemas cotidianos vivenciados pelos idosos em relação às suas principais questões. A atividade ocorreu em dois momentos principais: no primeiro, o tema foi exposto pelo facilitador com a intenção de fornecer os elementos teóricos necessários para embasar o debate; no segundo o debate ocorreu de forma horizontal, em uma dinâmica participativa e de troca mútua entre os atores.

Um dos princípios norteadores dos módulos da UnAPI é a educação horizontalizada que supere os traços autoritários, opressores e hierarquizados da educação bancária. O programa defende que cada sujeito carrega uma infinidade de aprendi-

zados e saberes adquiridos em suas experiências ao longo da vida, e os módulos são espaço de compartilhamento desses conhecimentos (CORDEIRO *et al.*, 2019).

O facilitador não é sujeito detentor de toda sabedoria e nem os idosos são “esponjas” que absorvem as informações que lhe são passadas de modo inquestionável, ao contrário disso, são espaços de reflexão coletiva crítica, debate e compartilhamento de vivências e concepções, em que a vez e a voz de todos são valorizadas (CORDEIRO *et al.*, 2019, p.6).

As oficinas tiveram um caráter essencialmente prático, no entanto, com embasamento teórico. Esta ação utilizou uma variedade de técnicas, exercícios e dinâmicas de caráter coletivo e/ou individual. No ano de 2021 foram ofertadas oito oficinas, como: Dança Sênior, Memória, Envelhe(ser) e Processos Psicossociais, Yoga, Café com Prosa, Conectados: inventores e invenções, Vivências e Criatividades e, ainda, Educação Física.

A oficina Envelhe(ser) e Processos Psicossociais, ministrada por extensionistas do curso de psicologia, teve um papel fundamental no acolhimento e manejo das emoções dos/as idosos/as e no estímulo à autoestima e ao autocuidado na quarentena durante a pandemia.

A oficina “Café com Prosa” surgiu a partir da iniciativa das pessoas participantes, com o intuito de criar um espaço em que a pessoa idosa fosse protagonista no processo de condução e escolha das temáticas a serem debatidas. A oficina visou proporcionar um espaço de resgate da autonomia, fortalecimento de vínculos, discutir sobre assuntos diversificados e promover uma nova visão sobre o processo de envelhecimento.

A modalidade do curso teve como metodologia ensinar aos/às participantes a realização de algo, como, por exemplo, falar alguma língua estrangeira. Em 2021, foram ofertados os cursos de espanhol (iniciante e intermediário), de inglês e de *smartphone*. Este último, ofertado pelo Núcleo de Cidadania Digital (NDC) da UFES, teve função importante na promoção da acessibilidade de pessoas idosas nas plataformas digitais. A partir de vídeos transmitidos pelo *YouTube* com o passo a passo, foi possível ensinar aos/às participantes como usar vários recursos no *smartphone*. O curso abordou tópicos mais básicos, como a conexão de *internet* e, também, mais avançados, como o uso de aplicativos e funções mais complexas (armazenamento de arquivo em nuvem). Durante as atividades foi perceptível o avanço desses/as idosos/as quanto ao uso das tecnologias digitais, e o êxito do curso.

Quanto ao perfil dos participantes, a pesquisa permitiu identificar quem são, onde moram e outros aspectos, auxiliando, dessa forma, a planejar e orientar as ações, pesquisas e estudos. Foi observado que a maioria dos(as) participantes se identificou como do gênero feminino (94%) e apenas 6% do gênero masculino. De acordo com Goldenberg (2015), o julgo social sobre o papel da mulher de cuidar sempre dos outros, da casa, filhos, marido e suas esperadas ações as conduzem a não olharem para elas mesmas, porém, quando em idades avançadas, deixam de se preocupar com a opinião alheia, se reinventam e passam a ter tempo para si. Por essa razão, podemos supor que a maior participação de mulheres comparada aos homens nos espaços que promovem/promoveram a interação social, pode ser reflexo de suas trajetórias de vida.

No decorrer das atividades ofertadas foi possível observar características predominantes dos(as) idosos(as) que se confirmaram com a pesquisa do perfil. Mais da me-

tade (62,5%) dos participantes possuem ensino superior completo, 80,2% possuem plano de saúde, e a maioria (53,6%) se identifica como pessoa branca. Olhar para esses dados de forma combinada nos conduz a considerar o perfil socioeconômico do público que frequenta a UnAPI.

No que tange as localidades de moradia dos(as) participantes, mais da metade estão domiciliados/as na cidade de Vitória, com 111 pessoas distribuídas em 26 bairros, seguida de Vila Velha com 30 pessoas em 12 bairros, Serra com 23 pessoas em 15 bairros, Cariacica com 7 pessoas em 6 bairros e Guarapari com 1 pessoa. Fora da Grande Vitória foram identificadas 3 participantes e ainda outras 6 pessoas de demais estados da federação (Rio de Janeiro e São Paulo). Vale ressaltar que foi verificado que os bairros da cidade de Vitória com mais participantes na UNAPI, são: Jardim Camburi (28) e Jardim da Penha (23), bairros de classe média e classe média alta. E os bairros com menos representação são bairros periféricos como Joana D'arc, Tabuazeiro e Inhanguetá, com 2, 3 e 1 participantes respectivamente.

Segundo o relatório do Instituto Jones dos Santos Neves (IJSN), baseado no último Censo Demográfico 2010, os bairros de Jardim Camburi e Jardim da Penha têm uma taxa de rendimento médio das pessoas com 10 anos ou mais de idade de mais de 1 salário mínimo em 67,4% e 66,2%, respectivamente. Ao passo que nos bairros Joana D'arc, Tabuazeiro e Inhanguetá essa taxa cai para 49%; 48%; 41,9%, nesta ordem. Em contrapartida, a taxa de pessoas com 10 anos ou mais de idade que não possuem qualquer rendimento se inverte, sendo as taxas mais altas dos bairros mais periféricos: Joana D'arc (37,0%); Tabuazeiro (31,7%); Inhanguetá (38,2%); Jardim Camburi (26,3%) e Jardim da Penha (26,8).

Isto posto, podemos admitir que a maior parte de idosos/as que realizam/realizaram as atividades da UNAPI é de classe média, o que nos leva a refletir que o programa possui um grande caminho pela frente no sentido de alcançar outras frações da população idosa, que por algum motivo não estão acessando o programa de extensão.

A experiência do trabalho de traçar o perfil das participantes das atividades da UnAPI nos motivou a pensar e debater sobre ideias, e possibilidades de ações do projeto de extensão durante o período de pandemia como para além, como forma de expandir a ação extensionista. O mesmo questionário que utilizamos para mapear o perfil de usuários/as foi utilizado também para reconhecermos alguns efeitos da pandemia para os(as) idosos(as).

Quando questionamos se deixaram de realizar atividades devido a pandemia, a maioria relatou que sim. As respostas foram concentradas, especialmente, em atividades físicas e sociais como: deixou de ir à igreja; encontrar amigas e familiares; frequentar a UnAPI; praticar pilates, *yoga*, academia, caminhada, fisioterapia, alongamento, aeróbica, entre outras; de atuar em atividades voluntárias; de frequentar centro de convivência de idosos(as); de fazer exames médicos; de viajar; de frequentar aulas presenciais, restaurantes e bailes de dança; de ir ao cinema, às lojas; de fazer aulas de dança; aulas de música; de ir à praia, ao teatro e ao parque; de andar de bicicleta, ônibus e a pé; de receber visitas; e de participar da associação de moradores e conselhos.

De 184 pessoas, 49 não estavam participando das atividades da UnAPI naquele momento. Dos motivos apresentados, a maioria relatou não gostar ou não conseguir se adaptar no formato *online* a distância das atividades. A dificuldade com a tecnologia também esteve presente nas respostas, assim como falta de ânimo, mo-

tivo de doença, por apresentar dificuldade em se concentrar após pegar COVID-19, por estar ajudando filhos(as) e netos(as), por estar ocupada com outras demandas, e por estar trabalhando.

Sobre a saúde mental durante o período de pandemia, foram comuns os relatos de ansiedade, tristeza, angústia, estado deprimido e de depressão causadas e/ou agravadas pela pandemia. Apareceram relatos diversos como: grande impacto e ansiedade causada pelas notícias iniciais a respeito do vírus, o desconhecimento da doença e o isolamento social; saudades de netas e a falta em acompanhar seus crescimentos; a falta de ter a casa cheia; falta de contato com a família e pessoas conhecidas; insônia; tristeza; medo da doença por conta de falecimento e internação de familiares; medo de pessoas conhecidas e familiares adoecerem; se sentir esgotada com a pandemia; dificuldades para sair de casa; apreensão com o futuro de filhas e netas devido aos acontecimentos no Brasil e no mundo; se sentindo mais esquecida, irritada e estressada; relato de alucinações durante isolamento em uma internação em unidade de tratamento intensiva (UTI) devido a problemas cardíacos; desenvolvimento de síndrome do pânico por ter tido que cuidar da mãe com doença de Alzheimer; dentre outros relatos de adoecimento mental.

A participação nas atividades da UnAPI, ainda que de forma remota, mostrou trazer benefícios à saúde mental e interação social dos(as) idosos(as). De 134 pessoas, 97% relataram que a participação nas atividades estava trazendo benefícios no contexto de pandemia. As declarações foram que as atividades ajudaram a ocupar o tempo e a mente, a não ficar ociosa, aprender coisas novas, a interagir e conversar com outras pessoas, ainda que à distância, a manter a saúde mental, apoio em momento de cirurgia, a se manter ativa, a se distrair e relaxar, a sair do cotidiano da pandemia, a amenizar o afastamento social, a ser um momento de escape da rotina, a trazer mais qualidade de vida, a trazer maior conhecimento tecnológico e maior independência, contribuindo para falar com familiares pelo smartphone, a ter equilíbrio e saúde, a conseguir a lidar melhor com a depressão e afastar a solidão, e a realizar atividade física.

Em julho de 2021, tendo em vista a urgência da vacinação da população contra a pandemia do COVID-19, constatou-se que muitos/as idosos/as se encontravam temerários/as a buscar serviços de saúde, com dúvidas frente a notícias falsas veiculadas nos meios de comunicação digitais. Neste sentido, foi realizado o projeto de extensão de monitoramento e orientação vacinal para a pessoa idosa durante a pandemia. Neste projeto, foi realizado o contato com os participantes da UnAPI, via telefone, para que fosse possível verificar a situação vacinal contra a COVID-19. Os que se negavam a se imunizar e os que possuíam dúvidas sobre a vacinação, foram encaminhados para profissionais e estudantes da área da saúde para esclarecimento de suas dúvidas e sensibilização quanto à importância do esquema de imunização completo contra a COVID-19, a partir de fundamentação científica.

Durante o ano de 2021 a UnAPI realizou também uma palestra no curso “Envelhecimento e Sociedade” da Universidade Federal de Santa Catarina sobre a trajetória das políticas públicas para a população idosa; ministrou o minicurso “Conselhos de Direitos: os desafios da participação em tempos de democracia em crise”, em parceria com o Núcleo de Estudos em Movimentos e Práticas Sociais (NEMPS) da Ufes; e concedeu palestras sobre a temática do envelhecimento nos cursos de te-

rapia ocupacional e psicologia da UFES. Vale registrar que todas as atividades foram realizadas de forma remota.

Além das atividades supracitadas, foram desenvolvidas artes para as redes sociais da UnAPI (*Instagram e Facebook*) com o intuito de ter maior divulgação das atividades durante esse período de isolamento e, também, para aproximar os(as) idosos(as) através de informações, notícias e dicas de vídeos.

Entre as várias postagens nas referidas redes sociais, destacamos o de comemoração ao Dia Internacional da Pessoa Idosa (1º de outubro), que teve como objetivo refletir acerca do idadismo, o quanto a sociedade rejeita à velhice como um estágio natural da vida. O idadismo, conhecido também como ageísmo, refere-se ao ato de “discriminar ou criar estereótipos, em geral negativos, para um indivíduo ou grupo de pessoas, baseado na idade cronológica” (DÓREA, 2021, p.10). Dessa forma, foram utilizadas algumas imagens para explicar sobre o que é idadismo, além de divulgar uma pesquisa *on-line* que tinha como questionamento: “você já sofreu preconceito por ser idoso/a? Já ouviu alguma piada por ser idoso/a? Já se sentiu descredibilizado/a, menosprezado/a, diminuído/a ou excluído/a por ser idoso/a? Se sim, conte para nós como foi!”. Diante de 82 respostas, 29 (35,7%) responderam que já sofreram idadismo. Entre os vários relatos, destacamos alguns:

Quando fiz um processo seletivo, ouvi as pessoas mais novas que estavam na fila esperando a contratação, falarem: essa velharia ao invés de ficar em casa vem tomar a nossa vez (participante UnAPI, 2021);

Em algumas rodas de conversa, principalmente se estão pessoas bem mais novas, o que eu falo não é muito relevante para eles, como se eu não soubesse de nada (participante UnAPI, 2021);

Já ouvi que lugar de idoso é em casa, na rua atrapalha (participante UnAPI, 2021);

Quando você chega em algum lugar para tratar de um assunto que é seu, porém acompanhada de alguém mais jovem, um filho por exemplo e a pessoa se dirige ao outro, é como se você não estivesse ali. É péssimo! (participante UnAPI, 2021).

Na pandemia o idoso foi tratado como objeto descartável. Quanto mais idosos morrerem melhor (participante UnAPI, 2021);

No trânsito, por qualquer coisa falam: só pode ser velha; velha, você está errada (participante UnAPI, 2021);

Em algumas rodas de conversa, principalmente se estão pessoas bem mais novas, o que eu falo não é muito relevante para eles (participante UnAPI, 2021).

Nas redes sociais, foram publicadas também, dicas de vídeos para entender o processo de envelhecimento como algo natural e também como um direito essencial dos indivíduos. Um dos vídeos foi realizado por uma das facilitadoras da UnAPI, que com 88 anos explicou os segredos da sua longevidade e do envelhecimento ativo.

CONCLUSÃO

Conclui-se que historicamente a UnAPI tem contribuído para oportunizar o desenvolvimento de ações socioculturais que favorecem a construção da sociabilidade da pessoa idosa, além de propiciar o aprofundamento da temática sobre políticas públicas para a pessoa idosa e sobre o processo do envelhecimento em diversos espaços socioinstitucionais. No decorrer do ano de 2021, período marcado pela pandemia de COVID-19, a UnAPI ousou e conseguiu adaptar suas atividades ao modelo remoto/virtual, de forma a atender algumas das necessidades do seu público-alvo. Se foi um desafio para os idosos interessados em participar e, portanto, manter o vínculo com o programa, vale ressaltar que também foi um desafio para toda a equipe. Quebrar paradigmas, romper estigmas e acima de tudo, se lançar a um novo aprendizado, um novo conhecimento de TI (tecnologias de informação) e mídias sociais foi desafiador e instigante.

Com base nos relatos foi possível observar os benefícios das atividades ofertadas pelo Programa de Extensão no cotidiano dos(as) idosos(as), sobretudo no que se refere à amenização dos desconfortos emocionais causados pelo isolamento social. Neste sentido, podemos afirmar que os objetivos foram alcançados. Romper com a solidão, poder rever amigos/as, quebrar o silêncio, contar e ouvir experiências, aprender uma nova forma de comunicação e interação, sentir-se acolhido/a pela universidade, entender e desmistificar o processo pandêmico e colorir a rotina foram alguns benefícios apresentados pelos participantes. Numa sociedade que estigmatiza, que reforça o idadismo, que aparta a pessoa idosa de participação social mais ampla, e que cultua interesses de promoção social destinados, quase que exclusivamente, à juventude, os interesses e as necessidades das pessoas idosas ficam subsumidos e/ou relegados a um segundo ou terceiro plano. Mesmo nas famílias, não há a escuta atenta aos interesses desses sujeitos. Sufocadas pelo tempo, pela pressa e afazeres, as famílias esquecem que o idoso é um adulto que envelheceu, mas que continua sendo um sujeito de direitos e desejos.

Ao buscar manter as atividades do Programa UnAPI em forma remota/virtual, no período auge da pandemia de COVID-19, reconhece-se e afirma-se mais uma modalidade de fortalecimento e ampliação da Extensão Universitária para a importante e necessária interlocução com a comunidade. Trata-se da universidade pública cumprindo o seu papel com a comunidade em geral e em especial com a população mais longeva, mesmo que em tempos de pandemia.

REFERÊNCIAS

ATLAS. Atlas do Desenvolvimento Humano no Brasil, 2017. Disponível em: <http://www.atlasbrasil.org.br/perfil/uf/32#sec-demografia>. Acesso em: 01 de maio de 2022.

BRASIL. Lei no 10.741, de 1º de outubro de 2003. Dispõe sobre o Estatuto do Idoso e dá outras providências. **Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil**, Brasília, 3 out. 2003. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/10.741.htm. Acesso em: 07 mai. 2022.

BRASIL. UNFPA. Fecundidade e dinâmica da população brasileira. Brasília, 2018.

CAMARANO, A. A. *et al.* **Condições de funcionamento e infraestrutura das instituições de longa permanência para idosos no Brasil**. (Comunicados do IPEA. Eixos do desenvolvimento brasileiro, 93). Brasília, DF: IPEA, 2011.

CORDEIRO, Monique Simões *et al.* O instrumento grupo no trabalho com pessoas idosas na Universidade Aberta à Pessoa Idosa do Espírito Santo. In: Congresso Brasileiro de Assistentes Sociais, 16., Brasília. Anais... Brasília: CFESS, 2019.

DÓREA, Egidio Lima. **Idadismo: Um mal universal pouco percebido**. 1ªed. São Leopoldo, RS: Ed. Unisinos, 2021.

FREITAS, E.V. de. Demografia e epidemiologia do envelhecimento. In: PY, L. et al. Tempo de envelhecer: percursos e dimensões psicossociais. Rio de Janeiro: Ed. NAU, 2004.

GOLDENBERG, Mirian. **A bela velhice**. Rio de Janeiro: Ed. Record, 2015.

INSTITUTO JONES DOS SANTOS NEVES. **Indicadores socioeconômicos dos bairros dos municípios do estado do Espírito Santo. Vitória, 2012**. Disponível em: <http://www.ijsn.es.gov.br/artigos/1318-nt-29-indicadores-socioeconomicos-dos-bairros-dos-municipios-do-estado-do-espírito-santo>. Acesso em: 10 mai. 2022.

LOUVISON, M. ETSUKO, R. **Envelhecimento e políticas públicas de saúde da pessoa idosa**. In: BERZINS, M.; BORGES, M. C. Políticas públicas para um país que envelhece. São Paulo: Martinari, 2012.

MÉSZÁROS, I. **Educação para além do capital**. 2ª Ed. São Paulo, SP: Ed. Boitempo, 2008.