



UNIVERSIDADE DO ALGARVE
ESCOLA SUPERIOR DA EDUCAÇÃO E COMUNICAÇÃO

***“Solidão, relações sociais e qualidade de vida.
Um estudo sobre os idosos da Freguesia de Cachopo”***

Dina Raquel Guerreiro Barão

Dissertação para obtenção do grau de Mestre em Educação Social

Trabalho efetuado sob a orientação de:

Doutora Maria Leonor Borges

FARO, 2015



UNIVERSIDADE DO ALGARVE
ESCOLA SUPERIOR DA EDUCAÇÃO E COMUNICAÇÃO

*“Solidão, relações sociais e qualidade de vida.
Um estudo sobre os idosos da Freguesia de Cachopo”*

Dina Raquel Guerreiro Barão

Dissertação para obtenção do grau de Mestre em Educação Social

Trabalho efetuado sob a orientação de:

Doutora Maria Leonor Borges

FARO, 2015

***“Solidão, relações sociais e qualidade de vida.
Um estudo sobre os idosos da Freguesia de Cachopo”***

Declaração de autoria da dissertação

Declaro ser a autora deste trabalho, que é original e inédito. Autores e trabalhos consultados estão devidamente citados no texto e constam da listagem de referências incluída.

Nome

Copyright -
Comunicação.

Universidade do Algarve. Escola Superior de Educação e

A Universidade do Algarve tem o direito, perpétuo e sem limites geográficos, de arquivar e publicar este trabalho através de exemplares impressos reproduzidos em papel ou de forma digital, ou por qualquer outro meio conhecido ou que venha a ser inventado, de divulgar através de repositórios científicos e de admitir a sua cópia e distribuição com objetivos educacionais ou de investigação, não comerciais, desde que seja dado crédito ao autor e editor.

Agradecimentos

Aos meus queridos pais, obrigado! Pelo apoio e pelo amor, pela união e pela esperança, pelo esforço e pelo sacrifício.

Aos meus avós e à família que guardo no coração, um obrigado!

Ao meu namorado e melhor amigo agradeço pela paciência e pela força.

A todos, pela ajuda nas horas difíceis e pela compreensão nos dias menos bons.
Obrigada!

É do fundo do coração que agradeço a todos aqueles que sempre acreditarem que este momento seria possível, mais do que eu.

Um obrigada à orientadora Professora Maria Leonor Borges, pela ajuda e pela compreensão.

Resumo

A presente dissertação reflete sobre a solidão, as relações sociais e a qualidade de vida dos idosos residentes em zonas rurais, e o seu principal objetivo é descrever as suas redes sociais, procurando saber as suas implicações em termos de qualidade de vida. Pretende-se, assim, compreender, como é vivida e sentida a solidão pelos idosos residentes em zonas rurais.

O trabalho desenvolvido na freguesia rural de Cachopo assume-se como um estudo de caso, em que foram aplicados inquéritos por questionários a idosos residentes quer na aldeia quer nos montes, seguidos de entrevistas semiestruturadas a idosos de ambos os sexos e habitando em cada um daqueles contextos.

O estudo revelou que 56,6% dos idosos inquiridos não se sentem sós, tendo muito presente nas suas vidas os amigos/vizinhos e a família, sendo estas relações sociais um grande apoio para o combate à solidão e para uma maior qualidade de vida.

Palavras-chave: solidão, qualidade de vida, relações sociais, rede social, envelhecimento, velhice, envelhecimento ativo.

Abstract

This dissertation focuses on solitude, social relations and quality of life of older people living in rural areas. Its main goal is to describe their social networks, trying to understand the implications in their quality of life. The aim is to understand how solitude is felt and perceived by older people living in rural areas. The work developed in a rural parish of Cachopo acts as a case study, in which questionnaires were applied to older people living in the village and in the mountains. Semi-structured interviews were also conducted with elderly individuals of both sexes living in each rural context. The study revealed that 56,6% of the elderly individuals respondents do not feel alone, having their friends, neighbours and families as a key element in their lives.

Keywords: solitude, quality of life, social relations, social network, ageing, old age, active ageing

Índice

Agradecimentos	4
Resumo	5
Abstract	6
Introdução	10
1. ENQUADRAMENTO TEÓRICO-CONCETUAL	11
1.1. Envelhecimento demográfico em Portugal	11
1.2 Perspetivas sobre o envelhecimento.....	13
1.3 A evolução do estatuto social do idoso	17
1.4 Velhice e isolamento social.....	20
1.5 Relações sociais e a rede de apoio ao idoso	21
1.5.1 Rede informal: a família e os amigos.....	23
1.5.2 Rede formal de apoio social: poder central e poder local	25
3. Envelhecimento e qualidade de vida.....	26
4. Educador social: qual o seu papel?.....	29
5. METODOLOGIA	31
5.1. Objetivos do trabalho	31
5.2. Tipo de estudo	32
5.3. Estudo de Caso.....	33
5.4. População e amostra.....	33
5.5. Instrumentos de recolha de informação.....	35
5.5.1. Inquérito por questionário	35
5.5.2. Entrevista.....	36
5.6. Tratamento e análise dos dados.....	38
5.7. Considerações éticas	38
5.8. Obstáculos e Limitações.....	39
6. ANÁLISE DOS RESULTADOS.....	39
6.1. Caraterização da freguesia e aldeia de Cachopo	39
6.2. Caraterização da amostra	42
6.3. Sobre o local de residência.....	44
6.4. Atividades Diárias	49
6.4. Acompanhamento ao idoso	56
6.5. A Família: são os filhos.....	58

6.6. Sentir e estar só	63
Conclusões	65
Bibliografia	69
Anexos.....	74

Índice de figuras, tabelas e gráficos

Figura 1 - Percentagem de idosos – Censos 2011

Tabela 1. Naturalidade do idoso

Gráfico 1. Habilitações literárias dos idosos

Gráfico 2. Estado civil dos idosos

Tabela 2. Pessoa com quem vive o idoso

Gráfico 3. Grau de satisfação com o lugar onde reside

Tabela 3. Justificação para o grau de satisfação com o local de residência

Tabela 4. Escolher viver noutro local

Tabela 5. As razões dos idosos para viver num outro local

Gráfico 4. Sentir bem com as pessoas que os rodeiam

Tabela 6. Melhores condições de vida se vivesse na cidade

Tabela 7. Razões dos idosos para viver na cidade.

Tabela 8. Razões dos idosos para não viver na cidade.

Gráfico 5. O idoso e a horta

Tabela 9. Razões dos idosos para não ir à horta habitualmente.

Gráfico 6. O idoso costuma estar com vizinhos/amigos durante o dia

Tabela 10. Locais de maior contato social.

Tabela 11. O idoso costuma ver muita gente por dia

Tabela 12. Frequência de relacionamento com amigos, vizinhos, familiares, filhos, funcionários do centro de dia e outros.

Gráfico 7. Frequência com que os idosos costumam estar com os amigos, vizinhos, familiares e com os filhos.

Gráfico 8. O convívio do idoso com as pessoas

Tabela 13. Três das coisas que os idosos mais gosta de fazer nos seus dias

Tabela 14. Outras preferências dos idosos.

Tabela 15. Horas de televisão por dia

Gráfico 9. Acompanhamento do idoso ao médico

Gráfico 10. Quem acompanhamento na residência em caso de doença

Gráfico 11. Número de filhos

Gráfico 12. Distância dos familiares mais próximos

Tabela 16. Quantidade de vezes que o idoso fala com alguém da sua família

Tabela 17. Satisfação quanto ao apoio dos filhos e familiares

Tabela 18. Viver com os filhos, um dia...

Gráfico 13. Satisfação com o tempo passado com a família

Gráfico 14. Situação em que fica em casa dos filhos

Tabela 19. Se o idoso costuma ir a casa de familiares

Gráfico 15. Sentir sozinho muitas vezes

Gráfico 16. Comparação entre os pais e os próprios idosos

Introdução

Com o envelhecimento demográfico a aumentar cada vez mais, é necessário refletir sobre as suas implicações, no sentido de explorar e investigar uma serie de fatores que se prendem com a velhice.

Simone Beauvoir (1990) citado por Vaz (2008), afirma que a velhice é aquilo que utilizamos para chamar o momento da vida em que começamos a envelhecer, a ficar velhos. Se é importante saber dar o devido valor ao idoso, ainda é mais importante não só estudar esta temática, como através das conclusões dos nossos estudos intervir na sociedade e contribuir para que haja uma evolução e um melhoramento no que toca à vida do idoso, às suas relações sociais e à sua qualidade de vida.

Será a qualidade de vida dos idosos influenciada pela solidão? Pretende-se com esta pergunta perceber se as relações sociais e a solidão, sentida muitas vezes pelas pessoas mais idosas, influenciam a qualidade de vida dos mesmos.

Podemos então falar dos principais objetivos do estudo, que apesar da pergunta de partida se debruçar sobre a solidão e as relações sociais e por consequência sobre a qualidade de vida, o estudo tem também como objetivo perceber se os idosos do interior, como diz o senso comum, vivem isolados e em situação de solidão. Muitas das pessoas pensam que os idosos do interior vivem muito isolados e não mantêm ligações com o mundo, com o resto da sociedade, fazendo deles indivíduos com alguma fragilidade, algumas necessidades e talvez, pouca qualidade de vida. Reconhecendo este facto, o presente estudo pretende perceber até que ponto, realmente, a solidão e as relações sociais influenciam a qualidade de vida do idoso, neste caso, em meio rural.

No Capitulo I procede-se à exposição teórica, com o objetivo de abordar três conceitos para o estudo: solidão, relações sociais e qualidade de vida.

Segue-se o capítulo II, com a apresentação das opções metodológicas, em que são explicados os métodos adotados para proceder ao tratamento, análise e interpretação dos dados.

No capítulo seguinte (III) apresentam-se os resultados da análise, mediante a triangulação dos resultados quer dos inquéritos por questionário, quer das entrevistas.

No último capítulo apresentam-se as conclusões do estudo e algumas implicações que emergem para práticas que contribuam para melhor a situação de solidão e isolamento social dos idosos em meio rural.

1. ENQUADRAMENTO TEÓRICO-CONCETUAL

1.1. Envelhecimento demográfico em Portugal

Segundo Netto (2002), o envelhecimento populacional era visto como um problema apenas do Velho Continente, mas hoje está em todas as partes do planeta. Segundo o autor, a partir de 1980 mais de metade das pessoas idosas vive nos países desenvolvidos.

A OMS (Organização Mundial de Saúde), prevê que em 2025 haverá 1,2 biliões de pessoas com mais de 60 anos (OMS 2011), sendo que Portugal não foge à regra, e segundo o INE (Instituto Nacional de Estatística) nos próximos anos haverá um aumento da população idosa, ou seja, haverá um aumento do envelhecimento demográfico, a par da redução da população jovem (INE 2009).

Ao facto de a população estar a envelhecer, podemos dizer que é devido a vários fatores nomeadamente: a diminuição da taxa de natalidade, devido a um conjunto de razões, como a crise que se faz sentir, como o facto de a mulher estar a engravidar cada vez mais tarde e dar prioridade à carreira e também devido aos métodos contraceptivos, permitem aos casais tomar decisões quanto ao quando e quantos filhos acabam por ser um “obstáculo” à natalidade. O outro facto prende-se com a quebra da taxa de mortalidade associada a uma esperança média de vida que é cada vez maior por força, em particular, de melhores cuidados de saúde e de uma melhor alimentação.

Em Portugal, no final do século XX, a estrutura da população portuguesa mostrava características de amadurecimento das populações, apresentava um duplo envelhecimento, quer na base, quer no topo, com tendência para aumentar a involução demográfica. (Fernandes, 1997). Contudo, é a partir de 1940 que o envelhecimento no topo começa a aparecer, em muito devido à diminuição da taxa de mortalidade. Atualmente, Portugal está (Rosa, 2012) mais envelhecido neste momento do que estava no passado próximo, e os resultados prospetivos do Instituto Nacional de Estatística não deixam muitas margens para dúvidas de que Portugal não deixará de envelhecer. A

população portuguesa tem tendência para continuar a envelhecer e esse processo poderá acontecer, segundo a autora, de maneira intensa. Mesmo que a taxa de fecundidade aumente e mesmo que continuem a chegar indivíduos de outros países, em 2060, a população portuguesa poderá continuar próxima dos dez milhões de pessoas, mas será bem mais envelhecida do que é hoje.

Nestes últimos anos, a população portuguesa tem envelhecido bastante, e como a taxa de natalidade tem vindo a diminuir, esta situação traduz-se por uma alteração da configuração geral da pirâmide de idades, que perde então o seu desenho triangular, nas palavras de Rosa (1996), perde o seu efeito “acento circunflexo”, passando a ter a forma tipo “urna”.

A diminuição da mortalidade deve-se ao facto de a esperança média de vida, também no nosso país, ser cada vez mais alta, o que quer dizer que se morre cada vez mais tarde. Este aumento da esperança média de vida, está relacionado com os progressos médicos, científicos e também sociais, que acabam por influenciar a taxa de mortalidade. Mas para Rosa (2012), o melhor exemplo para se perceber a redução da mortalidade e o aumento da esperança média de vida encontra-se na taxa de mortalidade infantil, ou seja, uma baixa taxa de mortalidade infantil, sendo Portugal um dos países com a taxa mais baixa do mundo, morrendo menos de três crianças por cada 1000 que nascem, com menos de um ano.

No caso da taxa de fecundidade ser também baixa, este fato acontece porque cada vez há menos nascimentos, influenciando, como é óbvio tudo o que tem a ver com o envelhecimento no nosso país. Para que a regeneração das gerações possa acontecer, é necessário que cada mulher, tenha em média 2,1 filhos.

Esta diminuição da taxa de fecundidade deve-se a vários fatores, sendo um dos mais importantes o retardar o nascimento do primeiro filho, estando a média de idade da mãe que tem o primeiro filho nos 29 anos o que expressa uma alteração profunda de comportamentos a este nível. Outros dos fatores e não menos importante, acaba também por ser, como na diminuição da taxa de mortalidade, o desenvolvimento da sociedade e, com isto, o fato de a mulher ter uma participação mais ativa no mercado de trabalho, a maior instrução da população e a terciarização da economia (Rosa 2012).

No que se refere ao Algarve, região onde decorreu o estudo, verificamos que os municípios mais afastados do litoral apresentam maiores percentagens de população idosa, surgindo Alcoutim com 43,9% e logo a seguir Monchique com 31,7% - como podemos verificar na figura 1.

PERCENTAGEM DE IDOSOS, 2011

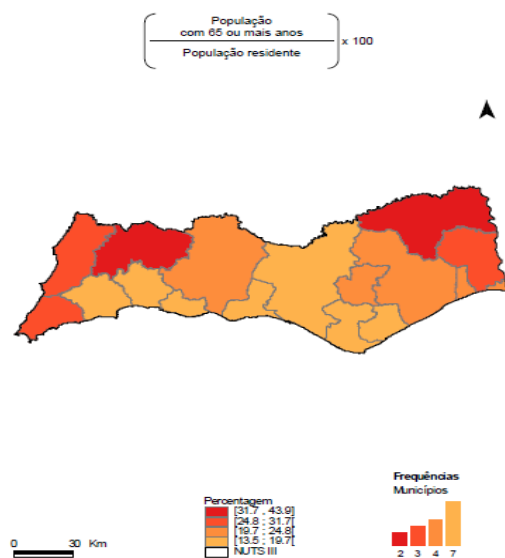


Figura 1 - Percentagem de idosos – Censos 2011

Fonte: INE

Os fatores apontados para este envelhecimento demográfico são, à semelhança do que acontece no resto do país, a diminuição da mortalidade e da fecundidade (Rosa, 2012), assim como a falta de desenvolvimento destas regiões, o que leva a uma fuga para grandes centros urbanos, com o objetivo de encontrar um emprego e também melhores condições de vida, fazendo com que haja uma grande desigualdade entre a zona rural e a zona urbana, que segundo Romão (s.d.), tende a aumentar, tendo os concelhos do interior um maior nível de envelhecimento.

1.2 Perspetivas sobre o envelhecimento

Como nos diz Rosa (1996), o envelhecimento humano é um processo de cada indivíduo, ou seja, individual, que é consequência de certas alterações biológicas, psicológicas ou outras provocadas pela idade. O organismo humano passa por várias fases: desenvolvimento, puberdade, maturidade e envelhecimento, que segundo os

autores se manifesta através da diminuição de funções de diversos órgãos, que costuma ser linear em função do tempo, não se conseguindo perceber em que fase se dá a transição, como costuma acontecer nas outras fases da vida (Netto & Ponte 2002). Uma boa definição de envelhecimento deve ter em consideração que aquele é caracterizado pela insuficiência evolutiva do organismo para se adaptar às circunstâncias do seu ambiente e da sua sociedade (Robert 2005).

Em 1990 não existia um acordo sobre a definição de velhice, “porque as divisões cronológicas da vida humana não são absolutas e não correspondem sempre às etapas do processo envelhecimento natural”; o que se fica a dever ao fato de existirem muitas situações que influenciam a velhice, quer boas, quer más. Os autores afirmam que as condições físicas, funcionais, mentais e de saúde acabam por dizer muito do idoso, sendo algo individual e bastante relativo, visto que pode variar de idoso para idoso, ou seja, as funções e capacidades de cada um podem declinar mais depressa do que outras (San Martin & Pastor citados por Netto & Ponte, 2002).

Birren (1980 cit. in Paúl (s.d.) p. 275) indica como três componentes do envelhecimento:

- “O processo de envelhecimento biológico que resulta da vulnerabilidade crescente e de uma maior probabilidade de morrer, a que se chama senescência.”;
- “Um envelhecimento social, relativo aos papéis sociais, apropriado às expectativas da sociedade social, relativo aos papéis sociais, apropriado às expectativas da sociedade para este nível etário.”;
- “O envelhecimento psicológico, definido pela auto-regulação do indivíduo no campo de forças, pelo tomar decisões e opções, adaptando-se ao processo de senescência e envelhecimento.”

Então podemos dizer que existem vários tipos de envelhecimento, que passam por vários níveis, dependendo de cada idoso e de cada maneira de pensar. Também Costa (2005) argumenta que os principais motivos que influenciam as modificações relacionadas com o processo de envelhecimento podem ser várias, que passam por muitas formas: a biologia humana, que acaba por ser o envelhecimento biológico que foi falado anteriormente, que engloba as capacidades funcionais, físicas, mentais e sociais, sendo estas capacidades aquelas que se vão perdendo com o passar do tempo,

quando se começa a envelhecer e aí se pode ter uma maior perda das mesmas. Os hábitos diários de vida, que podem ter uma grande influencia na vida do idoso, e dar-lhe alguma qualidade de vida. O idoso tendo hábitos diários saudáveis e dinâmicos que potenciem as suas capacidades cognitivas e intelectuais, à partida irá ter um maior bem-estar e uma maior qualidade de vida, visto que os hábitos e as atividades que praticam durante o dia podem tornar o idoso mais ativo. A informação a que se tem acesso ao nível de educação para a saúde, sendo que esta informação recebida é relevante para que o idoso saiba agir no caso de doença, diminuindo assim os riscos e prolongando a sua vida. No que toca ao fator aos cuidados recebidos, podemos dizer que é um fator bastante importante, que vai de encontro ao último fator, que passa pela capacidade de sociabilização. Nestes dois últimos fatores podemos referir que as relações sociais são bastante importantes para a inserção do idoso na sociedade, que nem sempre se enquadra com o mesmo. Os cuidados recebidos, neste caso, ligam-se com a capacidade de sociabilização do idoso, visto que estes cuidados são dados por pessoas com quem o idoso interage, não esquecendo o importante papel que, em alguns, casos a Instituição Social tem, na institucionalização do idoso ou no Centro de Saúde da sua residência. Estes cuidados recebidos e esta interação acabam por ser predominantemente com familiares, amigos e vizinhança. Estes conceitos e definições serão abordados nos pontos seguintes de uma forma mais aprofundada.

Quando envelhecemos deparamo-nos com certas situações que nos podem deixar mais afetados, quer psicologicamente quer socialmente. Situações estas que segundo Gatto (2002), passam por doenças crónicas que nos deixam fragilizados em termos de saúde, a viuvez, morte de amigos e parentes próximos, ausência de papéis valorizados pela sociedade em que se inserem, isolamento e solidão e as dificuldades financeiras que tendem sempre a aumentar, muito por causa da crise e da conjuntura política para a diminuírem. Estas situações tendem a diminuir quando existe uma ligação forte com as pessoas que rodeiam o idoso. Como nos diz Gatto (2002), é mais natural que se supere doenças quando é feito um tratamento mais adequado, é mais natural que não se sinta os efeitos dos preconceitos e da solidão se a rede social do individuo, como familiares, amigos e vizinhos, em questão for unida e o apoie a ultrapassar certos obstáculos que vão aparecendo com o passar dos anos. É normal que o idoso não sinta tanta diferença no que toca ao envelhecimento se for interiorizando outros valores e se for tendo um envelhecimento mais ativo e bem-sucedido, isto levará

a um sentimento de bem-estar no idoso que o ajudará a superar e aceitar a passagem da maturidade à velhice.

Nos dias de hoje é bastante importante sabermos dividir dois conceitos, que podem fazer a diferença no que toca ao envelhecimento. Temos então o envelhecimento individual e o envelhecimento coletivo, que apesar de terem muito a ver um com o outro, acabam por ter significados diferentes.

Segundo Rosa (2012), no envelhecimento individual, podemos separar dois tipos de envelhecimento: o envelhecimento cronológico e o envelhecimento biopsicológico. No primeiro caso, falamos de um envelhecimento que como podemos verificar pelo nome é o envelhecimento que toca à idade, sendo um processo universal, visto que quando nascemos começamos logo a envelhecer. O envelhecimento biopsicológico é diferente do primeiro, visto que pode ser algo relativo e ser diferente de pessoa para pessoa, já que os primeiros cabelos brancos, por exemplo, começam a aparecer em idades diferentes, não sendo algo que seja fácil de localizar em cada indivíduo.

Muito ligado a este processo de envelhecimento individual, está o conceito de velhice, já que não se tem a certeza de quando se começa o processo.

Podemos então dizer que apesar do envelhecimento cronológico ser algo que não podemos mudar, ou seja, é algo que é evidente, a velhice acaba por não o ser. Cada indivíduo envelhece de maneira diferente, segundo Rosa (2012), a velhice acaba por ser algo repartido, que pode ser vivido de maneira diversificada “desde o seu enaltecimento até ao seu repúdio” (Rosa, 2012, p22).

Já no que toca ao envelhecimento coletivo, e ainda segundo a mesma autora (Rosa, 2012), este remete para um processo coletivo associado aos conceitos de o envelhecimento demográfico e envelhecimento societal.

Para perceber o envelhecimento demográfico é necessário nunca esquecer que existem idades que acabam por fixar em categorias os indivíduos de cada sociedade. Estas categorias etárias acabam por ser aquelas que ouvimos com frequência nos meios de comunicação e também na nossa vida quotidiana, pois são elas que muitas das vezes influenciam alguns fatores patentes na nossa sociedade – idades jovem, ativa e idosa. Estas categorias fazem com quem haja uma identificação clarificada das idades que as constroem. Até aos 15 anos é considerado idade jovem, dos 15 aos 64 é considerado idade ativa, e com mais de 65 anos, segundo Rosa (2012), a idade idosa, a idade da reforma, dos idosos – também referida como terceira idade.

São vários os fatores que podem confirmar o envelhecimento demográfico, e aqueles que Rosa (2012) salienta, sendo uns dos mais importantes acaba por ser a “idade média” da população, o aumento dos idosos na sociedade e também aumento dos indivíduos com mais de 65 anos por cada 100 pessoas com menos de 15 anos – que se dá o nome de “índice de envelhecimento.

No que diz respeito ao envelhecimento societal, podemos dizer, segundo a autora, que acontece quando a sociedade acaba por ter medo do envelhecimento populacional, acabando por ficar uma sociedade deprimida. Um dos exemplos apresentados por Rosa (2012), é o fato do envelhecimento, em algumas sociedades, ser visto como algo catastrófico e dantesco, como se fosse algo que pudesse mudar a vida aos indivíduos envolvidos. O envelhecimento acaba por ser consequência na sociedade porque com ele vêm pensamentos e algumas teorias que a sociedade poderá mudar por causa deste fenómeno. Situações como a fragilização da economia, a pouca aceleração do ritmo da inovação e as despesas relativas aos cuidados de saúde podem ser motivos para que se pense que o envelhecimento poderá ser algo mau para a sociedade, acabando por estagnar em algumas situações a mesma. O envelhecimento societal acaba por equivaler, segundo Rosa (2012), à paralisação de certos propósitos organizativos da sociedade.

Deve-se ainda ter em consideração que existem diferenças entre envelhecer em zonas urbanas e zonas rurais. Existem, claramente, princípios e ideias diferentes por parte dos idosos habitantes do interior e do litoral, assim como experiências de vida e atividades desempenhadas pelos mesmos. São estas atividades e experiências que podem, ou não, alterar a qualidade de vida dos idosos. Um estudo realizado em Portugal por Hespanha (1993) revelou que as sociedades rurais têm uma tendência para procurar soluções e saídas, nas situações mais complicadas, em que o idoso perde a sua autonomia, dentro das redes de solidariedade rural (Pimentel 2005).

1.3 A evolução do estatuto social do idoso

Ao longo dos anos a opinião relativamente ao estatuto social do idoso tem divergido e como refere Vaz (2008), a velhice tem sido um fenómeno que tem sofrido muitas alterações e transformações ao longo da história.

Na história grega, Hipócrates, aliava a velhice à estação do ano Inverno e à idade 56 anos. Aristóteles dizia que a velhice começava a partir dos 50 anos, e Santo Agostinho, com base numa filosofia de vida, afirmava que a velhice era a idade de 56 anos.

Segundo Vaz (2008), foi no século XVII que o conceito de velho começou a aparecer no dicionário, e sendo o dicionário de Richelet o mais antigo da história, separa dois tipos de velhice: a velhice masculina, sendo que os homens velhos são caracterizados por particularidade de ordem moral; e a velhice feminina, remete para elementos exteriores relacionados com a postura, a imagem e o aspeto físico.

Já nas sociedades pré-industriais era reconhecida a sabedoria e a prudência do idoso, fazendo com que o idoso desempenhasse na sociedade um papel importante e de responsabilidade, como o desempenho por funções de direção ou de concelho, intervenção mágica e terapêutica ou até mesmo de ensino (Pimentel, 2005). O idoso era então respeitado e bem inserido na sociedade e também na família. Cabrillo e Cachafeiro (1990) citados por Pimentel (2005), afirmam que o valor e a importância da velhice e da pessoa idosa dependiam da sociedade e de cada momento que a mesma estava a atravessar. E isto acaba por separar dois tipos de sociedade, que acabam por ver de maneira diferente o papel do idoso e tudo aquilo que o mesmo acarreta – seja de bom ou seja de mau.

Ainda segunda a mesma autora, nas sociedades mais conservadoras e tradicionalistas, era dado um grande valor ao idoso, sendo elogiado devido à sua experiência e conhecimento. Enquanto nas sociedades que se incute a beleza, a vitalidade e a juventude, ou até mesmo o materialismo, a velhice é considerada com algo sem valor e o idoso é visto como um fardo para a família e para a maioria dos indivíduos. Mercadante (1998) citado por Rushell (2001) argumenta que em muitas sociedades tribais os velhos eram e ainda continuam a ser respeitados pelo conhecimento como pela experiência que têm, no que toca à vida quotidiana.

Até ao século XVIII, na maioria das sociedades, a velhice era um fenómeno que acontecia exceccionalmente e que tinha uma duração breve, visto que a esperança média de vida era muito baixa, devido aos poucos progressos e aos poucos desenvolvimentos quer a nível social, quer a nível de saúde e a todos os setores que poderiam afetar o envelhecimento, nesta altura da história. Neste período, segundo Pimentel (2005), o idoso acabava por ter um pacto social com a família, em que em troca do património do idoso, ou seja, de tudo aquilo que havia para deixar quando o mesmo falecesse, era

assegurada a assistência dos filhos aos idosos. Nos outros casos, em que não havia uma grande herança para se deixar aos filhos, os idosos permaneciam sós, até se tornarem inválidos e até serem abandonados, perdendo todas as ligações com os seus filhos – acabariam depois internados em manicômios.

Podemos referir que no início do século passado os idosos encontravam um lugar no seio das suas famílias, visto que eram poucos em comparação com os filhos e parentes em atividade. O mesmo autor diz-nos que com o passar do tempo o cenário mudou, sendo hoje em dia, nalguns casos, a sociedade dos velhos (Rushell, 2001).

Pimentel (2005), afirma que a história não tem sido muito generosa para os idosos, visto que em muitas sociedades têm sido tratados de uma maneira menos boa, em que é posto em causa o papel do mesmo na sociedade em que se insere, falando-se hoje em dia, nos idosos de uma maneira negativa – “hoje já se fala em sociedade de velhos, sendo muitos inválidos, pobres e mal acomodados.”

Na nossa sociedade cada vez mais envelhecida, como referido anteriormente, por consequência do envelhecimento demográfico, Badou criou a “teoria do desengajamento” em que defende que as pessoas idosas se retiram, elas próprias, da vida ativa e da sociedade em que se inserem, ou seja, de toda a vida social (in Ruschel, 2001). Por sua vez Robert Butler (s.d.), citado por Fernandes (2012), sublinha que hoje em dia, na nossa sociedade está bastante presente o conceito de “idadismo”, segundo o qual as pessoas idosas são discriminadas simplesmente por serem mais velhas. Este é um estereótipo aceite na nossa sociedade que leva à discriminação e desprezo dos idosos influenciando a sua vida.

O problema social que representa a velhice nas sociedades modernas é um exemplo paradigmático da forma como certas perspectivas, científicas e não científicas, podem contribuir para o deformar através da difusão de ideias e representações já construídas do que é a velhice. As "pessoas idosas" — enquanto estereótipo socialmente produzido e facilmente reconhecível — enquadram uma categoria de indivíduos, cujas propriedades, relativamente homogêneas, são normalmente identificadas com isolamento, solidão, doença, pobreza e mesmo exclusão social. Nesta perspetiva comum, as pessoas idosas são consideradas como indivíduos isolados, permanecendo oculta a dimensão familiar da identidade, da existência. A lógica repousa na perceção da pessoa idosa enquanto agente de ação social apartado dos laços sociais inerentes à instituição familiar a que pertence e no quadro das relações tradicionais de amizade e de vizinhança. Esta avaliação, que decorre da posição que os agentes sociais ocupam

relativamente às situações problemáticas — porque existem situações problemáticas de isolamento, solidão, doença e carências afetivas e materiais — impõe-se com maior visibilidade social e, desse modo, adquire as condições para se apresentar como propriedade comum e dominante da categoria dos indivíduos denominados idosos.

1.4 Velhice e isolamento social

Peplau e Perman (1982) citados por Ribeiro (2012), dizem-nos que a solidão é uma experiência subjetiva que pode não estar relacionada com o isolamento do indivíduo, a experiência subjetiva acaba por se tornar desagradável, e que, normalmente, está relacionada com um déficit de relacionamento.

Podemos dividir dois tipos de solidão: solidão social e a solidão emocional. A solidão social é a solidão que é sentida por falta de uma rede de amizade ou de pessoas conhecidas (Weiss, 1973, citado por Ribeiro, 2012).

Pais (2006) citado por Martins (2012), escreveu que a solidão é uma “doença” social, bastante presente no dia-a-dia de cada indivíduo. Este fenómeno encontra-se bastante na terceira idade, provocando um vazio interior, marcado por silêncio. A solidão emocional acaba por ser a solidão associada ao descontentamento causado por uma relação pessoal ou íntima, acabando por ser a solidão mais grave de isolamento.

São três os fatores apontados por Ribeiro (2012) como determinantes da solidão: a idade, o género e o estado civil.

Na nossa sociedade está presente a ideia que os idosos são as pessoas mais solitárias, mas estudos recentes concluem que a solidão tem tendência a diminuir quando a idade começa a aumentar e o indivíduo começa a envelhecer (Neto, 1992). No que diz respeito ao género, são as mulheres que se sentem mais sós, pelo fato de que têm uma maior facilidade em exteriorizar sentimentos e emoções e como vivem mais tempo, têm de lidar com a viuvez e com o sentimento de perda, que no caso do idoso, acaba por ser algo bastante importante para a sua vida, porque perdem o companheiro de uma vida. Relativamente ao estado civil, as pessoas solteiras tem uma maior tendência a sofrer de solidão do que as casadas (Martins, 2012).

A solidão nos idosos é um tópico que ainda não foi muito abordado, mas que é muito importante. Com o avançar da idade as pessoas mais idosas reduzem a sua participação na sociedade, o que pode levar a alguns sentimentos mais negativos (solidão e desvalorização a nível de integração familiar e social) (Fernandes, 2012).

A reforma poderá fazer com que o idoso se sinta menos bem, já que o término da atividade profissional e laboral poderá levar o idoso à depressão e à solidão, por sentir falta de exercer funções e pelo fato de deixar de se sentir útil – já que nesta fase acontece o declínio no padrão de vida e há uma perda da utilidade social. A reforma acaba, na maioria dos casos, por trazer aspectos negativos à vida da pessoa idosa, pois acaba por se dar a falência de várias situações (perda de rendimento, prestígio, contatos sociais). E é neste sentido que a reforma acaba por atingir negativamente o idoso, favorecendo assim o isolamento social. A reforma é sentida como uma grande mudança na vida do indivíduo (Fernandes, 2012).

Outro fator que põe em causa a vida e o bem-estar do idoso é a viuvez. Os idosos casados mostram menos sentimentos negativos, ou seja, menos sentimentos de solidão. A viuvez está ligada à solidão nesta fase da vida, como já foi aqui referido, pois pode trazer ao idoso o isolamento e a negação de convivência com outras pessoas, como também a integração na comunidade e na sociedade (Fernandes, 2012). A viuvez obriga a uma reestruturação na vida do idoso, quer no funcionamento do dia-a-dia e de todas as atividades desempenhadas, quer a nível psicológico (Izal & Monteiro, 1989 citado por Fernandes, 2012).

Saber se a solidão decorre da morte do companheiro/a ou se é simplesmente acentuada, é segundo Ussel (2001 citado por Fernandes 2012), difícil de perceber visto que pode existir, só que ainda não tinha sido reforçado ou sentido. O círculo de amizades de convivência do idoso desempenha um papel importante no que toca à recuperação do idoso na perda, visto que é bastante importante o lazer e a partilha de experiências.

1.5 Relações sociais e a rede de apoio ao idoso

Para além do círculo de amizades pessoais do idoso, o apoio social assume um papel importante no combate à solidão e à exclusão do idoso. O apoio social está na base das relações sociais, visto que é um conceito de assistência e ajuda que passa por um processo dinâmico e complexo, que segundo Correia (2009), representa interações entre indivíduos e as suas redes sociais, com o objetivo de satisfazer as necessidades sociais, “promovendo e completando os recursos pessoais que possuem, no sentido de enfrentar novas exigências e atingir novos objetivos” (Correia, 2009, p.24). A rede de

apoio social define-se então como um conjunto de pessoas ligadas por uma serie de laços, e temos como exemplo as relações de apoio emocional (Martins, 2009).

As pessoas que têm maior contato social vivem mais e com melhor saúde do que as pessoas com menor contato social, ou seja, com uma rede social menor, em que o contato com familiares, amigos e vizinhos é feito de uma forma diferente de todos aqueles que vivem rodeados quer de família, quer de amigos (Dressler, Balieiro & Santos, 1997).

Martins (2009) faz referência a Carmona e Melo (2000), que afirmam que a pessoa idosa que tem uma conduta interpessoal mais ativa é capaz de desenvolver redes sociais de apoio, que acabam por prevenir e também recuperar de problemas de saúde mental, porque como sabemos o convívio e o contato com a sociedade acaba por diminuir alguns problemas que os idosos possam ter, relativos ao processo de envelhecimento, quer físicos, mentais ou psicológicos.

Podemos dizer que é a quantidade de relações sociais que o indivíduo tem, passado pela coesão das mesmas. Este apoio social é recebido através dos indivíduos, que neste caso, convivem com o idoso diz-nos Serra (1999) citado por Correia (2009). Esta participação social tem dois elementos: a manutenção das relações sociais e a prática de atividades produtivas; e são estes dois elementos que influenciarão, na maioria dos casos, quer a qualidade de vida e o bem-estar do idoso, quer a satisfação de viver do mesmo (Fontaine, 2000).

O apoio social assenta em três medidas: a integração social, ou seja, a frequência de contatos com as outras pessoas; o apoio recebido, que corresponde à ajuda dada por os elementos da rede; e por fim o apoio percebido, que corresponde à fé de que os outros podem ajudar em caso de falta e necessidade (Paúl s.d.).

A rede social corresponde a um plano “microsocial” que dividido em níveis: o nível mais amplo, que engloba todo o tipo de relações do grupo, que até pode incluir todos os seres humanos; o nível intermédio, que inclui todos os indivíduos que têm a identidade em comum, podendo, segundo o autor, a ser definidas por unidades sociais que compartilham características; e por fim, o nível, a rede familiar, que diz respeito às relações entre os elementos do núcleo familiar em particular, no modo mais específico (Attneave, 1969 cit. in Martins, 2009).

Podemos também fazer a distinção e a separação entre as redes primárias e as redes secundárias. As redes primárias equivalem a um conjunto simples e natural de pessoas que interagem uns com os outros e que formam o desenrolar dos

desenvolvimentos na base da sociedade e o meio em que o indivíduo se vai inserir, ou seja, têm uma ligação de natureza afetiva, baseada em laços, que não têm qualquer tipo de obrigação e formalidade, existindo porque existe uma ligação de amizade ou familiar. Já que no que diz respeito às redes secundárias, estas dizem respeito às ligações que são criadas formalmente, ou seja, com um objetivo funcional, existindo uma ligação de obrigatoriedade (Guedon, 1984 cit. in Martins, 2009).

Há uma tipologia sobre as redes de apoio social que se foca no caso do idoso. Esta tipologia divide dois apoios: a rede de apoio formal e a rede de apoio informal. Relativamente ao tipo de apoio prestado por estas duas redes, temos o apoio emocional que tem a ver com o bem-estar do idoso com o psicológico e o apoio instrumental que se prende com a ajuda relativa ao nível físico com a diminuição as capacidades motoras e de autonomia, quer num curto espaço de tempo, quer a um longo espaço de tempo.

No que diz respeito à definição da tipologia (rede de apoio formal, e rede de apoio informal), no caso da primeira a rede de apoio formal pertence aos serviços do estado, como a Segurança Social, ou outro tipo de serviço a nível local. No que diz respeito à rede de apoio informal, segundo a autora, podemos dividir a mesma em dois tipos: no grupo que diz respeito à família do idoso e o grupo que é constituído pelos vizinhos e pelos amigos do idoso (Paul, 1997 citado. Martins, 2009).

O papel das redes sociais no processo de envelhecimento é algo bastante importante na medida em que exerce um seu efeito protetor, evitando o stress relativo ao processo de envelhecimento, que acaba por ser muito comum na pessoa idosa. Podemos dizer que no que toca à rede familiar trata-se de uma rede “involuntária” e com base no sentido de obrigação, visto que é feita de familiares, enquanto a rede de amigos é uma escolha voluntária (Litwak, 1981).

Os amigos e os vizinhos têm um papel bastante importante no que diz respeito ao bem-estar do idoso (Martins, 2009). Quando os familiares estão ausentes são eles que, normalmente, são os cuidadores do idoso, quer a nível emocional como a nível instrumental.

1.5.1 Rede informal: a família e os amigos

Numa análise geral à família, podemos identificar o tipo de trocas mais frequentes entre os elementos de uma família, através de Pimentel (2005), que faz referência a

Finch (1989). Podemos então referir cinco situações que acabam por ser aquelas que são mais recorrentes no seio de uma família: temos então em primeiro lugar, o apoio social, que pode ser através de disponibilização de dinheiro, quer pontualmente quer sistematicamente; este tipo de apoio tem uma orientação preponderante que costuma ir dos mais velhos para os mais novos. Em segundo, temos a habitação em que a partilha de habitação entre diferentes gerações e graus de parentesco dá-se mais por necessidade do que por preferência, pelo fato de que, de um modo geral a norma diz-nos que cada família nuclear tem a sua habitação. Outra situação são os cuidados pessoais, ou seja, cuidar de alguém que não seja a si próprio, como também ter responsabilidade pelas funções e tarefas domésticas. Em quarto lugar temos as pequenas ajudas, como cuidar de crianças, que apesar de pequenas acabam por ter uma grande influência na vida do familiar.

Os filhos têm grande importância no que diz respeito aos cuidados a ter com os pais idosos, e em muitos dos casos, segundo a autora, são as filhas e as noras que desempenham o papel de cuidadoras. Já os irmãos também têm um papel importante no que diz respeito ao cuidar, apesar de desempenharem um papel intermédio, visto que em muito dos casos também são idosos e não conseguem fazer melhor (Paul, 1997 citado por Martins, 2009).

Os amigos, ou até mesmo os vizinhos, acabam também por ter um papel bastante importante na vida e na fase do envelhecimento do indivíduo, visto que, e segundo Martins (s.d), levam o indivíduo a fugir do isolamento e do anonimato.

Por fim, falamos do apoio emocional e moral, que é bastante importante, pelo fato de que a opinião de um familiar pode acabar por influenciar o momento da vida de alguém; este apoio tem como base a conversa, assim como dar conselhos e ouvir aquilo que têm para nos dizer – pode ser um apoio que é dado só em momentos menos bons, ou seja, momentos de carência a vários níveis ou então pode ser algo que é feito regularmente.

No caso das sociedades ocidentais, a solidariedade é feita porque se sente um grande afeto para com o idoso e não como algo que seja visto como uma obrigação ou algo que deve ser feito porque pertence à nossa família. A consciência de dever de solidariedade pode variar conforme o grau de parentesco, como também com o nível de afetividade e carinho que os familiares sentem. Finch (1989) citado por Pimentel (2005), diz-nos que os filhos se sentem no dever de apoiar os seus pais – mas que este dever, como já foi dito anteriormente, pode mudar conforme a ligação que se tem com o idoso. Acaba por

ser um conjunto de vários sentimentos: amor, afeto e também em alguns casos, obrigação, acabando por não transmitir aos pais já envelhecidos aquilo que um dia os pais lhes transmitiram. O que acaba por influenciar o cuidar, é as heranças, apesar de Finch (1989), referir que na maioria dos casos não é isso que acontece, mas que os jogos de interesses estão muito presentes no dia-a-dia do idoso e do familiar cuidador.

1.5.2 Rede formal de apoio social: poder central e poder local

Carvalho (2009), fala-nos do estado providência, quando o tema é o estado, políticas públicas e também o poder central. No nosso caso, é o estado que garante que o cidadão tenha os direitos assegurados. No caso de Portugal, o estado-providência baseia-se em três medidas basilares: “desenvolvimento de políticas sociais gerais e políticas compensatórias de protecção de determinados segmentos de população; implementação de políticas macroeconómicas e de regulação de espera privada, intervindo nas disfuncionalidades das regras do mercado; estabelecendo formas de conciliação, isto é, institucionalizando a concentração entre parceiros sociais e económicos em torno de grandes objectivos, como o crescimento económico e diminuição das desigualdades sociais” (Carvalho, 2009, p.9 cit. in Mozzicafreddo, 1997).

Segundo Mozzicafreddo (1997), o Estado-Providência português foi estruturado através do modelo *universalista*, evoluindo depois para o modelo *instrumental* e *seletivo*. Neste caso, do Estado não cumprir com os seus objetivos, pode pôr em causa o bem-estar do cidadão, levando-o a possíveis situações de carência (Carvalho, 2009 cit. Quelhas, 2001).

Ao estado-providência compete a implementação de políticas de incentivo de mercado, estando então os direitos do cidadão ligados com o mesmo (Carvalho, 2009).

No que toca ao poder local, é importante saber descentralizar o poder para percebermos o processo de passagem de responsabilidade; quando falamos de descentralização de poderes, é importante saber do que se trata o conceito de desenvolvimento local (endógeno), que segundo Barquero (2002, cit. por Carvalho, 2009 p. 11), “obedece a uma visão territorial dos processos de crescimento e mudança estrutural, a qual parte da hipótese de que o território não é um mero suporte físico para os objectos, actividades e processos económicos, sendo, isso sim, um agente de transformação social.”

3. Envelhecimento e qualidade de vida

Segundo Fernandes, Magalhães, Mata, Pimentel e Baptista (2012), baseados em Araújo, Ramos e Lopes (2011), a avaliação da qualidade de vida constitui um meio bastante importante e indispensável ao planeamento de saúde.

Lopes (2007), afirma que o envelhecimento tem crescido a nível mundial e que nos países mais desenvolvidos o envelhecimento tem aumentado assim como a esperança média de vida, devido ao desenvolvimento económico, social e ainda devido aos avanços na saúde, como também falamos ao longo do trabalho.

O envelhecimento ativo, segundo a organização mundial de saúde é o processo que otimiza as possibilidades de uma boa saúde, como também de segurança e participação, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida dos idosos.

Para esta definição ser cumprida, devem existir atividades de promoção de saúde, como também o acesso aos serviços de saúde, ao longo da vida.

O envelhecimento ativo poderá depender de várias situações, que segundo Baltes (1987, citado por Guiomar, 2010), são os fatores ligados à idade, quer à idade cronológica quer à biológica, fatores relacionados com o período histórico em que se vive, e também, os fatores associados à história de cada um, assim como aos acontecimentos autobiográficos. Ainda segundo a mesma autora, a promoção da saúde ajuda o idoso a viver mais tempo, melhorando a saúde e também a qualidade de vida; e um dos vários fatores que fazem com que a pessoa viva com qualidade de vida, é mesmo a adoção de estilos de vida saudáveis, e uma atitude participativa na promoção de autocuidado.

Podemos dizer que a qualidade de vida em idade avançada pode ser considerada através de vários fatores, como a saúde física e psíquica, o nível de dependência/independência, as relações sociais adequadas, e também a consciência do idoso dentro a comunidade em que vive, vivendo com as preocupações, padrões e objetivos.

A (in)dependência influencia bastante a qualidade de vida do idoso, sendo que a pouca mobilidade pode provocar sentimentos de tristeza e desconforto ao idoso, fazendo com que a qualidade de vida do mesmo seja posto em causa. A falta de atividade por parte do idoso, pode assim, alterar o estado emocional do mesmo, fazendo sentir-se através da ansiedade, a apatia e a depressão.

O “ativo” no conceito de envelhecimento ativo, não tem só a ver com a saúde. Segundo, Lopes (2003), “ativo” prende-se com outras situações como culturais, cívicas, espirituais e económicas. É importante o idoso estar enquadrado na sociedade em que se insere, para que envelheça em comunidade, não se sentido excluído socialmente.

Na conferência Mundial de Envelhecimento Ativo (2002), segundo Paúl (s.d.), o envelhecimento ativo é definido como um processo de otimização de oportunidades para a saúde, participação e segurança, sempre com o objetivo de dar qualidade de vida ao idoso durante o processo de envelhecimento.

O Relatório Final do Centro de Estudos dos Povos e Cultura de Expressão Portuguesa (2012), a qualidade de vida está condicionada por uma serie de fatores: quer a saúde física, quer a consciência do individuo, quer também, e mais importante, os fatores psicológicos. Refere-se, ainda, naquele Relatório (2012 CEPCEP), que o envelhecimento ativo é a possibilidade de envelhecer com liberdade, independência e saúde, participando ativamente na sociedade enquanto cidadão ativo. O envelhecimento ativo assenta assim na precaução do isolamento social e da solidão das pessoas idosas, estando este tipo de envelhecimento ligado diretamente com o convívio e atividade familiar, como também o fato de se sentir útil.

Os idosos têm direito ao desenvolvimento das suas aptidões, capacidades e competências – sendo a educação um fator importante para a expressão e comunicação por parte do idoso. A educação à pessoa idosa no seu processo de envelhecimento fará com que o potencial humano do idoso seja aumentado e que haja uma maior coesão social na sociedade livre (Rocha, 2009).

Ser idoso é desenvolver e aperfeiçoar competências em todos os sentidos, para que seja consolidada a sabedoria conquistada ao longo dos tempos. Segundo a autora, o envelhecimento ativo deve ser encarado como algo positivo para a velhice, que deve ser visto como um “novo marco”, que acaba por reconhecer a pessoa idosa como um membro integrante da sociedade (Rocha, 2009).

Podemos salientar, segundo Almeida (2007), os autores Rowe e Kahn (1997) que apoiados no estudo longitudinal da MacArthur Foundation vão desenvolver um modelo, a partir de 1997, de carácter multidimensional constituído por três componentes, cuja conjugação representa a execução de um envelhecimento bem-sucedido: “Evitamento de doença e incapacidade – à mais habitual dimensão de presença/ausência e gravidade de fatores de risco para as doenças crónicas, permitindo assim destacar, de entre os idosos em processo de envelhecimento “habitual” (sem doenças), um subgrupo “bem-

sucedido” (com mais baixo risco); maximização das funções cognitivas e físicas; envolvimento/compromisso com a vida – i.e., a manutenção de atividades produtivas de utilidade social, e de relacionamentos interpessoais” (Almeida, 2007, p18).

Outra proposta apresentada por Baltes e Baltes (1990 cit. in Almeida, 2007), argumenta que o envelhecimento bem-sucedido, no que toca a uma perspectiva psicológica e que se trata de um “processo dinâmico de equilíbrios entre ganhos e perdas” (Almeida, 2007, p.19), assente na interação de três processos: “seleção – restrição e priorização de domínios/tarefas/metas/resultados – *outcomes* (em resposta designadamente à limitação de recursos); otimização – maximização do nível de funcionamento através do aumento, enriquecimento ou manutenção dos meios/ recursos relevantes para a eficácia nos domínios/metas selecionados; compreensão – utilização de meios alternativos quando os recursos deixam de ser suficientes para atingir os resultados pretendidos.

Dada a importância no contexto atual do envelhecimento da população mundial, e em particular nos países desenvolvidos, foi criado o Ano do Envelhecimento Ativo (2012), que procurou atingir um conjunto de objetivos importantes, como:

- “Sensibilizar a opinião pública para o valor do envelhecimento ativo e das suas diversas dimensões e garantir que lhe seja atribuída uma posição destacada nas agendas políticas das partes interessadas a todos os níveis, a fim de se destacar o contributo útil das pessoas mais velhas para a sociedade e economia, melhorando a respetiva apreciação, promover o envelhecimento ativo, a solidariedade entre as gerações e a dignidade e vitalidade de todos e explorar melhor o potencial das pessoas mais velhas, independentemente da sua origem, permitindo que tenham uma vida independente.”

- “Estimular o debate, proceder ao intercâmbio de informações e desenvolver a aprendizagem mutua entre os Estados Membros e as partes interessadas a todos os níveis, a fim de promover as políticas de envelhecimento ativo, de identificar e divulgar as boas práticas e de incentivar a cooperação e as sinergias; propor um quadro de compromisso e de ação concreta que permita à União, aos Estados Membros e às partes interessadas, a todos os níveis, com a participação da sociedade civil, dos parceiros sociais e do setor empresarial, e com uma tónica particular na promoção de estratégias de longo prazo inovadoras, incluindo estratégias globais de gestão da idade relacionadas com o emprego e o trabalho, através de atividades específicas e procurar atingir

objetivos concretos no domínio do envelhecimento ativo e da solidariedade intergeracional.”

- “Promover atividades que contribuam para lutar contra a discriminação em razão da idade, para superar os estereótipos relacionados com a idade e para eliminar obstáculos, em especial no que diz respeito à empregabilidade.” (www.igfse.pt 2012)

Podemos dizer que são objetivos que na maioria dos casos já podem ter sido concretizados visto que já estamos em 2015, mas que acabam por ser objetivos a longo prazo, visto que em alguns casos são situações que só com a reeducação das mentalidades se irá conseguir ultrapassar por essa discriminação e também acabar com os estereótipos. Segundo o *site* Europa.eu (2012), o ano 2012 referente ao ano europeu do envelhecimento ativo visava promover o mesmo em três domínios: emprego, participação na sociedade e autonomia, sendo três fatores bastante importantes para o convívio do idoso e também para que o mesmo se sinta bem na sociedade em que vive.

É importante que todas estas situações ou eventos realizados para o envelhecimento ativo, sejam aproveitados e que consigam demonstrar que a pessoa idosa continua a ter valores, princípios e acima de tudo sentimentos, lutando sempre pelo bem-estar da mesma, sempre com qualidade de vida.

Podemos então concluir, que a qualidade de vida no idoso, juntamente com um envelhecimento ativo e bem-sucedido poderá fazer toda a diferença, no sentido em que é um instrumento fundamental e bastante importante no planeamento da saúde do mesmo.

4. Educador social: qual o seu papel?

Os Educadores Sociais têm um papel bastante importante no que toca à vida e à qualidade de vida do idoso; acabam por ser indispensáveis em lares e centros de dia, com o intuito de dar todo o apoio ao idoso institucionalizado.

Segundo Días (2006), é difícil definir o conceito de educação social, havendo muitas formas de o fazer. Riera (1998) citado por Días (2006), diz-nos que a educação social não é uma ciência, mas é uma disciplina científica que deve investigar e organizar conhecimentos com ela relacionados.

Saéz e Molina (2006) citados por Malheiro (2009), afirmam que o papel do educador social é acompanhar o idoso no seu processo de inserção e participação na

comunidade/sociedade em que se insere, tendo como principais posições a dinamização de projetos educativos e comunitários.

A principal forma de investigação por parte do Educador Social é a “investigação-ação” (Caballo Villar & Fraguera Vale, 2007), uma vez que vai para o “terreno”, pondo em ação os recursos disponíveis para ir de em conta às conclusões de um projeto num contexto social.

No que toca à educação com idosos, e segundo Martín (2007), a principal forma de trabalho da gerontologia e educação social, acaba por ser programas e modelos de animação, de forma a estimular e enriquecer de todos os sentidos o idoso, de uma forma mais geral, são todas as atividades educativas em que os idosos entram.

A gerontologia educativa, assume as realidades de cada idoso, com o objetivo de criar um processo socioeducativo, de forma a melhorar a qualidade de vida do idoso (Martín 2007). Existem vários fatores que podem influenciar e condicionar este trabalho, as necessidades e interesses de cada pessoa podem fazer mudar o tipo de trabalho e animação presente na educação do idoso; a situação e o ambiente em que a pessoa se insere (se está institucionalizado, se vive com a família, se vive sozinho) acaba também por influenciar aquilo que temos vindo a falar (Martín 2007).

Segundo o mesmo autor, a investigação gerontológica, tem vindo a ter avanços bastante importantes no que toca ao envelhecimento e ao envelhecimento bem-sucedido.

A educação do idoso nesta fase da vida, torna-se algo fundamental, do desenvolvimento pessoal, com o objetivo de “recuperar, manter e ou aumentar um projeto vital junto dos outros”, assim como a integração na sociedade em que se insere cada idoso, sabendo que a solidão faz parte, nalguns casos, na vida de cada um (Martín 2007).

O educador social, acaba por trabalhar com várias vertentes, não só numa vertente social e educativa, assim como também pela vertente cultural, que acaba por inserir o idoso num contexto comunitário, com o objetivo de “animar” e “dar vida social”.

O papel do educador social, nos dias de hoje, é bastante importante, para que as pessoas se consigam inserir na sociedade em que vivemos; O educador social desempenha um papel importante, com indivíduos que podem estar em “risco” na sociedade, indo desde a criança até ao idoso.

5. METODOLOGIA

5.1. Objetivos do trabalho

Considerando que o processo de envelhecimento demográfico é particularmente sentido nas zonas interiores rurais, surgiu o interesse em desenvolver o estudo neste contexto, visto que muitas pessoas pensam que os idosos do interior vivem isolados e não mantêm muitas ligações com o mundo e com o resto da sociedade, fazendo deles indivíduos com alguma fragilidade, algumas necessidades e talvez, pouca qualidade de vida. Será este facto o início do estudo, pois o objetivo é tentar perceber até que ponto, realmente, a solidão e as relações sociais influenciam a qualidade de vida do idoso, neste caso, no meio rural da freguesia de Cachopo.

O estudo teve como pergunta de partida: Será a qualidade de vida dos idosos das zonas rurais influenciada pela solidão? O objetivo geral é perceber se os idosos do interior, como diz o senso comum, vivem isolados e em situação de solidão não mantendo muitas ligações com o mundo e com o resto da sociedade. Será que a existência desta situação faz deles indivíduos com alguma fragilidade e necessidades que podem refletir-se na sua qualidade de vida? São objetivos específicos do estudo:

- Caracterizar e compreender a rede de relações sociais dos idosos numa zona rural interior;
- Identificar os principais interlocutores dos idosos residentes numa zona rural interior;
- Identificar necessidades e áreas de intervenção para melhorar a rede de interações sociais dos idosos em zonas rurais interiores;

5.2. Tipo de estudo

Fernandes (2007) e Gil (1991), definem a metodologia como um processo racional e sistemático com o objetivo de procurar respostas aos problemas propostos e que se quer estudar e que é constituído por um conjunto de métodos e técnicas que guiam a elaboração do processo de investigação científica (Fortin, 1999). Segundo o mesmo autor que refere Fortin (1999), podemos dizer que as investigações podem-se enquadrar em duas grandes categorias, sendo elas: exploratórias-descritivas e explicativas-preditivas, havendo uma grande variedade de estudos.

Tendo em consideração os objetivos definidos para a nossa investigação, optou-se por um estudo de caso em que se concilia trabalho qualitativo e quantitativo de forma complementar para uma melhor compreensão do objeto de estudo.

O método quantitativo é um processo que recolhe dados observáveis e quantificáveis, que tem como finalidade a contribuição para o desenvolvimento e validação de conhecimento. Enquanto o método qualitativo, tem como objetivo a interpretação e a descrição dos fenómenos, em detrimento da sua avaliação (Fortin, 1999).

O presente estudo é, assim, um estudo misto, apresentando investigação qualitativa e também investigação quantitativa. A investigação qualitativa explora e é mais flexível, enquanto que a investigação quantitativa parte de algo que já existe, ou seja, parte de teorias, sendo assim menos flexível e mais objetiva.

O trabalho de investigação realizado é ainda de cariz exploratório, dado que tem como objetivo a descoberta das dimensões do fenómeno que pretendemos analisar e a forma como o mesmo influencia, se manifesta e se relaciona (Polit & Hungler, 1995 citado por Correia, 2009).

Trata-se pois de um estudo descritivo – analítico que pretende a partir de uma amostra analisar e compreender se a qualidade de vida dos idosos das zonas rurais é influenciada pela solidão. Um trabalho exploratório constituído como uma primeira fase de uma investigação posterior que se exige mais elaborada.

5.3. Estudo de Caso

Um estudo de caso prende-se com algo particular, que se debruça e se baseia num fenómeno específico, assumindo-se especial em certos aspetos, procurando assim descobrir o que nele há de tão importante e aí chegar-se ao objetivo principal: a compreensão global de um fenómeno de interesse (Ponte, 2006). O objetivo deste tipo de estudo é explorar, descrever, analisar e explicar um certo caso (Yin, 1945 citado por Ponte 1994) em que se pretende apreender e proteger o carácter “único, específico, diferente e complexo do caso” (Mertens, 1998, in: Coutinho & Chaves, 2002, p.224).

Um estudo de caso pode abarcar as duas investigações, quantitativa e qualitativa como é o nosso caso e que já foi assinalado anteriormente. No caso da investigação qualitativa a forma típica são os estudos etnográficos como também as entrevistas, já a investigação quantitativa socorre-se de instrumentos estandardizados e quantificáveis como o inquérito por questionário. O nosso estudo acaba por ser também descritivo, porque um estudo descritivo, descreve um fenómeno ou um conceito relativo a uma população ou simplesmente a uma amostra da mesma (Fortin, 2000 citado por Correia, 2009).

Segundo Benbasat et al (1987) um estudo de caso deve conter algumas características e os dados devem ser recolhidos utilizando diferentes fontes (observações diretas e indiretas, entrevistas, inquéritos por questionário, diário, cartas, entre outros), e nós recolhemos os nossos dados através de inquéritos por questionário e entrevistas. O estudo desenvolvido enquadra-se nestas características: decorreu no seu meio natural e foram recolhidos dados com recursos a diversos instrumentos como questionário e a entrevista semi-estruturada. Sublinhe-se que não é intenção do estudo obter conclusões generalizáveis, que a pequena amostra não permite, mas aceder a uma compreensão exploratória do fenómeno privilegiando a especificidade do caso: análise do fenómeno numa freguesia em particular.

5.4. População e amostra

O estudo teve como população alvo os idosos da freguesia rural de Cachopo, no Algarve, uma das freguesias rurais interiores do Algarve, pertencente ao concelho de Tavira, estando hoje está a 42 quilómetros de Tavira e a 50 de Faro, com 53 montes e

sendo em termos de território a maior do concelho de Tavira. Segundo o INE os resultados provisórios dos censos 2011 indicam que o número de idosos nesta freguesia é de 437.

O estudo incidiu numa amostra não probabilística e aleatória, enquadrando-se numa amostra de conveniência, uma vez que as unidades de observação são selecionadas por conveniência. Ou seja, os sujeitos que integraram o estudo foram selecionados tendo em atenção a sua disponibilidade e aceitação em participar no mesmo. A escolha da freguesia a estudar resultou do critério de proximidade do investigador.

Com a caracterização da amostra, pretende-se apresentar, de forma sintética, algumas informações que permitam conhecer o próprio universo de trabalho, identificando as principais características dos inquiridos.

A amostra do estudo foi constituída por 55 indivíduos, de ambos os sexos com mais de 65 anos, habitantes na freguesia de Cachopo.

Verifica-se quanto ao género que 24 respondentes (43,6%) são do género masculino. No género feminino foram obtidas 31 respostas (56,4%).

Quanto à naturalidade e considerando a freguesia de Cachopo observa-se que maioritariamente estes idosos são naturais da aldeia de Cachopo, com 80,0% de respostas (N = 44) (Tabela 1.).

Tabela 1. Naturalidade do idoso

	<i>F</i>	%
Não Resposta	2	3,6
Cachopo	44	80,0
Currais	1	1,8
Mealha	4	7,3
Monte do Cravo	1	1,8
Navalha	1	1,8
Stª Catarina da Fonte do Bispo	1	1,8
Tavira	1	1,8
Total	55	100,0

Num primeiro momento foram inqueridos por questionário 55 idosos da Freguesia e posteriormente foram escolhidos quatro idosos para aplicação de entrevista semi-estruturada para aprofundamento das questões em estudo, procurando aceder à voz dos atores e obter uma melhor compreensão do seu dia-a-dia e das relações sociais que

estabelece. Foram apenas entrevistados dois dos montes e dois da aldeia porque houve dificuldade em obter a colaboração dos idosos.

De uma forma geral, os recursos disponíveis não foram muitos, visto que a nível financeiro e de tempo disponível para realizar o estudo não foi possível abranger toda a freguesia.

5.5. Instrumentos de recolha de informação

Como foi referido anteriormente, o estudo passou por duas fases marcadas pela aplicação de técnicas de recolha de informação diferentes. Primeiro aplicou-se o inquérito por questionário, e numa fase posterior, depois de analisar os dados relativos ao inquérito, procedeu-se à elaboração de um guião de entrevista a aplicar a 4 idosos.

5.5.1. Inquérito por questionário

A opção pelo inquérito por questionário remete para as suas características, aplicável a um número elevado de inquiridos, ser uma técnica de recolha de dados que se revela o mais em conta em termos monetário, rápida de aplicar, possibilitando a obtenção dos dados facilmente calculáveis e quantificáveis (Gil, 1991 citado por Fernandes, 2007).

No que diz respeito ao inquérito por questionário, como referimos foi selecionada uma amostra por conveniência com 55 idosos, aplicando o critério de inclusão de idade *i.e.* os participantes deste estudo devem ter mais de 65 anos de idade e serem habitantes na freguesia de Cachopo, procurando inquirir residentes na aldeia e nos montes.

Tratando-se de um estudo descritivo e exploratório com uma abordagem transversal no que diz respeito ao aspeto temporal *i.e.* foi recolhida toda a informação num único momento de observação.

Na elaboração do presente trabalho houve a preocupação de criar um instrumento adequado aos objetivos do mesmo e de acordo com a revisão da bibliografia efetuada no âmbito do tema tratado. Após a sua elaboração procedeu-se à recolha dos dados que se realizou na freguesia de Cachopo.

Os participantes do estudo foram informados do tema e objetivos do mesmo, bem como do seu direito de desistir em qualquer momento e simultaneamente dos problemas que daí adviriam para o estudo. A confidencialidade e o anonimato também ficaram bem definidos e explicitados. Sempre que ocorreram dúvidas nas questões os esclarecimentos foram prestados da forma mais neutral possível com o intuito de evitar enviesamento das respostas e conseqüentemente dos resultados.

Elaborou-se para o efeito um questionário, que se encontra em anexo, e que pretende permitir a compreensão das atividades dos idosos durante o dia e de como eles se sentem no seu dia-a-dia. O questionário está organizado em cinco capítulos. Questões como: a profissão que desempenhava, o local de residência, condições de vida no interior/litoral, a ligação com os vizinhos/amigos, a família e o acompanhamento, e também a solidão. O questionário elaborado reúne questões de resposta fechada e aberta permitindo uma abordagem quali-quantitativa sucinta.

O tratamento estatístico foi efetuado através da aplicação do IBM-SPSS *versão 20.0 para o Windows*, visto que, este é um dos programas informáticos que permite dar suporte à análise e interpretação dos dados recolhidos pelo instrumento aplicado. Deste modo, procedeu-se, fundamentalmente, à análise da distribuição de frequências dos dados obtidos e dos respetivos valores percentuais.

Foi realizado um estudo descritivo, que foi considerado suficiente para concretização dos objetivos pretendidos.

5.5.2. Entrevista

A entrevista, segundo Bogdan e Biklen (1994), serve para se recolher dados com a linguagem do próprio entrevistado, ajudando o investigador a perceber de uma forma clara como o entrevistado vê o mundo, ou argumenta a sua opinião sobre qualquer assunto o seu dia-a-dia.

O guião da entrevista é construído para entrevistar quatro idosos, é uma entrevista semiestruturada em que apesar de existir um grupo de questões definidas e organizadas, é solicitado ao entrevistado que responda livremente às perguntas cabendo ao entrevistador orientar e fomentar o diálogo do entrevistado.

O que se pretendia é que a entrevista se parecesse com uma conversa colocando o idoso à vontade e recetivo ao diálogo.

A entrevista foi aplicada a 4 idosos os quais foram escolhidos atendendo à sua disponibilidade e abertura para colaborar no estudo. A entrevista foi aplicada a dois homens e a duas mulheres, habitantes da aldeia de Cachopo ou dos montes – Mealha e Relvais.

O objetivo era aprofundar a informação obtida pelos questionários relativamente às relações sociais, solidão e qualidade de vida.

O guião de entrevista foi elaborado após o questionário e teve em consideração a família, o dia-a-dia do idoso assim como a vida social do mesmo. A entrevista foi dividida da seguinte forma (Anexo II):

- Caracterização do entrevistado (Informações que permitam caracterizar o entrevistado);
- Experiência familiar do idoso na infância e na juventude (Saber qual a vivência familiar do idoso enquanto criança e com as gerações mais velhas da família);
- Relação do idoso com a família (Conhecer o agregado familiar do idoso, Conhecer a interação entre o idoso e familiares e Saber o grau de satisfação do idoso quanto à presença e acompanhamento por parte da família);
- Relações de proximidade com os vizinhos (Conhecer lembranças do idoso em relação ao local onde vive, conhecer o papel do vizinho na vida do idoso e perceber o tipo de ligação que tem com o vizinho e com os indivíduos que o rodeiam);
- Vida quotidiana (Conhecer o dia-a-dia do idoso, relação com amigos e vizinhos, e conhecer as práticas e espaços de satisfação);
- Satisfação quanto ao local de residência (Saber como o idoso se sente quanto ao local onde vive);
- Perceção do idoso quanto à qualidade de vida (Analisar a opinião do idoso sobre o interior e o litoral – Qualidade de vida/Dificuldades/Condições, conhecer o que cada idoso sente em relação a vários temas como a infância e a solidão, saber como o entrevistado avalia a sua experiência de vida enquanto idoso e Conhecer as dificuldades e medos do idoso).

Os entrevistados foram informados do objetivo da entrevista e de que poderiam terminar a entrevista quando quisessem, deixando-os com a confiança necessária para se exprimirem. Demonstrámos interesse e também compreensão, respeitando sempre a opinião do entrevistado. Foi feita a análise de conteúdo, através da categorização, criando várias categorias e sub-categorias. Categorias que foram as seguintes:

- Caracterização do entrevistado;
- Experiência familiar do idoso na infância e na juventude,
- Relação do idoso com a família/vizinhos;
- Vida quotidiana.

5.6. Tratamento e análise dos dados

A base de dados obtidos por aplicação de questionários foi analisada no programa *IBM-SPSS Statistics 20*, atendendo a que este como já foi referido anteriormente é um programa informático de apoio à estatística, permitindo assim organizar, apresentar, analisar dados. A análise de dados será apresentada através de quadros e de gráficos, de forma a ir em conta com a necessidade do estudo. Ao longo do texto da análise este é ilustrado e justificado pelos testemunhos evidenciados na análise de conteúdo das entrevistas.

5.7. Considerações éticas

A ética coloca aos investigadores alguns problemas consequentes das exigências morais, que em alguns casos podem chocar com o rigor da investigação. Há sempre um limite que nunca deve ser ultrapassado, o respeito pelos direitos e pela liberdade da pessoa. Devemos então ter em conta os cinco princípios éticos: direito à auto-determinação, o direito à intimidade, o direito ao anonimato e à confidencialidade, o direito à proteção contra o desconforto e prejuízo e o direito a um tratamento justo e legal (Fortin, 1999) citado por Freitas (2011).

Nesta investigação todos os princípios a cima mencionados foram respeitados, zelando sempre pelos sentimentos do entrevistado/inquirido. A investigadora informou os idosos no estudo inseridos, do anonimato e confidencialidade dos dados recolhidos.

5.8. Obstáculos e Limitações

Foram sentidas várias dificuldades no decurso da realização do estudo, quer da aplicação do questionário, quer na entrevista. Nomeadamente, em encontrar idosos que conseguissem responder ao inquérito, daí só termos inquirido 55 idosos. Por algumas razões foi-nos impossível chegar a alguns idosos, nomeadamente, devido à desconfiança resultante do medo de serem roubados por pessoas que se fazem passar por outras. Outro obstáculo, e este mais óbvio, foi o facto de muitos dos indivíduos com mais de 65 anos apresentarem dificuldades para responderem ao inquérito, por uma série de fatores que vão desde a falta de escolaridade a problemas de saúde.

No que diz respeito às entrevistas, foi um pouco demorado a escolha dos participantes, pois pretendíamos escolher idosos com capacidade de verbalização que lhes permitisse responder às questões apresentadas e que se disponibilizassem para colaborar no estudo.

É também importante referir que a quantidade de inquéritos feitos e também o número de entrevistados não foi em grande número pelo facto da disponibilidade dos idosos não ser muito grande, como também a sua receptividade em alguns casos também não ter sido a melhor. Por isso mesmo, também a entrevista só pode ser aplicada a quatro idosos.

6. ANÁLISE DOS RESULTADOS

6.1. Caraterização da freguesia e aldeia de Cachopo

“Escondida no meio da Serra, quase sem companhia, a não ser dos silenciosos montes que a envolvem, bem longe da agitada e sonora vida urbana do litoral Algarvio, fica a aldeia rural de Cachopo” (Marco Lopes, 2008, p.18).

A aldeia de Cachopo, antigamente denominada de Vale de Cachopo, é intitulada a “aldeia mais típica do nordeste Algarvio”. Pertenceu à coroa e em 1535 já era sede de freguesia, pertencendo ao concelho de Alcoutim. Mas em 1836, no decreto do dia 6 de Novembro do mesmo ano, passou a pertencer, ao concelho de Tavira.

Hoje, como referido anteriormente, está a 42 quilómetros de Tavira e a 50 de Faro, tem 53 montes e em termos de território é a maior do concelho de Tavira.

João Baptista da Silva Lopes, na sua *Corografia ou Memória Económica, Estadística e Topografia do Reino do Algarve* (1841), referindo-se à freguesia de Cachopo diz que está “situada em hum serro, de que todavia não se descobre povoação alguma, e cerada por hum ribeiro de água perene que forma alguns pegos. Os moradores bebem de hum poço de muita e boa água, (...). A freguesia tem 4 lagoas de serra em comprimento desde os Montes de Pero Chumação, que pertencem ao concelho de Faro (...). Cria muita caça grossa e miúda; alguma cevada e centeio com pouco trigo.”

Salientamos então os dois ofícios presentes na freguesia de Cachopo, que ao longo dos anos têm sido as profissões mais tradicionais e que hoje, ainda algumas se conseguem manter, são eles - Albardeiros - “Albardas e merlins são ainda feitos em Cachopo, sendo um casal da aldeia quem garante a produção destas peças. Usando apenas materiais flexíveis e macios – linhagem, carneira, corda, guita, lã, palha de centeio – constroem a solidez dos quase indestrutíveis melins e albardas que paramentam as bestas. O segredo de tal arte está na forma de cortar e coser os elementos. “ (Cristiana Bastos, 2008, p.10) e as Tecedeiras – “ (...) Tecer consiste em fazer cruzar os fios até ter um tecido durável; (...) os tecidos saem de qualidade variável, consoante a espessura do fio, o branqueamento e a qualidade inicial da fibra.” É importante referir que esta arte hoje continua a existir, apesar de serem poucas as tecedeiras presentes na freguesia, continuam a tecer. O vestuário, assim como outras peças derivadas do linho são bastante procuradas por parte das pessoas que visitam a freguesia.

Segundo Custódio e Sousa (s.d), por mais esforços que se façam para diminuir as assimetrias demográficas no país, e mais especificamente, na Serra do Caldeirão e na Freguesia de Cachopo, este é um fenómeno que tende cada vez mais a aumentar; o envelhecimento da população continua a aumentar, e existe um abandono dos jovens da sua terra natal que também tende a aumentar nestas zonas do interior do Algarve.

Nestes sítios do interior Algarvio, e mais propriamente em Cachopo, vai havendo um aumento do abandono da agricultura e por consequência o abandono dos

campos agrícolas. A população, cada vez mais envelhecida deixa de ter possibilidades de se deslocar até à horta, e é obrigada a abandonar as terras que um dia lhes deu muitos produtos, alimentos e até emprego, porque ser agricultor é uma das principais atividades e profissões de outros tempos, e ainda de hoje, porque ainda conseguimos ver alguns, mais novos, a cultivar.

Em Cachopo, e segundo Custódio e Sousa (s.d), existe uma dinâmica institucional e uma referência identitária sólida que é bastante visível, e que faz com que os locais procurem novas atividades e iniciativas de promoção sociocultural e até algumas iniciativas de caráter económico, com base em características da freguesia.

Apesar dos 32% em termos de território, a Freguesia de Cachopo representa 4,1% da população do Concelho. Em análise à pirâmide etária de Cachopo, Custódio e Vanessa (s.d), afirmam que existe um acentuado envelhecimento, quer na base, quer no topo, sendo 50% da população idosa, ou seja, com mais de 65 anos, e um pequeno peso da população com menos de 30 anos.

Neste momento, Cachopo é uma freguesia com bastantes visitantes que procuram os sítios arqueológicos, o núcleo museológico, a fonte férrea e também a gastronomia. A nível de serviços encontra-se um pouco debilitada – Tem bombeiros, centro de saúde, correio e um banco. Tem um lar que apoia os idosos com maiores dificuldades, fazendo domicílios e com 30 camas que estão ocupadas, sendo que na maioria dos casos por idosos da freguesia.

Apesar de um certo isolamento no que diz respeito ao sítio onde se encontra, aproximadamente a 40km de Tavira e a 50km de Faro, segundo estudiosos da localidade podemos salientar a união e a entajuda entre os habitantes, na partilha de alimentos, na ajuda de certas atividades agrícolas e também na companhia feita uns aos outros, de casa em casa. São vários os locais que todos os dias têm “aquelas” pessoas, as pessoas que todos os dias à mesma hora se encontram ali – para contar histórias, anedotas ou até desabafos do dia-a-dia. No Verão é nas ruas e travessas que as pessoas passam o tempo, no Inverno juntam-se nas casas dos amigos, à lareira.

6.2. Caraterização da amostra

No que diz respeito às habilitações literárias (Gráfico 1) a maioria dos participantes que compõem a amostra, revelam saber ler e escrever, sendo que o grau de escolaridade mais comum é o 5º ano de escolaridade ou acima deste ano, com 21 participantes (38,2%).

Com uma habilitação correspondente ao ensino básico (4º ano de escolaridade) obteve-se 17 respostas afirmativas (cerca de 31%). Apenas um idoso referiu não ter qualquer escolaridade (Gráfico 1.) e dois afirmaram possuir a 2º classe ou 2º ano de escolaridade. No caso dos entrevistados:

“Sim, fiz a terceira classe, na escola de Cachopo... só de rapazes, as meninas andavam noutra só para meninas.” (João)

“Sim, aprendi só a ler e a escrever... pouca coisa!” (Mariana)

“Fiz a primeira classe ali em Ceroles, na escola primária!” (Simão)

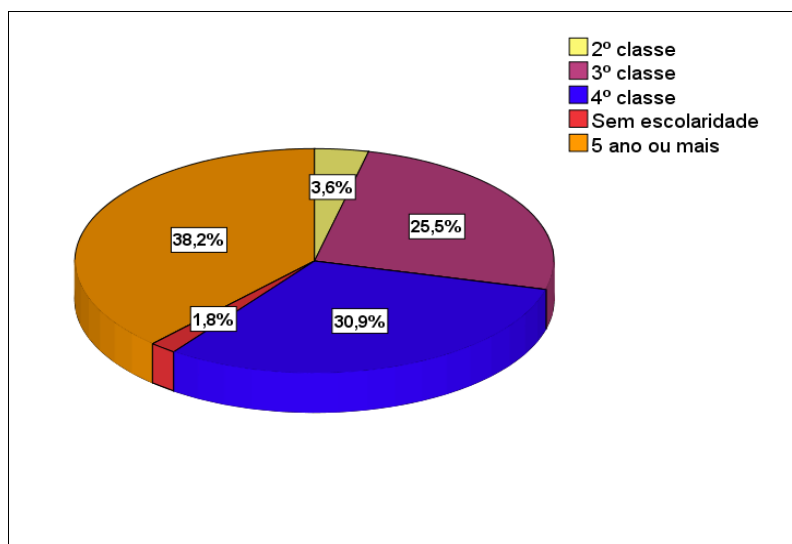


Gráfico 1. Habilidade literárias dos idosos

A maioria dos participantes deste estudo são casados (N =34 correspondente a 61,8%), três são solteiros (5,5%) e os restantes viúvos (N = 18 correspondente a 32,7%) (Gráfico 2.).

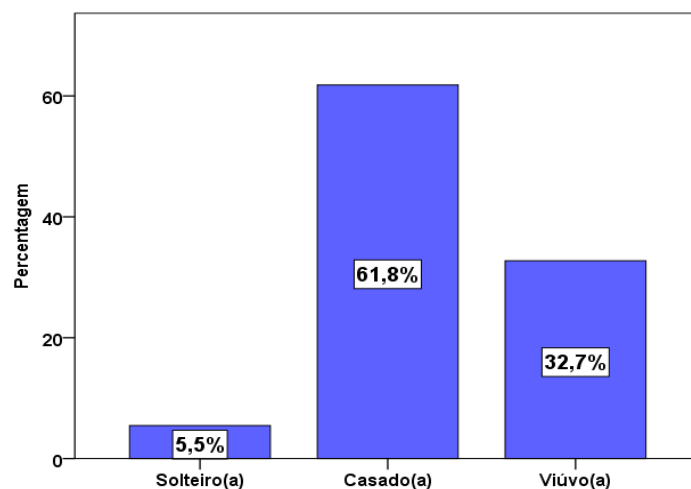


Gráfico 2. Estado civil dos idosos

Quando questionámos “Atualmente, com quem vive?” observa-se que a maioria vive com o seu conjugue (N = 32; 58,3%) embora, 18 participantes refiram que vivem sozinhos (32,7%) (Tabela 2.). Foi ainda referido por um idoso que por vezes o filho fica em sua casa.

A maioria revela também residir no Monte (N = 44 correspondente a 80%) e 11 revelam residir na aldeia de Cachopo (20%). Um dos participantes neste estudo revela também que de vez em quando reside em França. Uma das entrevistadas disse-nos que vivia com o seu marido, com a nora, com o filho e com a sua neta, o que pode ir contra às respostas dos inquiridos, que como podemos confirmar na tabela dois, 58,2% dos idosos vive com a mulher/marido.

Tabela 2. Pessoa com quem vive o idoso

	F	%
Marido/Mulher	32	58,2
Filho/Filha	5	9,1
Sozinho/a	18	32,7
Total	55	100,0

6.3. Sobre o local de residência

Quisemos saber se os participantes deste estudo, gostavam de viver no local que tinham referido viver e, podemos afirmar que a maioria respondeu afirmativamente revelando gostar de viver onde vive, como podemos confirmar com a resposta da D. Antónia: “É aqui que me sinto bem, e já agora até ao final da vida!”. Assim dos 55 participantes 53 (96,4%) responde afirmativamente e apenas dois responderam que não gostam de viver onde vivem (3,6%) (Gráfico 3.).

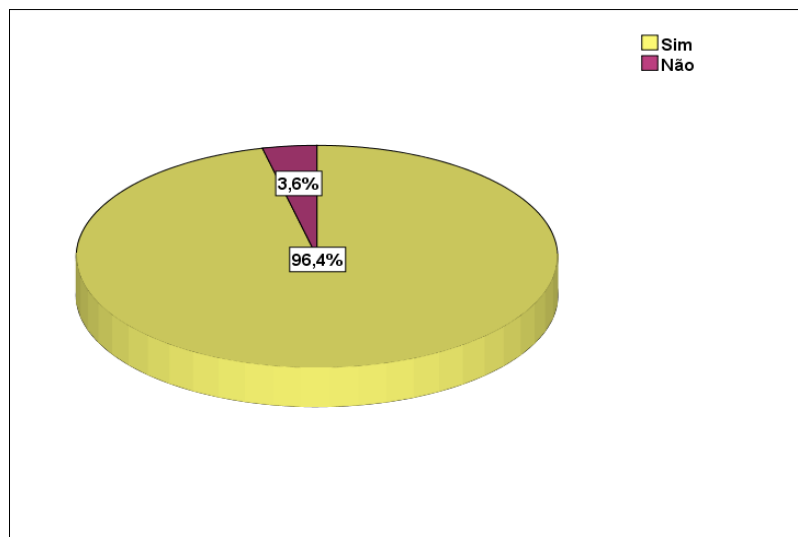


Gráfico 3. Grau de satisfação com o lugar onde reside

Dos idosos que responderam, *Não gostar* quisemos saber a razão, as respostas estão descritas na Tabela 3. Uma das razões relaciona-se com a distância relativamente ao local de residência dos seus filhos.

Tabela 3. Justificação para o grau de satisfação com o local de residência

	<i>F</i>	<i>%</i>
Participantes que gostam de viver no local de residência	53	96,4
Estou longe dos filhos	1	1,8
Não tenho outra hipótese	1	1,8
Total	55	100,0

Perguntámos ainda se pudessem escolher, se escolheriam viver noutra sítio e 50 dos 55 participantes responderam que se sentem bem com o local onde vivem (cerca de 91%). Apenas 5 responderam que se pudessem escolheriam outro local (9,1%) (Tabela 4.).

Tabela 4. Escolher viver noutra local

	<i>F</i>	<i>%</i>
Sim	5	9,1
Não, sinto-me bem no sítio onde vivo	50	90,9
Total	55	100,0

Dos idosos que responderam que gostaria de viver noutra sítio, na tabela 5, podemos confirmar as razões. Dos cinco, apenas quatro referem razões, que são elas: *Gostava de viver perto do meu filho. Gostava de viver em Loulé ou em São Brás de Alportel. Gostava de viver no norte porque a minha esposa era de lá e não gosto de viver sozinho.* Os restantes 51 participantes revelam que não têm razões para viver noutra local.

Tabela 5. As razões dos idosos para viver num outro local

	F	%
Não tem razões para viver num outro local	51	92,7
Gostava de ir viver perto do meu filho, em S. Brás de Alportel	1	1,8
Gostava de viver em Loulé ou em S. Brás de Alportel	1	1,8
Gostava de viver no norte porque a minha esposa era de lá	1	1,8
Não gosto de viver sozinho	1	1,8
Total	55	100,0

Quando questionados sobre se sentiam bem com as pessoas que rodeiam os idosos afirmaram maioritariamente que se sente bem (N = 51) (correspondente a 92,7%), um participante respondeu não se sentir bem (1,8%) e *Apenas algumas vezes* foi a resposta seleccionada por 3 participantes (5,5%) (Gráfico 4.)

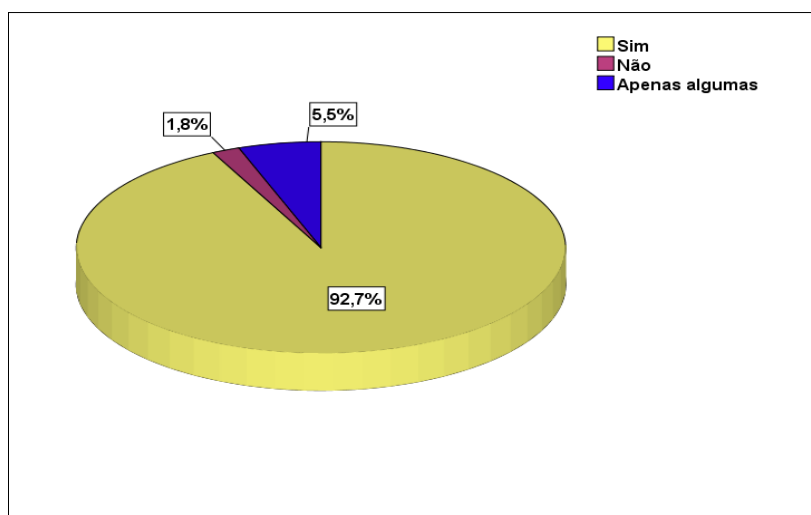


Gráfico 4. Sentir bem com as pessoas que os rodeiam

Quando inquiridos sobre se consideravam ter melhores condições caso vivessem na cidade em vez de viver em zonas rurais, a maioria dos idosos respondeu que não (N =

42 correspondente a 76,4%) e 23,6% consideram que teriam melhores condições de vida se residissem num centro urbano (Tabela 6.):

“Na serra vivendo-se mal às vezes, vive-se sempre melhor que na cidade. E é aqui que me sinto bem, e já agora até ao final da vida!” (Antónia)

“Aqui há umas coisas que lá não há... comida boa, coisinhas da horta! E o melhor, “companha” das pessoas da aldeia. Isto aqui vive-se bem apesar da distância!” (João)

“Na cidade nem eles conhecem quem mora ao lado...” (...) “Sim, muito! Aqui somos todos amigos, lá desconfiam uns dos outros.” (Simão)

Tabela 6. Melhores condições de vida se vivesse na cidade

	<i>F</i>	<i>%</i>
Sim	13	23,6
Não	42	76,4
Total	55	100,0

Dos treze idosos que consideram que a cidade oferece melhores condições as razões apontadas pelos mesmos, estão registadas na Tabela 7. São duas as razões mais apontadas: o facto de estarem mais perto dos seus filhos (53,8% do total de respostas dadas) e em segundo lugar, porque se sente que a ajuda médica será mais rápida por se encontrarem mais perto do hospital (30,8%), como podemos confirmar com uma resposta do entrevistado: “Só o médico, punha um médico aqui todos os dias... só há de vez em quando!” (João).

Tabela 7. Razões dos idosos para viver na cidade.

	<i>F</i>	<i>%</i>	<i>% Válida</i>
Posso conviver com mais pessoas	1	1,8	7,7
Chego mais rápido ao hospital quando estou doente	4	7,3	30,8
Estou mais perto dos meus filhos	7	12,7	53,8
Há mais transportes e posso sair	1	1,8	7,7
Total	13	23,6	100,0
Não resposta	42	76,4	
Total	55	100,0	

Dos quarenta e dois idosos que consideram que não têm razões para viver na cidade as razões apontadas são diversas destacando-se a resposta “Porque é aqui que me sinto bem” com 23 respostas (54,8%) logo seguida pela resposta que evidencia a importância de ter os amigos por perto (N = 10 respostas correspondentes a 23,8%) (Tabela 8.). Este sentir foi igualmente expresso pelos idosos entrevistados:

“(…) as pessoas da cidade que vivem só dos ordenados vivem mais mal que as pessoas do campo. Aqui todos semeiam, todos têm alguma coisinha. Agora na cidade não! Só dos ordenados vivem mal!” (Antónia¹);

“Não sabe porquê menina? (pausa…) Aqui há umas coisas que lá não há… comida boa, coisinhas da horta! E o melhor, “companha” das pessoas da aldeia. Isto aqui vive-se bem apesar da distância!” (João)

“Na cidade nem eles conhecem quem mora ao lado…” (….) Sim, muito! Aqui somos todos amigos, lá desconfiam uns dos outros.” (Simão)

¹ Todos os nomes são fictícios.

Tabela 8. Razões dos idosos para não viver na cidade.

	F	%	% Válida
Porque aqui tenho amigos/vizinhos	10	18,2	23,8
Porque conheço toda a gente e estou mais acompanhado/a	8	14,5	19,0
Porque as pessoas entreadjudam-se mais	1	1,8	2,4
Porque é aqui me sinto bem	23	41,8	54,8
Total	42	76,4	100,0
Não resposta	13	23,6	
Total	55	100,0	

6.4. Atividades Diárias

A maioria dos idosos (72,7%), afirma ainda trabalhar na horta, 7,3% afirma já não ter esse tipo de actividades e 20% refere que apesar de gostar de trabalhar no campo, os problemas de saúde impossibilitam-no de o fazer (Gráfico 5): Como podemos confirmar com a resposta de João, um dos entrevistados: “Ora, gosto de ir há horta! Mas ir ao café também me distrai...”

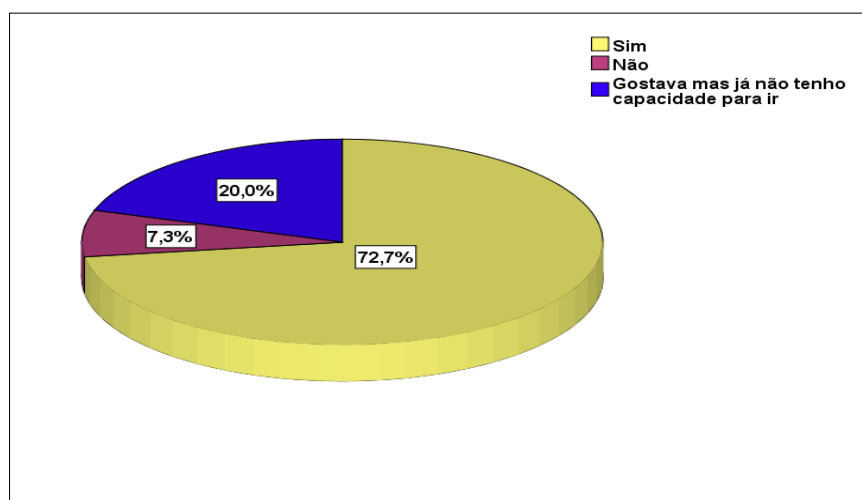


Gráfico 5. O idoso e a horta

Dos que responderam que não costumam ir à horta habitualmente quisemos compreender as suas razões, as quais estão descritas na Tabela 9. Dos quatro assinalados anteriormente apenas três idosos justificaram as suas razões indicando que: já não vai há horta porque já não semeia, porque tem um estabelecimento comercial e porque trabalhou muito na horta quando era novo, e agora prefere descansar.

Tabela 9. Razões dos idosos para não ir à horta habitualmente.

	<i>F</i>	<i>%</i>
Não resposta	52	94,5
Porque já não semeio	1	1,8
Porque tenho um estabelecimento comercial	1	1,8
Porque trabalhei muito na horta quando era novo, e agora prefiro descansar.	1	1,8
Total	55	100,0

No que se refere às relações sociais, a maioria dos participantes idosos refere que costumam estar com os vizinhos durante o dia ou com amigos, assim 47 dos participantes responderam afirmativamente (85,5%). Um idoso respondeu que não costuma estar com vizinhos ou amigos (1,8%) e a razão para tal é porque não tem vizinhos. Os restantes sete referem que estão às vezes com vizinhos ou amigos durante o seu dia (Gráfico 6.), como podemos confirmar nas respostas dos nossos entrevistados sobre o que falam com os vizinhos: (...)“fala-se de tudo, fala-se da vida... da vida que está muito cara, que não se sabe como se há-de governar a vida para se poupar uns “tostanitos”. Essas coisas todas... Para comprar as coisas.” (Antónia);

Relativamente a esta questão, temos para confirmação da mesma, as respostas dos nossos entrevistados: “Ajudam-me muito e a Maria Eugénia empresta-me o telemóvel para ligar para a família.” (sobre confiança com os vizinhos) (João);

“Na cidade nem eles conhecem quem mora ao lado...” (...) “Sim, muito! Aqui somos todos amigos, lá desconfiam uns dos outros.” (Simão)

“Os que são, são poucos...mas se precisar peço ajuda!” (Mariana)

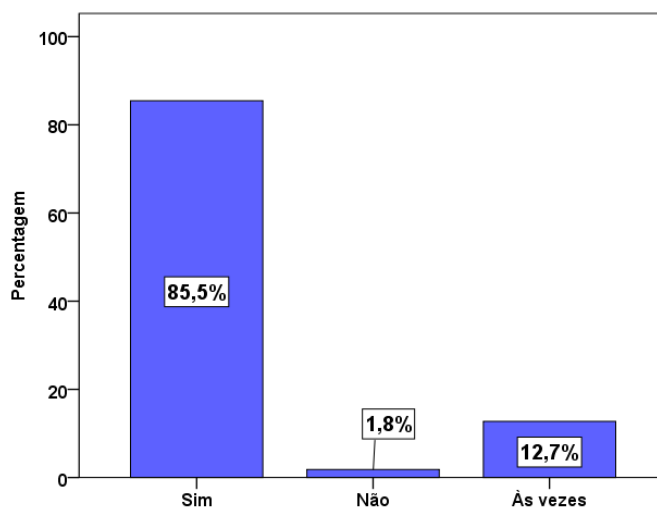


Gráfico 6. O idoso costuma estar com vizinhos/amigos durante o dia

Os locais privilegiados para estar entre vizinhos ou amigos é principalmente na rua (N = 25; 45,5%), seguido do local casa (N = 11; 20,0%) ou ainda à porta de casa, ou no café com igual preferência nos dois casos (N = 9; 16,4%) (Tabela 10.).

Tabela 10. Locais de maior contato social.

	F	%
À porta de casa	9	16,4
Na rua	25	45,5
No café	9	16,4
Na igreja	1	1,8
Em casa	11	20,0
Total	55	100,0

Quisemos perceber se estes idosos costumam ver vizinhos/amigos/familiares/turistas durante o dia e pelas respostas podemos afirmar que

apenas 47,2% responderam que diariamente costumam ver muitas pessoas (N = 25). A maioria responde que ver muitas pessoas depende dos dias num valor de 50,9% (N = 27) e apenas um idoso respondeu que não costuma ver gente durante o dia (1,9%) (Tabela 11.).

Tabela 11. O idoso costuma ver muita gente por dia

	F	%	% Válida
Sim	25	45,5	47,2
Não	1	1,8	1,9
Depende dos dias	27	49,1	50,9
Total	53	96,4	100,0
Não resposta	2	3,6	
Total	55	100,0	

No que concerne à questão “Durante a semana com que frequência costuma estar com Amigos, Vizinhos, Familiares, Filhos, Funcionários do Centro dia ou Outros”, observa-se que este grupo de idosos, na sua maioria, todos os dias está com alguém com 86 respostas (43,2%). Na categoria *nunca* apenas se obteve dez respostas (5,0%) e *raramente* obteve 24 respostas (12,1%) (Tabela 12.).

Tabela 12. Frequência de relacionamento com amigos, vizinhos, familiares, filhos, funcionários do centro de dia e outros.

		Respostas	
		N	%
Frequência semanal	Nunca	10	5,0%
	Raramente	24	12,1%
	Mais do que uma vez	79	39,7%
	Todos os dias	86	43,2%
Total		199	100,0%

Quisemos no entanto perceber de modo individual qual a frequência semanal com que estes idosos mantem contactos mais intensivos, com vizinhos, amigos e familiares. Conforme se pode verificar no gráfico 7, os idosos inquiridos mantém maior contato e proximidade com os amigos e vizinhos sendo que as categorias *Nunca* e

Raramente são pouco expressivas. Já no que se refere aos filhos e familiares a realidade parece ser diferente, já que 27,1% diz *Raramente* estar durante a semana com familiares e 25% com os filhos, tendo menos contato com a família, incluindo os filhos, concluindo assim que a fonte de interação social e sociabilidade dos idosos são os que residem na sua zona de residência.

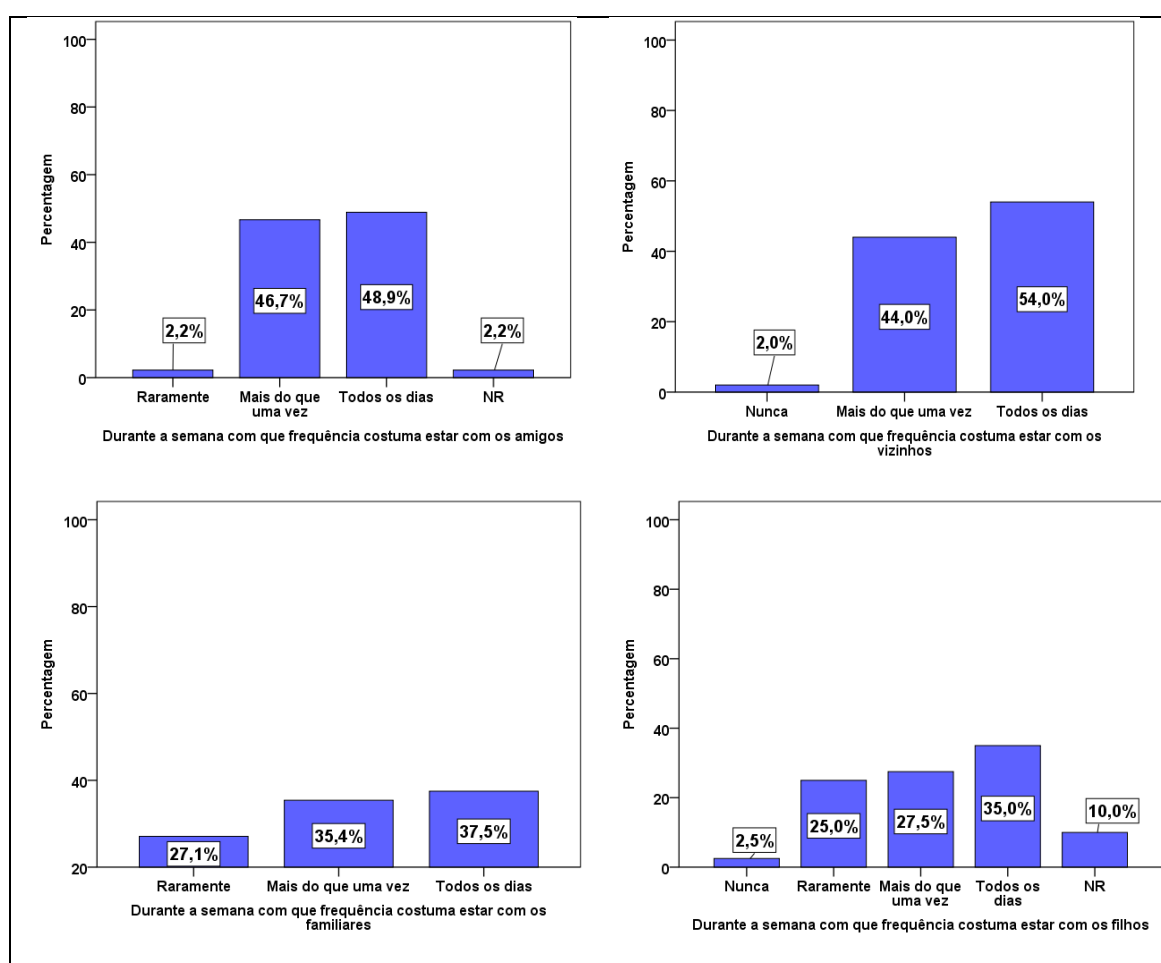


Gráfico 7. Frequência com que os idosos costumam estar com os amigos, vizinhos, familiares e com os filhos.

Observa-se também que relativamente à avaliação que os idosos fazem do seu convívio com as pessoas, eles consideram-no mais do que suficiente em 14,8% (N = 8) dos casos ou suficiente na maioria dos casos 83,3% (N = 45) (Gráfico 8.). Apenas um

participante não respondeu e outro respondeu que considerava insuficiente (1,9%, respetivamente).

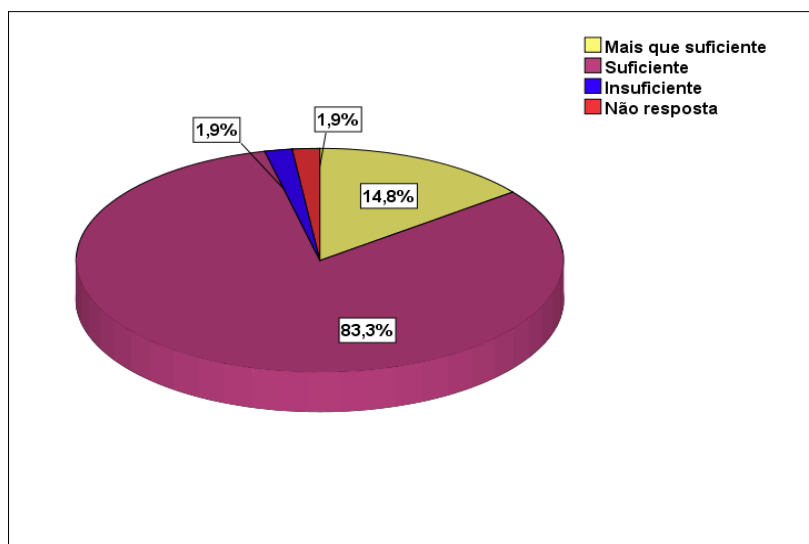


Gráfico 8. O convívio do idoso com as pessoas

Pedimos para assinalarem três das coisas que mais gostavam de fazer nos seus dias e as respostas estão representadas na Tabela 13. Da análise das respostas dadas podemos afirmar que este grupo de idosos dá preferência aos programas televisivos (com N = 46 respostas; cerca de 30%). Estar na horta ou cuidar dos animais é outra das atividades com elevada preferência com N = 35 respostas (cerca de 23%). Estar com vizinhos /amigos e familiares foram opções com um número de respostas considerável com N = 28 (cerca de 18%) e N = 24 (cerca de 16%) respostas, respetivamente. A opção que recolheu apenas uma resposta foi a referente à leitura (N = 1; 0,6%) (Tabela 13.). Foi referido ainda outras situações as quais estão descritas na Tabela 14.

O mesmo se verificou nas entrevistas e que justificam as respostas dos inquiridos:

“Oi, governo vida todo o dia... todo o dia! Faço comida... varro as casas, lavo o quintal, varro a rua... hum, lavo a louça...”;

“Gosto de ver televisão, gosto de ler...gosto de me sentar aí no pátio para a olhar para o campo.” (Antónia);

“Gosto de ir à horta e de ir beber um café. Vejo televisão e dou uma caminhada aqui pelo adro.” (João);

“Vou dar comida aos animais, faço comida... vou à aldeia uma vez por semana porque tenho que ir à farmácia comprar os medicamentos para o meu “Antoino”. Vou à horta e vejo televisão. Gosto ver os “romances” (Mariana);

“Olhe, não vê... Aqui me levo os dias à sombra. Governo a vida, passeio as duas cabritas que tenho e assim se passa o dia!” (Simão)

Tabela 13. Três das coisas que os idosos mais gosta de fazer nos seus dias

	<i>Respostas</i>	
	<i>N</i>	<i>%</i>
Gostar de ver televisão	46	29,9%
Gostar de estar com os vizinhos/amigos	28	18,2%
Gostar de receber visitas de familiares	24	15,6%
Gostar de ir à cidade/aldeia	8	5,2%
Gostar de ler	1	0,6%
Gostar de fazer artesanato (crochet, renda, etc)	12	7,8%
Gostar de ir à horta/cuidar dos animais	35	22,7%
Total	154	100,0%

No caso de outras preferências, temos dar comida às galinhas e ao gato, com 1,8%, assim como ir ao café e ao centro de convívio com a mesma percentagem e com 3,6% ir ao centro de convívio (Tabela 14)

Tabela 14. Outras preferências dos idosos.

	<i>F</i>	<i>%</i>
	51	92,7
Dar comida às galinhas e ao gato	1	1,8
Ir ao café e ao centro de convívio	1	1,8
Ir ao Centro de Convívio	2	3,6
Total	55	100,0

Relativamente à televisão quisemos saber quantas horas este grupo de idosos tem a televisão ligada e podemos observar que dos 21 respondentes, 38,9% respondeu ter a televisão ligada duas horas por dia (N = 21), 16 respondentes respondeu ter a televisão ligada mais de duas horas (29,6%) e sempre ligada (9,3%) (Tabela 15):

“Às vezes. E ele gosta pouco de ver televisão. Gosta muito de ver é a bola! (sobre o marido) Mas eu não gosto, gosto de ver as novelas e o... ai, não me lembro... “O Preço Certo”. Gosto muito de ver “O Preço Certo”, e passo um bocado bom quando estou a ver isso.” “Há certas coisas que vejo na televisão que dá alegria.” (Antónia)

“Vou à horta e vejo televisão. Gosto ver os “romances”” (Mariana)

Tabela 15. Horas de televisão por dia

	<i>F</i>	<i>%</i>	<i>% Válida</i>
Uma	10	18,2	18,5
Duas	21	38,2	38,9
Mais que duas	16	29,1	29,6
Tenho sempre a televisão ligada	5	9,1	9,3
Não possuo televisão	2	3,6	3,7
Total	54	98,2	100,0
Não resposta	1	1,8	
Total	55	100,0	

6.4. Acompanhamento ao idoso

No que diz respeito ao acompanhamento sentido por estes idosos optámos por perceber o acompanhamento médico de que este grupo usufrui. Quando vão ao médico a maioria vai acompanhado por um familiar (N = 44; 81,5%) enquanto que apenas dez respondeu ir sozinho ao médico (18,5%) (Gráfico 9.). Apenas um idoso respondeu ir ao médico com as senhoras do Centro de dia, como acompanhantes:

“Gostava de estar mais com eles... Mas eu sei que tem de ser assim... Eles ajudam-se e quando estou doente vão comigo ao médico.” (João)

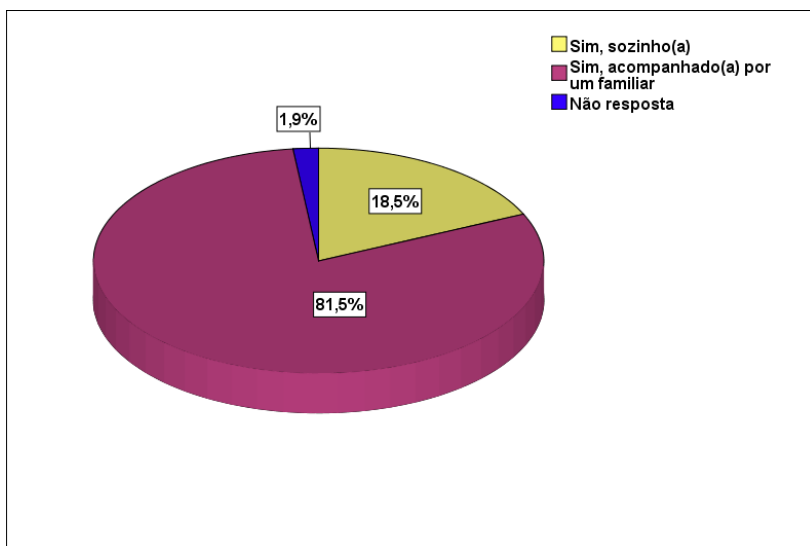


Gráfico 9. Acompanhamento do idoso ao médico

Em casa quisemos saber quem faz o acompanhamento do idoso quando este se encontra doente. As respostas recolhidas estão representadas no Gráfico 10, e revelam que 88,7% são acompanhados por filhos/as (36,4%) e familiares (50,9%). Três responderam que um vizinho os acompanha (5,7%) e apenas um vai para casa dos filhos (1,9%).

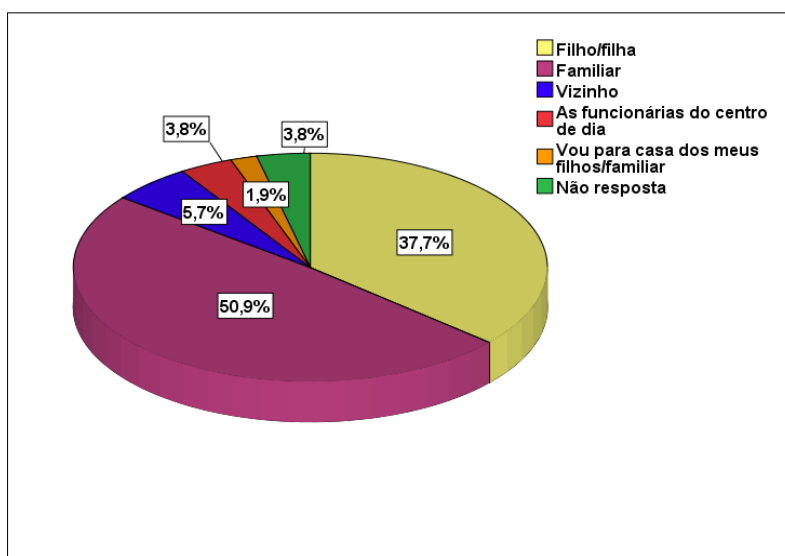


Gráfico 10. Quem acompanhamento na residência em caso de doença

6.5. A Família: são os filhos

A maioria dos idosos revelou ter filhos (N = 47) correspondentes a 85,5% do total de idosos no estudo e a penas quatro idosos referiram não ter filhos (14,5%).

Quisemos ainda saber quantos filhos tinham e a maioria revela ter um filho (46,8%). Com dois filhos responderam 17 idosos (36,2%) e com três e quatro ou mais filhos obtivemos igual resposta, quatro idosos com 8,5%, respetivamente (Gráfico 11.).

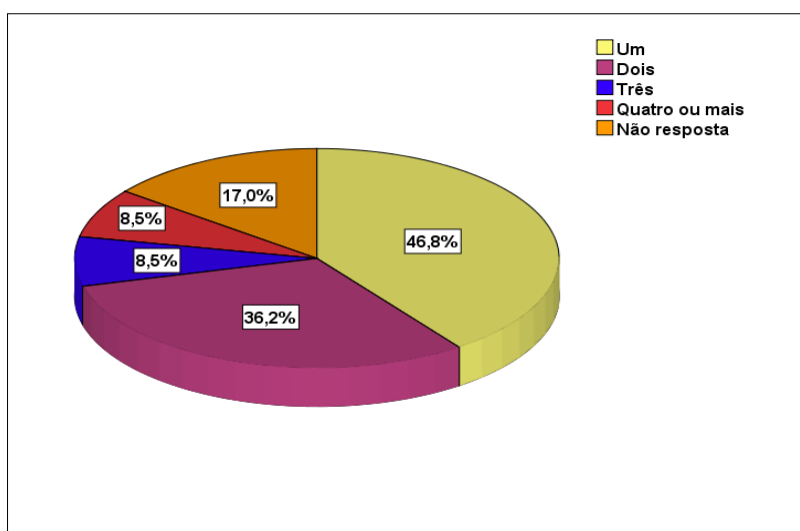


Gráfico 11. Número de filhos

Quisemos perceber se os filhos ou familiares se encontram próximos dos seus progenitores por isso, questionou-se sobre o tempo que demoram a chegar a suas casas. Aqui verificou-se que para estes idosos a família são os filhos, não havendo a referência a qualquer outro familiar. A maioria dos filhos vive a cerca de uma hora 56,4% (N = 31). É ainda referido que 19 filhos vivem na mesma localidade que os seus pais (34,5%) e a viver no estrangeiro regista-se dois filhos (3,6%) (Gráfico 12.).

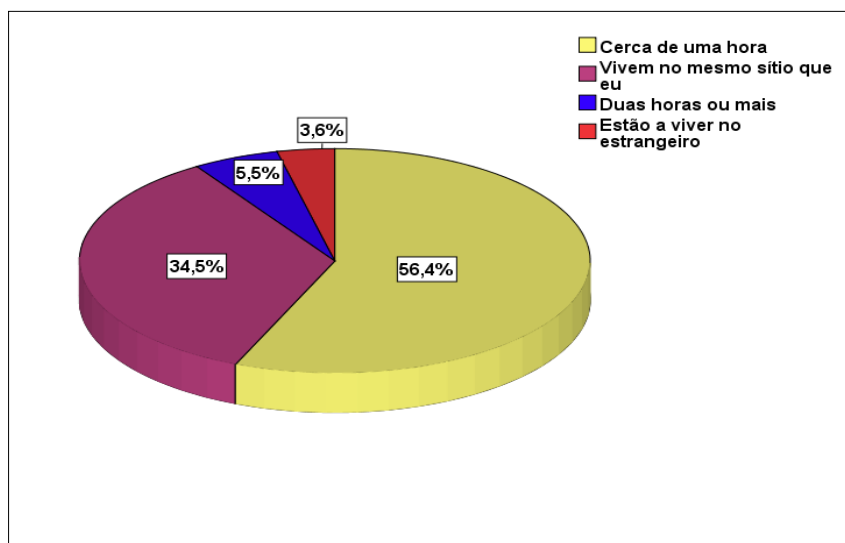


Gráfico 12. Distância dos familiares mais próximos

Relativamente ao contato com a família podemos afirmar que a maioria tem um contato diário com a família (N = 46; 83,6%). Uma vez por mês é referido apenas por dois idosos (3,6%) (Tabela 16.). E como podemos verificar na resposta dos inquiridos:

“Oh, só nas férias do Verão, que ele vem de férias e é divertido porque vamos à festa do emigrante à aldeia, que costuma ser em Agosto, lá para o segundo fim-de-semana!” (Simão)

“A minha família é tão grande... Estão por Portugal inteiro e pelo estrangeiro! Quase nunca estou com os meus parentes... Os meus filhos vivem perto, um em Tavira e outro em Faro.” (João)

Tabela 16. Quantidade de vezes que o idoso fala com alguém da sua família

	<i>F</i>	<i>%</i>
Todos os dias	46	83,6
Uma vez por semana	5	9,1
Todas as semanas	2	3,6
Uma vez por mês	2	3,6
Total	55	100,0

Quisemos saber se apesar do contacto diário, este grupo gostava de ter mais apoio dos seus filhos e as suas respostas indiciam que a maioria se sente confortável com o apoio que recebe (N = 31; 56,4%). No entanto, 19 idosos referem que gostavam de ter mais apoio mas reconhecem que os filhos não têm possibilidades para dar mais apoio (34,5%) (Tabela 17.).

“Pois... vem-me ver, mas gostava que viessem mais. Tem os empregos deles, não me posso queixar muito porque a vida está muito mal... Mas gosto muito deles. São muito meus amigos.” (João)

Tabela 17. Satisfação quanto ao apoio dos filhos e familiares

	<i>F</i>	<i>%</i>
Sim, mas sei que não podem	19	34,5
Não, o que me dão é suficiente para me sentir bem	31	56,4
Não preciso	1	1,8
Não tenho filhos	4	7,3
Total	55	100,0

No que diz respeito ao desejo destes idosos viverem com os seus filhos 39 respondeu afirmativamente que aceitava viver em casa dos filhos (75,0%). Dos 55 idosos apenas três não responderam e onze responderam que não desejam viver com os filhos (21,2%) (Tabela 18.). Podemos verificar numa das respostas, que se fosse para viver com o filho, não se importava de sair de sua casa: “Então diga-me lá... ainda se fosse morar na França com o “mê” filho, isso aceitava!” (Simão)

Tabela 18. Viver com os filhos, um dia...

	F	%
Sim, aceitava ir para sua casa	39	70,9
Sim, mas eles não têm possibilidades de me acolher	2	3,6
Não, prefiro ficar na minha casa ou ir para o lar	11	20,0
Total	52	94,5
Não resposta	3	5,5
Total	55	100,0

Quanto ao tempo que os idosos passam com a família a maioria considera satisfatório (N = 40; 72,7%) e 12 consideram mesmo muito satisfatório (21,8%). Apenas três (5,5%) consideram insatisfatório o tempo que passam com a família (Gráfico 13.). Este sentimento foi expresso pelos idosos entrevistados:

“Gostava de estar mais com eles... Mas eu sei que tem de ser assim... Eles ajudam-se e quando estou doente vão comigo ao médico.” (João)

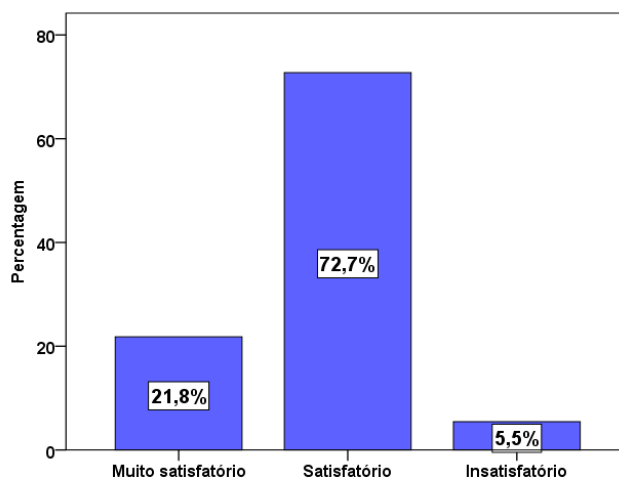


Gráfico 13. Satisfação com o tempo passado com a família

No que diz respeito ao facto de irem para casa dos filhos 26,7% responderam que vão sempre que podem (N = 12). Apenas dois responderam que nunca vão (4,4%) e

outros dois só vão a casa dos filhos na altura das festividades (4,4%). A maioria no entanto respondeu que vai a casa dos filhos às vezes (N = 28; 62,2%) (Gráfico 14).

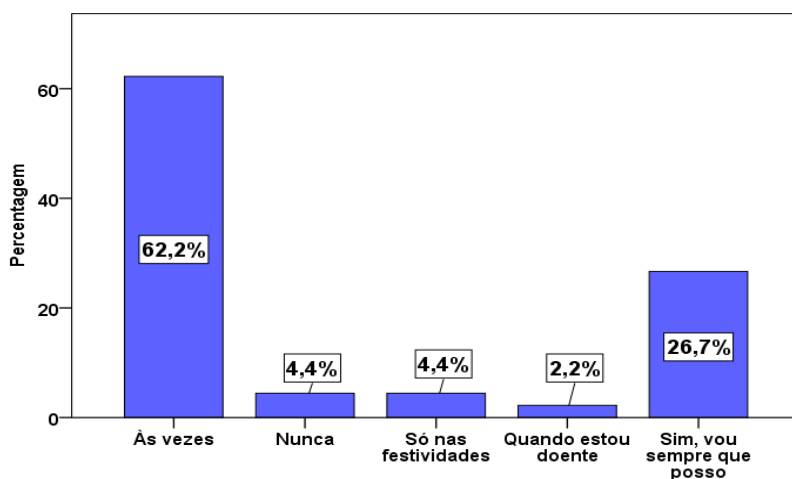


Gráfico 14. Situação em que fica em casa dos filhos

Para a casa de familiares este grupo de idosos refere na sua maioria que só vai às vezes (N = 12; 57,1%). No entanto é preciso referir que dos 55 idosos apenas 21 responderam a esta questão (Tabela 19). No caso de um dos entrevistados: “Vou no Natal ter com eles, eu e a minha Maria... e aos Domingos vem cá comer a casa... e depois vamos ao café.” (João)

Tabela 19. Se o idoso costuma ir a casa de familiares

	F	%	% Válida
Às vezes	12	21,8	57,1
Nunca	3	5,5	14,3
Só nas festividades	2	3,6	9,5
Sim, vou sempre que posso	4	7,3	19,0
Total	21	38,2	100,0
Não resposta	34	61,8	
Total	55	100,0	

6.6. Sentir e estar só

Pretendemos também averiguar os sentimentos de solidão dos idosos em análise. Assim quando perguntámos se sentem-se sós muitas vezes 30 responderam que não (56,6%) representando a maioria. No entanto, 12 responderam que sim *i.e.* que se sentem sozinhos (22,6%) e 11 responderam que se sentem sós às vezes (20,8%) (Gráfico 15.). Nas entrevistas os idosos referiram:

“Não me sinto mais vezes que a minha senhora faz-me companhia, mas às vezes penso um pouco na vida e sinto-me um pouco sozinho... mas depois passa!” (João)

“Às vezes sinto... Outras vezes não!” (Mariana)

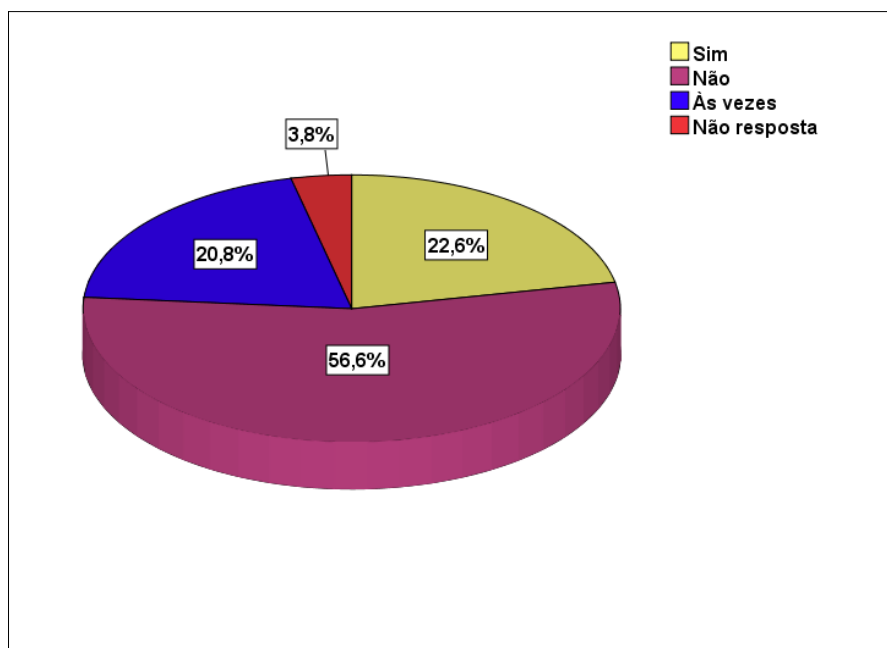


Gráfico 15. Sentir sozinho muitas vezes

Relativamente aos seus ascendentes quisemos ainda perceber o que acham estes idosos sobre a solidão percebida e a que comparativamente perceberam nos seus

pais. A maioria foi contundente respondendo que está mais sozinho do que os seus pais estavam (N = 35 correspondendo a 67,3%). Apenas 32,7% acham que estão menos sozinhos do que os seus pais (N = 17) (Gráfico 16.). Três dos idosos não responderam a esta questão.

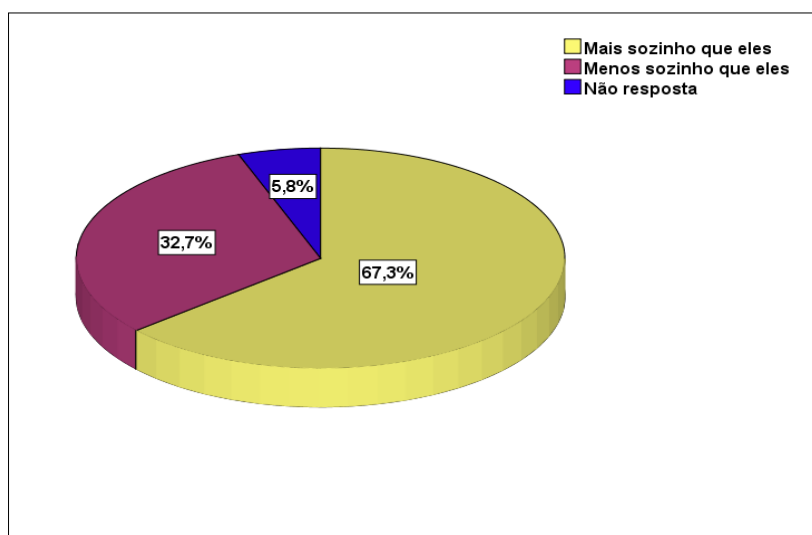


Gráfico 16. Comparação entre os pais e os próprios idosos

Conclusões

Com o envelhecimento demográfico a aumentar cada vez mais, é necessário refletir sobre as suas implicações, no sentido de explorar e investigar uma serie de fatores que se prendem com a velhice, em particular com os idosos que residem em zonas rurais, particularmente atingidas por aquele fenómeno. Foi com esse objetivo que se desenvolveu este estudo, de caracter exploratório, tendo por referência os conceitos de solidão, qualidade de vida e relações sociais.

Respondendo à nossa pergunta de investigação: **Será a qualidade de vida dos idosos das zonas rurais influenciada pela solidão?**

No caso dos idosos da freguesia de Cachopo, o estudo revela que os idosos, não se sentem sós (56,6%).

Quando perguntamos aos idosos se gostavam de viver onde vivem, o sim foi a resposta principal, quer na resposta aos inquéritos, quer nas entrevistas, podemos dizer então que o idoso se sente bem no local onde vive (92,7%), havendo no entanto, alguns idosos com vontade de viver noutro lado, visto que os filhos vivem longe, e gostariam de estar mais juntos dos mesmos.

É interessante verificar que os idosos que integraram a investigação não escolheriam viver na cidade, já que no local onde vivem, e apesar de estarem mais longe de hospitais, supermercados e outras instituições importantes para o bem-estar dos mesmos, sentem-se mais acompanhados por e conhecerem toda a gente que os rodeia, dando importância às relações sociais. A valorização destas interações sociais por parte dos idosos revelam o papel importante que desempenham no evitar do isolamento social, e desta forma, no contributo para a sua qualidade de vida. No que toca às atividades diárias desempenhadas pelos idosos no seu dia-a-dia, as preferidas são: ir à horta, estar com os amigos/vizinhos, ver televisão, receber visitas da família e fazer artesanato, pelo qual, podemos confirmar que se tratam de atividades que desenvolvem a vida do idoso, inserindo-o na sociedade em que vivem, e fazendo com que vivam em comunidade. Aqui podemos ir buscar a ideia de que “ativo” prende-se com outras situações como culturais, cívicas, espirituais e económicas (Lopes 2003), não sendo apenas a saúde que os torna ativos e com qualidade de vida. Segundo Rocha (2009), os idosos têm direito a desenvolver as suas aptidões, capacidades e também as suas

competências – sendo a educação um fator importante para a expressão e comunicação por parte do idoso. Contudo, estes idosos dedicam muito tempo à televisão, como podemos verificar nos dados analisados o que poderá levantar algumas dúvidas quanto à “atividade”.

Podemos dizer que os idosos da freguesia de Cachopo, em termos de relações sociais, têm uma rede social bastante coesa, fazendo com que o idoso se sinta acompanhado durante o dia e viva em harmonia com os vizinhos e amigos, não esquecendo a família que tem um papel bastante importante, estando normalmente presente nos momentos mais complicados da vida do idoso. É importante referir, que existe um centro de dia, onde muitos deles podem passar o tempo, e assim conviver com outros idosos na mesma situação. É importante também referir a importância da rede formal de apoio social, que segundo Carvalho (2009), o estado providência compete a implementação de políticas de incentivo de mercado, estando então os direitos do cidadão ligados ao mesmo. Quando falamos no acompanhamento do idoso, quer ao médico, quer quando está doente, podemos verificar que a família tem um papel importante revelando a importância da rede informal – familiar – no apoio aos idosos. O que é expressivo nos dados em relação do acompanhamento ao médico, em que 81,5% dos idosos revelam ser acompanhado por um familiar, a mesma resposta mantém-se quando questionados sobre quem os acompanha em casa quando estão doentes (50,9% um familiar, 37,7% o filho/a).

A relação que o idoso mantém com o vizinho/idoso é uma relação bastante aberta, de entreatajuda e amizade, fazendo com que o idoso saia de casa, vá à rua, passe algum tempo na casa do vizinho. Segundo Martins (2009), o papel do vizinho acaba por ser um papel bastante importante na vida e na fase do envelhecimento do idoso, visto que, ajudam o idoso a “fugir” do isolamento e anonimato. O mesmo autor, diz-nos que quando os familiares estão ausentes, são os vizinhos que normalmente são os cuidadores do idoso, quer a nível emocional como a nível instrumental.

Estas relações sociais e todas as atividades praticadas na freguesia e que já falamos anteriormente, mantêm o idoso animado, ocupado, seguro, contribuindo para um envelhecimento bem-sucedido de uma forma saudável e evitando situações de solidão. Contudo, apesar dos idosos terem expresso, de uma forma geral, satisfação por viverem naquele local e a existência de uma rede de sociabilidade, assente fundamentalmente, em relações de vizinhança, isto não significa que situações de solidão não existam, mas apenas que estas se encontram minimizadas por aquelas. No

entanto, estes resultados indiciam que os idosos não se encontram isolados socialmente, integrando uma rede social que lhe garante apoio social e emocional gratificante, reforçado pelo apoio do centro do dia. Os principais interlocutores destes idosos residentes numa zona rural interior são fundamentalmente os vizinhos e amigos que vivem na sua proximidade.

No que toca à família, e como vimos família significa fundamentalmente filhos, e visto que a mesma é um fator importante para a vida do idoso, podemos verificar que 56,4% dos filhos dos idosos vivem a uma hora da casa dos pais, o que até parece ser aceitável, aceitável parece também ser o fato do idoso falar, na maioria dos casos, todos os dias com alguém da sua família, mostrando que existe contato com a mesma. É satisfatório, por parte do idoso, o tempo que o mesmo passa com a família, sendo de 72,7%.

Falando então, da família/filhos, e de uma forma geral, podemos dizer que o idoso tem uma boa ligação com a mesma, juntando assim aos amigos/vizinhos, como um fator de boa vivência e inserção na sociedade.

A análise aos dados também revela que 34,5% preferiam ter mais apoio dos filhos, aceitando bem o fato de não poderem, porque estão longe, ou outros fatores não o permitem. Os dados indiciam que o tempo que passam com a família é satisfatório.

É importante salientar o contributo das instituições de ação local no apoio a estes idosos. Este tipo de apoios é fundamental, no que toca ao idoso do interior, que fica, na maioria dos casos, a alguma distância das grandes cidades, onde se centram as respostas na área da saúde e do apoio social.

Será a qualidade de vida dos idosos das zonas rurais influenciada pela solidão? O objetivo geral é perceber se os idosos do interior, como diz o senso comum, vivem isolados e em situação de solidão não mantendo muitas ligações com o mundo e com o resto da sociedade. Será que a existência desta situação faz deles indivíduos com alguma fragilidade e necessidades que podem refletir-se na sua qualidade de vida?

Os dados indiciam que os idosos da freguesia de Cachopo, podem ter algumas dificuldades no que toca ao acesso à saúde, sendo que não há médico todos os dias, podem-se sentir muitas das vezes distantes da família e dos filhos, mas os dados revelam que a ligação que mantêm com os vizinhos/amigos/familiares fazem com que vivam em comunidade, e com qualidade de vida. Podemos verificar nos dados analisados que praticam muitas atividades, desde a horta, ao artesanato, tal como as horas do dia que dispensam para ver televisão e que os vizinhos/amigos têm um grande

papel no que toca à inserção do mesmo na sociedade e no fato de o idoso envelhecer com qualidade de vida, não vivendo isolado. Não quer dizer que alguns deles, não se sintam sós, mas as relações sociais existentes no meio, fazem com que seja combatido o isolamento e a solidão.

Como educadora social, e pensando na educação/animação dos mesmos, como foi já falado anteriormente no ponto do educador social, talvez fosse necessário outro tipo de apoio, que ajudasse o idoso em vários sentidos, já que sabemos que o mesmo deve ser ajudado e que este apoio por parte do educador social se torna fundamental na vida do idoso. Nomeadamente, era interessante a criação de uma instituição de apoio ao idoso da freguesia, não só com o objetivo de ajudar o mesmo nas necessidades diárias, como também inseri-lo numa vertente cultural e educativa, com o objetivo de animar e “dar vida social” (Martín, 2007).

Era interessante dinamizar programas de apoio junto dos idosos que habitam nos montes e na aldeia, para levar até eles, quer animação quer educação, porque apesar de estarem bem inseridos socialmente, há sempre uma serie de carências, que acabam por marcar o idoso, apesar de um modo geral, estarem bem inseridos na sociedade, sendo que a educação à pessoa idosa no seu processo de envelhecimento fará com que o potencial humano do idoso seja aumentado e que haja uma maior coesão social na sociedade livre (Rocha 2009). Esta dinamização é importante, visto que é interessante o idoso conhecer outras realidades, diferente das que ele está habituada. Podemos trazer uma serie de exemplos, como aulas de músicas, pintura, ginástica – e que assim farão com que o idoso mantenha outras atividades que não as mesmas, como ir à horta, fazer artesanato, ir ao café, ver televisão.

Foram sentidas várias dificuldades no decurso da realização deste estudo, quer na aplicação do questionário quer na entrevista. Nomeadamente, em encontrar idosos que conseguissem responder ao inquérito, daí só termos inquirido 55 idosos. Por algumas razões foi-nos impossível chegar a alguns idosos, visto que se mostraram com alguma desconfiança, muito por causa de problemas com que se deparam em muitos casos, acabam por ser roubados por pessoas que se fazem passar por outras. Outro obstáculo, e este mais óbvio, foi o facto de muitos dos indivíduos com mais de 65 anos apresentarem algumas dificuldades para responderem ao inquérito, por uma serie de fatores que vai desde a falta de escolaridade, como problemas de saúde.

Uma das limitações do estudo foi não haver separação entre os idosos do monte e da aldeia, sendo um dos tópicos que poderão ser abordados, numa outra investigação,

porque poderão existir diferença entre os idosos (aldeia/monte), visto que neste estudo não é possível ter uma resposta neste sentido.

No que diz respeito às entrevistas, foi um pouco demorado a escolha dos participantes, pois pretendíamos escolher um idoso com capacidade de verbalização que lhe permitisse expressar-se e responder às questões apresentadas.

É também importante referir que a quantidade de inquéritos feitos e também o número de entrevistados não foi em grande número pelo fato da disponibilidade dos idosos não ser muito grande, como também a sua receptividade em alguns casos também não foi a melhor como referimos oportunamente. Como tal, os resultados apresentados revelam, fundamentalmente, o cariz exploratório do estudo e a necessidade de desenvolver um estudo mais aprofundado e dilatado no tempo. Só um estudo desta natureza apoiado numa abordagem etnográfica permitindo uma maior imersão no contexto, permitirá ultrapassar a desconfiança dos idosos e obter um maior, e mais preciso, conhecimento da sua verdadeira vivência quotidiana.

Uma outra limitação do estudo prendeu-se com a falta de disponibilidade de tempo para um maior e mais profundo desenvolvimento do trabalho, quer na fase de trabalho de recolha de informação quer na fase de análise dos dados decorrente do início de uma atividade profissional que se revelou intensa e exigente.

Bibliografia

Almeida, M., (2007), *Envelhecimento ativo? Bem-sucedido? Saudável? Possíveis coordenadas de análise...*, Forum Sociológico, n17 (II Serie, 2007), pp17-24

Benbasat I. (1987), *The case research strategy in studies of information systems*, MIS quarterly, pp 369 - 386

Bogdan R. & Biklen S. (1994), *Investigação Qualitativa em Educação, Coleção Ciências da Educação*, Porto, Porto Editora

Caballo Villar e Fraguera Vale, 2007, *A investigación-acción participativa no quefacer municipal*, Corunha, Imprenta Provincial

Carrilho, M., & Patrício L. (2009), *A Situação Demográfica Recente em Portugal*, Revistas dos estudos Demográficos nº48, pp. 101- 145, INE, I.P, Lisboa

Carvalho A. (2009), *Serviço Social e Metodologia do Atendimento Integrado*, Lisboa, Instituto Universitário de Lisboa

Coutinho C. & Chaves J., (2002), *O estudo de caso na investigação em tecnologia educativa em Portugal*, Revista Portuguesa de Educação 15 (1), 221-243, Universidade do Minho

Custódio T. & Sousa V., (s.d), *Com uma perna na serra e outra no litoral: um estudo de caso sobre os jovens de Cachopo (Serra do Caldeirão)*, II Congresso Português de Demografia, Lisboa

Díaz A. (2006), *Uma aproximação à pedagogia – Educação Social*, Granada, Revista Lusófona de Educação

Fernandes, A. (1997), *Velhice e sociedade*, Oeiras, Celta Editora.

Fernandes, H. J. (2007). *Solidão em idosos do meio rural do Concelho de Bragança*, Lisboa: Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Lisboa

Fernandes A. (2012), *A solidão nos idosos*, Lisboa, Escola Superior de Educação João de Deus

Fernandes, Magalhães, Mata, Pimentel & Baptista (2012), *I Congresso de Cuidados Continuados, Dilemas atuais e desafios futuros*, Mirando do Douro, Instituto Politécnico de Bragança

Fontaine, R. (2000), *Aspetos psicológicos – envelhecimento*, Lisboa, Climepsi Editores

Fortin M., (1999), *O processo de investigação da concepção à realização*, Loures, Lusociência

Freitas P. (2011), *Solidão em Idosos – Perceção em Função da Rede Social*, Universidade Católica Portuguesa, Braga

Gatto I., (2002), *Aspetos psicológicos do Envelhecimento*, São Paulo

Guiomar V. (2010), *Compreender o envelhecimento bem-sucedido a partir do suporte social qualidade de vida e bem-estar social dos indivíduos em idade avançada*, Beja, Instituto Politécnico de Beja

Hespanha A. (1993), *Carne de uma só carne: para uma compreensão dos fundamentos histórico-antropológicos da família na época moderna*, *Análise Social* nº123-124

Hespanha, P., Sousa L. , Rodrigues S., & Grilo Patrícia, (2002), *Famílias Pobres: Desafios á Intervenção Social*, Lisboa, Climepsi Editores, Colecção Sistemas, Famílias e Terapias

Lopes, L. (2008), *Envelhecimento Ativo - Uma via para o bem-estar*, *Forum Sociológico* nº17, pp 65-68

Lopes J. (1841), *Corografia ou Memória Económica, Estadística e Topografia do Reino do Algarve*, s.l.

Malheiro M., (2009), *O papel do Educador Social no quadro das novas mediações socioeducativas*, Congresso Internacional Galego-português de Psicopedagogia, Braga

Martín, Antonio Víctor (2007), *Gerontologia Educativa*, in Osório, Agustín Requejo & Pinto, Fernando Cabral (2007), *As pessoas idosas, Contexto social e intervenção educativa*, Lisboa, Instituto Piaget, pp 47-73

Martins E., (2012), *Qualidade de Vida em contexto de acolhimento familiar de idosos*, Universidade do Minho, s.l.

Martins R., (2009), *O idoso na sociedade contemporânea, Envelhecimento e Políticas Sociais*, Educação, ciência e tecnologia, s.l.

Mertens, D. (1998), *Research Methods in Education and Psychology:*

Mozzicafreddo J., (1997) *Estado-Providência e Cidadania em Portugal*, Oeiras, Celta Editora

Neto, F., (1992), *Solidão embaraço e amor*, Porto, Centro de Psicologia Social

Neto, F. (1989), *Avaliação da solidão*, Psicologia Clínica, 2, 65-79;

Netto, M. (2002), *Gerontologia – A velhice e o Envelhecimento em Visão Globalizada*, Atheneu Editora, São Paulo

Netto M. & Ponte J. (2002), *Envelhecimento: desafio na transição do século*, Atheneu Editora, São Paulo

Núcleo Museológico de Cachopo, (2008), *A vida da Serra*, Tavira

Paúl, C., (s.d.), *Envelhecimento ativo e redes de suporte social*, ICBAS – UP, Porto

Pimentel, L. (2005), *O lugar do idoso na família*, Coimbra: Quarteto.

Ponte J. (2006), *Estudos de caso em educação matemática*, Bolema, 25, 105 -132

Quelhas, A. P. S., (2001), *A Refundação do Papel do Estado nas Políticas Sociais – A Alternativa do Movimento Mutualista*, Coimbra, Editora Almedina

Ribeiro A., (2012), *Solidão e Qualidade de Vida nos Idosos*, Universidade Fernando Pessoa, Faculdade de Ciências da Saúde, Porto

Robert L., (2005), *O Envelhecimento Factos e Teorias*, Instituto Piaget

Romão A.(s.d.), *Dinâmicas Demográficas do Algarve*, Fundação Gulbenkian, Lisboa

Rosa, J., (2012), *O envelhecimento da sociedade portuguesa*, fundação Francisco Manuel dos Santos, s.l.

Martins R., (s.d.), *A relevância do apoio emocional da velhice*,

Yin, R., (1994), *Case Study Research: Design and Methods* (2ª Ed), s.l.

Vaz A. (1999), *O Stress na Vida de Todos os Dias*, Coimbra

Relatório Final do Centro de Estudos dos Povos e Cultura de Expressão Portuguesa (2012)

Anexos

Anexo I

Transcrição de entrevista:

Antónia – 23 de Junho de 2013

Cachopo

Aldeia

Dina – Boa tarde...

Antónia – Boa tarde...

Dina – Esta entrevista é para o Mestrado de Educação Social, e tem como objectivo estudar as actividades das pessoas com mais de 65 anos e o seu dia-a-dia.

Então diga-me lá D. Antónia... A sua data de nascimento.

Antónia – A minha data de nascimento é... quinze do nove... é nove... de 1931.

Dina – Muito bem. E diga-me lá... É casada

Antónia – Casada...

Dina – E mora em Cachopo...

Antónia – Moro em Cachopo...

Dina – Então e estudou até que ano?

Antónia – Ao terceiro...

Dina – Então e com quem vive?

Antónia – Com o meu marido, com a minha nora, com o meu filho e com a minha neta!

Dina – Muito bem. Então e sempre viveu aqui na aldeia?

Antónia – Não;

Dina – Então onde é que viveu?

Antónia – Nos Currais!

Dina – É aqui perto...

Antónia – É aqui perto...

Dina – Então e quando era criança, como se relacionava com os seus avós? Falava muito com eles? Tinha uma...

Antónia – Não os conheci!

Dina – Não os conheceu! Mas eles eram também dos Currais?

Antónia – Eram...

Dina – Muito bem! Então vamos lá continuar... E os seus pais viveram sempre sozinhos ou viveram consigo e com a sua família?

Antónia – Vivemos todos juntos...

Dina – Até que idade viveu com eles?

Antónia – Até aos 15 anos.

Dina – Até aos 15 anos! Então e os familiares mais próximos de si estão longe ou perto?

Antónia – Os... que eram mais amigos já morreram.

Dina – Mas também tem familiares aqui na aldeia?

Antónia – Também tenho familiares aqui na aldeia.

Dina – Então e tem quantos filhos?

Antónia – Um!

Dina – E vivem consigo não foi o que a D. Antónia me disse?

Antónia – Vivem!

Dina – Então vivem consigo... Passa o Natal com eles...

Antónia – Passo;

Dina – Passa essas festividades todas!

Antónia – Todas!

Dina – A Páscoa...

Antónia – Todas... A Páscoa...

Dina – O Natal...

Antónia – O Natal!

Dina – Então se o seu filho vive consigo passa o tempo todo com ele! Ele costuma comer consigo, você faz-lhe o almoço e o jantar?

Antónia – Sim, costumo fazer!

Dina – Muito bem! Então qual foi o momento sua vida que mais gostou de estar com a sua família?

Recorda-se assim de algum momento que tinha ido com eles a algum lado? Que ele a tenha levado a algum sítio?

Antónia – Já fui a alguns lugares!

Dina – E onde é que gostou mais de ir?

Não se lembra de lado nenhum? Onde tenha ido passear? E tenha gostado muito de ver?

Antónia – Hum... ver a barragem do Alqueva!

Dina – Gostou?

Antónia – Gostei!

Dina – Então e quando foi à barragem do Alqueva foi só lá ou também visitou outros lados?

Antónia – Fui dar mais umas voltas!

Dina – Com o seu filho?

Antónia – Sim, com o meu filho!

Dina – Muito bem. E agora um pouco sobre os vizinhos e o sítio onde mora. Que recordações guarda do sítio de onde vive? Que recordações tem aqui da aldeia?

Antónia – Éh! Umas melhores e outras mais ruins!

Dina – Mas são maiores as melhores ou as piores?

Antónia – Éh! Sei lá! São maiores as mais... Ai, como é que é...

Dina – As boas?

Antónia – Pos... As boas são mais!

Dina – São mais de que as ruins?

Antónia – Sim!

Dina – Então e quem são os seus vizinhos mais próximos? Diga-me lá quem são os seus vizinhos mais próximos?

Não se lembra de nenhum?

Antónia – Lembro-me...

Dina – Então diga-me lá...

Antónia – É o Vizinho Viriato!

Dina – O vizinho Viriato! Então e qual é o vizinho que lhe faz mais companhia? Aqui da rua ou daqui da aldeia?

Não tem nenhum vizinho que lhe faça companhia? Não vai para a casa de ninguém?

Antónia – Não! Aqui vizinhos...não!

Dina – Então e vizinhos da aldeia?

Antónia – Ora, tenho! Os vizinhos da aldeia são... primos!

Dina – E essas pessoas fazem-na sentir bem acompanhada?

Antónia – Sim!

Dina – Gosta de estar com eles?

Antónia – Sim!

Dina – E tem confiança neles para lhes pedir ajuda? Eles costumam ajuda-la?

Antónia - Às vezes!

Dina – Acha que se vivesse na cidade teria a mesma ligação com os vizinhos como tem na aldeia?

Antónia – Depende!

Dina – Então diga lá porque...

Antónia – A vida na cidade é mais diferente. Não é como aqui na aldeia...

Dina – Não se conhecem uns aos outros...

Antónia – Pois não...

Dina – Então e durante o dia, o que é que a D. Antónia costuma fazer? Diga-me lá o que faz durante o dia?

Antónia – Oi, governo vida todo o dia... todo o dia! Faço comida... varro as casas, lavo o quintal, varro a rua... hum, lavo a louça...

Dina – Vê televisão...

Antónia – Vejo televisão...

Dina – Gosta de ver televisão?

Antónia – Gosto!

Dina – Então o que é que costuma ver?

Antónia – Coisas que dão bonitas.

Dina – Costuma ver os programas que dão de manhã e à tarde?

Antónia – Costumo às vezes. Outras vezes não vejo.

Dina – Então a televisão é uma boa companhia para si...

Antónia – Pois é...

Dina – Então e como é que é a sua semana? Os dias costumam ser todos iguais? Ou há algum dia que faça alguma coisa diferente?

Antónia – Praticamente são quase todos iguais.

Dina – Então e diga-me lá, costuma ir à horta?

Antónia – Às vezes vou dar uma voltinha!

Dina – E tem animais para cuidar?

Antónia – Tenho... tenho um cão, tenho um gato (solta uma gargalhada)... tenho dois gatos... tenho um cão, tenho dois gatos... (risos)...

Dina – E também tem porquinhos?

Antónia – Tenho porquinhos... Tenho...

Dina – Tem galinhas...

Antónia – Tenho “galinhitas”, tenho “franganitos”... (risos)...

Dina – Muito bem! Então e onde é que se costuma encontrar com os seus amigos e vizinhos?

Antónia – Umas vezes em casa, outras vezes na rua...

Dina – Costuma ir à casa deles?

Antónia – Costumo! E eu costumo ir à deles!

Dina – Então costuma estar com eles muitas vezes...

Antónia – Muitas vezes.

Dina – Costuma sentar-se “ao fresco” com eles?

Antónia – Costumo...

Dina – Então acha que devia estar mais com eles? Ou a quantidade de vezes que está com eles chegam para a D. Antónia estar bem...

Antónia – Pois...Pois...

Dina – Então e o que costuma falar com eles?

Antónia – Fala-se de tudo, fala-se da vida... da vida que está muito cara, que não se sabe como se há-de governar a vida para se poupar uns “tostanitos”. Essas coisas todas... Para comprar as coisas.

Dina – Então e onde é que gosta mais de estar? Em casa? Costuma dar uma voltinha? Gosta de andar na rua...

Antónia – Gosto de ir dar uma voltinha aí pela rua para não estar sempre em casa.

Dina – Não costuma ir ao café?

Antónia – Não...

Dina – Então não gosta de café?

Antónia – Gosto, mas é o que eu faço na minha casa! (risos)

Dina – Então e qual é a atividade que gosta mais de fazer?

Antónia – Gosto de ver televisão, gosto de ler...gosto de me sentar aí no pátio para a olhar para o campo.

Dina – Então gosta muito de ler?

Antónia – Gosto!

Dina – Então o que é que costuma ler?

Antónia – Revistas, livros... Gosto de ler!

Dina – E agora vamos falar sobre o local de residência.

Dina – Gosta de viver aqui?

Antónia – Gosto!

Dina – O que é que gosta mais aqui na aldeia?

Antónia – Gosto de ver a fonte férrea, gosto de ver o museu...

Dina – Então e o que é que menos?

Antónia – Não, é tudo bonito!

Dina – Então e se pudesse ir morar para outro lado a D. Antónia ia?

Antónia – Eu gostava mais de ficar aqui na aldeia.

Dina – Então gosta muito de estar cá e das pessoas também...

Antónia – Sim, gosto!

Dina – Então não gostava de viver em Tavira? Nem em Faro?

Antónia – Ir passear lá está bem... Agora para morar não.

Dina – Então e quando vai à cidade o que gosta mais de ver?

Antónia – Todas as coisas que há lá na cidade! Gosto de ver os jardins, gosto de ver a Ria Formosa... O mar também gosto de ver.

Dina – Então quer dizer que para morar a aldeia...

Antónia – Para ir passear a cidade!

Dina – E tem pessoas da família em Tavira ou em Faro?

Antónia – Em Faro tenho sobrinhos e gosto de ir lá visita-los e falar com a minha sobrinha. Falo várias vezes com elas, às vezes até mais que uma vez por dia.

Dina – Então e tem uma família grande ou pequenina?

Antónia – Ainda é grande! E gosto muito das pessoas da minha família.

Dina – E agora vamos falar da qualidade de vida... Sente-se sozinha muitas vezes?

Antónia – Às vezes sinto.

Dina – Então e pensando na sua infância e em tudo o que já viveu, sentia-se mais sozinha nesse tempo ou agora?

Antónia – Agora!

Dina – Porque?

Antónia – Porque nesse tempo a infância não dava para pensar na vida. Queria era brincar como as outras pessoas e andar passeando por aí, por o campo... vendo isto, vendo aquilo! Enfim! Gostava mais. Pronto, a vida nesse tempo era de outra maneira que não é agora.

Dina – E agora há menos gente...

Antónia – E agora há menos gente!

Dina – Então e o seu marido não lhe faz companhia?

Antónia - Às vezes.. E ele gosta pouco de ver televisão. Gosta muito de ver é a bola! Mas eu não gosto, gosto de ver as novelas e o... ai, não me lembro... “O Preço Certo”. Gosto muito de ver “O Preço Certo”, e passo um bocado bom quando estou a ver isso.

Dina – E que dificuldades sente hoje em dia? Quais são as coisas que sente mais falta?

Antónia – Oh, pois... sei lá!

Dina – Há coisas que não tem cá...

Antónia – Gostava que houvesse aqui um jardim, para uma pessoa ir dar uma voltinha, gostava que de mês a mês houvesse um cinema, gostava de uma coisa qualquer para distrair. Uma pessoa aqui não vê nada!

Dina – E aqui costuma vir o médico? Todos os dias?

Antónia – Costuma vir duas vezes por semana! E está sempre o Centro de Saúde cheio.

Dina – Então e diga-me lá do que tem mais medo... Quais são as coisas que tem medo?

Antónia – Tenho medo das coisas que aparecem na frente... tornados, as cheias, as trovoadas, dos ladrões que há por aí pelo mundo. Tenho muito medo! No outro tempo não havia essas coisas nem se pensava nessas coisas que a idade não dava para pensar essas coisas... Agora só se pensa no mal.

Dina – E agora que já falamos nos medos diga-me lá quais são as suas maiores alegrias?

Antónia – Há certas coisas que vejo na televisão que dá alegria. E quando vêm pessoas aqui a casa, pessoas que agente gosta muito de ver e que sempre se conversa um bocado dá alegria, dá mais alegria! Pessoas de família, pessoas sem ser de família, pessoas lá dos Currais!

Dina – Então e a D. Antónia gosta de crianças?

Antónia – Gosto muito!

Dina – E tem “pequeninos” na família?

Antónia – Tenho!

Dina – E costuma estar com eles? E cuidar deles?

Antónia – Sim, cuido! (risos) As crianças dão-me alegria!

Dina – E agora para terminar, os idosos que vivem no interior passam mais dificuldades que aqueles que vivem na cidade? Acha que as pessoas do campo passam mais dificuldades?

Antónia – Por certas coisas os que vivem na cidade vivem mais mal que os do campo.

Dina – E que coisas são essas?

Antónia – Coisas de ... Como é que hei-de dizer. Coisas de como a vida está agora. Pois as pessoas da cidade que vivem só dos ordenados vivem mais mal que às pessoas do campo. Aqui todos semeiam, todos tem alguma coisinha. Agora na cidade não! Só dos ordenados vivem mal! E aqui as pessoas do campo ajudam-se mais umas às outras. Na serra vivendo-se mal às vezes, vive-se sempre melhor que na cidade. E é aqui que me sinto bem, e já agora até ao final da vida!

Dina – Chegamos ao fim da nossa entrevista. Só me resta agradecer à D. Antónia pela participação!

Análise de Conteúdo – Entrevista Antónia

<u>Categoria</u>	<u>Sub-Categoria</u>	<u>Indicador</u>
<u>Caracterização do entrevistado</u>	Dados gerais	“A minha data de nascimento é... quinze do nove... é nove... de 1931.” “Casada...” “Moro em Cachopo...”

		<p>“Ao terceiro... (escolaridade)”</p> <p>“Com o meu marido, com a minha nora, com o meu filho e com a minha neta!”</p> <p>Nos Currais! (Naturalidade)”</p>
<p><u>Experiência familiar do idoso na infância e juventude</u></p>	<p>Infância e Juventude</p>	<p>“Não os conheci!” (Sobre os avós)</p> <p>“Vivemos todos juntos...” (Sobre os avós e pais)</p> <p>“Até aos 15 anos.”</p> <p>“Porque nesse tempo a infância não dava para pensar na vida. Queria era brincar como as outras pessoas e andar passeando por aí, por o campo... vendo isto, vendo aquilo! Enfim! Gostava mais. Pronto, a vida nesse tempo era de outra maneira que não é agora. (sentir sozinha)”</p> <p>“Tenho medo das coisas que aparecem na frente... tornados, as cheias, as trovoadas, dos ladrões que há por aí pelo mundo. Tenho muito medo! No outro tempo não havia essas coisas nem se pensava nessas coisas que a idade não dava para pensar essas coisas... Agora só se pensa no mal.”</p>
<p><u>Relação do idoso com a família/Vizinhos</u></p>	<p>Família e Vizinhos</p>	<p>“Os... que eram mais amigos já morreram”</p> <p>“Também tenho familiares aqui na aldeia”</p> <p>“Um!” (Filho)</p> <p>“Todas!” (Passa as festividades com os filhos)</p> <p>“Já fui a alguns lugares!” (Com o filho)</p> <p>“Hum... ver a barragem do Alqueva!”</p> <p>“Não! Aqui vizinhos... não!” (Sobre a companhia dos vizinhos)</p> <p>“Ora, tenho! Os vizinhos da aldeia são... primos!”</p> <p>“Fala-se de tudo, fala-se da vida... da vida que está muito cara, que não se sabe como se há-de governar a vida para se poupar uns “tostanitos”.</p> <p>Essas coisas todas... Para comprar as coisas.</p> <p>Em Faro tenho sobrinhos e gosto de ir lá visita-los</p>

		<p>e falar com a minha sobrinha. Falo várias vezes com elas, às vezes até mais que uma vez por dia.”</p> <p>“Às vezes.. E ele gosta pouco de ver televisão. Gosta muito de ver é a bola! (sobre o marido) Mas eu não gosto, gosto de ver as novelas e o... ai, não me lembro... “O Preço Certo”. Gosto muito de ver “O Preço Certo”, e passo um bocado bom quando estou a ver isso.”</p> <p>“Há certas coisas que vejo na televisão que dá alegria. E quando vêm pessoas aqui a casa, pessoas que agente gosta muito de ver e que sempre se conversa um bocado dá alegria, dá mais alegria! Pessoas de família, pessoas sem ser de família, pessoas lá dos Currais!”</p>
<p><u>Vida quotidiana</u></p>	<p>Aldeia/Cidade</p>	<p>“Sei lá! São maiores as mais... Ai, como é que é..... As boas são mais! (Sobre as recordações)</p> <p>A vida na cidade é mais diferente. Não é como aqui na aldeia...”</p> <p>“Oi, governo vida todo o dia... todo o dia! Faço comida... varro as casas, lavo o quintal, varro a rua... hum, lavo a louça...”</p> <p>“Vejo televisão...”</p> <p>“Praticamente são quase todos iguais.”</p> <p>“Às vezes vou dar uma voltinha!”</p> <p>“Tenho... tenho um cão, tenho um gato (solta uma gargalhada)... tenho dois gatos... tenho um cão, tenho dois gatos... (risos)...”</p> <p>“Tenho porquinhos... Tenho...”</p> <p>“Tenho “galinhitas”, tenho “franganitos”... (risos)...”</p> <p>“Gosto de ir dar uma voltinha aí pela rua para não estar sempre em casa.”</p> <p>“Gosto de ver televisão, gosto de ler...gosto de me</p>

		<p>sentar aí no pátio para a olhar para o campo.”</p> <p>“Gosto de ver a fonte férrea, gosto de ver o museu...”</p> <p>“Ir passear lá está bem... Agora para morar não.”</p> <p>“Todas as coisas que há lá na cidade! Gosto de ver os jardins, gosto de ver a Ria Formosa... O mar também gosto de ver.”</p> <p>“Gostava que houvesse aqui um jardim, para uma pessoa ir dar uma voltinha, gostava que de mês a mês houvesse um cinema, gostava de uma coisa qualquer para distrair. Uma pessoa aqui não vê nada!”</p> <p>“Coisas de ... Como é que hei-de dizer. Coisas de como a vida está agora. Pois as pessoas da cidade que vivem só dos ordenados vivem mais mal que às pessoas do campo. Aqui todos semeiam, todos tem alguma coisinha. Agora na cidade não! Só dos ordenados vivem mal! E aqui as pessoas do campo ajudam-se mais umas às outras. Na serra vivendo-se mal às vezes, vive-se sempre melhor que na cidade. E é aqui que me sinto bem, e já agora até ao final da vida!” (sobre as dificuldades dos idosos Campo/Cidade)</p>
--	--	--

Transcrição de entrevista:

João

Cachopo

Aldeia

Dina – Então boa tarde Sr. João. Esta entrevista pretende estudar as atividades dos idosos e o seu dia-a-dia.

João – Boa tarde...

Dina- Então diga-me lá, em que ano nasceu?

João – 1936... A 25 de Novembro de 1936.

Dina – Então e andou à escola?

João – Sim, fiz a terceira classe, na escola de Cachopo... só de rapazes, as meninas andavam noutra só para meninas.

Dina – Então vive na aldeia não é?

João – Sim, desde que nasci...

Dina – Quando era pequeno como era a sua ligação com os seus avós?

João – Vive com eles, vivíamos todos juntos, era uma alegria esse tempo... não havia crise.

Dina – Sr. João, quais são as coisas que mais se recorda dos seus avós?

João – Ora, lembro-me de ir para a horta com eles, lá para trás da Igreja, passava lá os dias com eles. É o que me lembro! Passava muito tempo na horta com eles...

Dina – E com os seus pais? Como foi? Viveram consigo muito tempo?

João – Os meus pais quando ficaram “velhotes” vieram viver comigo, ficava mais descansado.

Dina – Então e diga-me lá, da sua família quem está mais perto de ti? Há familiares que também vivem aqui na aldeia?

João – A minha família é tão grande... Estão por Portugal inteiro e pelo estrangeiro! Quase nunca estou com os meus parentes... Os meus filhos vivem perto, um em Tavira e outro em Faro.

Dina – Já me disse que tem filhos... E diga-me lá Sr. João... Como é a sua ligação com eles?

João – Pois... vem-me ver, mas gostava que viessem mais. Tem os empregos deles, não me posso queixar muito porque a vida está muito mal... Mas gosto muito deles. São muito meus amigos.

Dina – E costuma estar muito tempo com eles? No Natal? Na Páscoa? Costuma ir para a casa deles?

João... Vou no Natal ter com eles, eu e a minha Maria... e aos Domingos vem cá comer a casa... e depois vamos ao café.

Dina – Então gostava de estar mais com eles? Ou o tempo que está com eles chega para o Sr. João se sentir bem?

João – (Pausa) Gostava de estar mais com eles... Mas eu sei que tem de ser assim... Eles ajudam-se e quando estou doente vão comigo ao médico.

Dina – Diga-me lá, quais são os momentos que se lembra que mais gostou de estar com os seus filhos?

João – Gostei muito quando o meu mais novo casou, foi muito bonito.

Dina – Muito bem. E agora vamos falar um pouco sobre o sítio onde vive... Diga-me lá Sr. João... Gosta de viver aqui na aldeia?

João – Sim, gosto!

Dina – Que recordações guarda da aldeia?

João – Não me lembro de muita coisa, mas gostava das festas de Verão, vinha toda a gente dos montes aí “à roda”...

Dina – Então e tem muitos vizinhos?

João – Tenho!

Dina – E quem são os seus vizinhos mais próximos?

João – Ora... (risos) é a Maria Eugénia e o Avelino que mora um pouco mais a cima, ali ao pé da Igreja.

Dina – E como é que se dá com os seus vizinhos? Bem ou mal?

João – Dou-me bem, graças a Deus.

Dina – E tem confiança neles para lhes pedir ajuda? Gosta de estar com eles?

João – Tenho. Ajudam-me muito e a Maria Eugénia empresta-me o telemóvel para ligar para a família.

Dina – Então e se vivesse na cidade? Acha que teria a mesma ligação com os vizinhos com tem aqui na aldeia?

João – Pois acho que não. Na cidade é diferente!

Dina – Então porque Sr. João?

João – Lá os vizinhos nem se conhecem... é muito diferente. Gosto mais dos vizinhos daqui.

Dina – E agora falando no seu dia-a-dia... conte-me lá o que faz durante o dia.

João – Gosto de ir à horta e de ir beber um café. Vejo televisão e dou uma caminhada aqui pelo adro.

Dina – E durante a semana tem alguma coisa que faça de diferente?

João – Agora assim (risos)... Lembro-me da sexta ir ter com uns primos meus ali ao Monte da Ribeira... Vou às sextas quando a carrinha da Junta passa por lá.

Dina – Muito bem, estou a ver que gosta muito de passear! E onde costuma estar com esses primos e os seus amigos?

João – Lá no Monte da Ribeira estou na casa deles a falar da vida, e com os meus amigos estou no café.

Dina – E que atividade gosta mais de fazer?

João – Ora, gosto de ir há horta! Mas ir ao café também me distrai...

Dina – E agora sobre o local de residência... diga-me lá, gosta de viver aqui?

João – Gosto sim...

Dina – O que mais gosta?

João – Do campo...

Dina – E que menos gosta?

João – Não gosto que hajam poucos jardins...

Dina – Então e se pudesse mudar de sítio para dormir para onde ia?

João – Pois não ir para lado nenhum, é aqui que gosto de estar...

Dina – Então mas não gosta de ir à cidade?

João – Gosto! Gosto!

Dina – E o que gosta de ir lá ver?

João – Vejo muita coisa, os jardins... muita gente... e gosto de ir à praia com os meus filhos.

Dina – E agora falando de coisas um pouco mais sérias... Diga-me lá Sr. João, sente-se sozinho muitas vezes?

João – (pausa)... Não me sinto mais vez que a minha senhora faz-me companhia, mas às vezes penso um pouco na vida e sinto-me um pouco sozinho... mas depois passa!

Dina – E pensando na sua infância e em tudo o que já viveu, acha que naquele tempo estava mais sozinho do que está agora?

João – Naquele tempo era diferente (risos)... parece que havia mais gente, e não pensava nisso.

Dina – E que dificuldades acha que sente um idoso que vive numa aldeia? Que coisas mudaria na aldeia?

João – Só o médico, punha um médico aqui todos os dias... só há de vez em quando!

Dina – E agora que estamos quase a terminar, diga-me lá quais são os seus medos e as suas alegrias?

João – A minha alegria é os meus netinhos!

Dina – E os seus medos? Não tem?

João – Medos? Medos? Só dessa ladroagem... que ainda aí!

Dina – Acha que os idosos que vivem no interior passam mais dificuldades que os idosos da cidade?

João – Acho que não!

Dina – Porque Sr. João?

João – (pausa)... Não sabe porque menina? (pausa...) Aqui há umas coisas que lá não há... comida boa, coisinhas da horta! E o melhor, “companha” das pessoas da aldeia. Isto aqui vive-se bem apesar da distância!

Dina – Chegamos ao fim da nossa entrevista! Tem mais alguma coisa a dizer, Sr. João?

João – Não menina!

Dina – Então só me resta agradecer a sua disponibilidade! Muito obrigada!

Análise de Conteúdo – Entrevista João

<u>Categoria</u>	<u>Sub-Categoria</u>	<u>Indicador</u>
<u>Caracterização do entrevistado</u>	Dados gerais	“1936... A 25 de Novembro de 1936” “Sim, fiz a terceira classe, na escola de Cachopo... só de rapazes, as meninas andavam noutra só para

		meninas.”
<u>Experiência familiar do idoso na infância e juventude</u>	Infância e Juventude	<p>“Vive com eles, vivíamos todos juntos, era uma alegria esse tempo... não havia crise.”</p> <p>“Ora, lembro-me de ir para a horta com eles, lá para trás da Igreja, passava lá os dias com eles. É o que me lembro! Passava muito tempo na horta com eles...”</p> <p>“Os meus pais quando ficaram “velhotes” vieram viver comigo, ficava mais descansado.”</p> <p>“Não me lembro de muita coisa, mas gostava das festas de Verão, vinha toda a gente dos montes aí “à roda”...” (Sobre a aldeia)</p> <p>“Naquele tempo era diferente (risos)... parece que havia mais gente, e não pensava nisso.”</p>
<u>Relação do idoso com a família/Vizinhos</u>	Família e Vizinhos	<p>“A minha família é tão grande... Estão por Portugal inteiro e pelo estrangeiro! Quase nunca estou com os meus parentes... Os meus filhos vivem perto, um em Tavira e outro em Faro.”</p> <p>“Pois... vem-me ver, mas gostava que viessem mais. Tem os empregos deles, não me posso queixar muito porque a vida está muito mal... Mas gosto muito deles. São muito meus amigos.”</p> <p>“Vou no Natal ter com eles, eu e a minha Maria... e aos Domingos vem cá comer a casa... e depois vamos ao café. “</p> <p>“Gostava de estar mais com eles... Mas eu sei que tem de ser assim... Eles ajudam-se e quando estou doente vão comigo ao médico.”</p> <p>“Tenho!” (sobre os vizinhos)</p> <p>“Ora... (risos) é a Maria Eugénia e o Avelino que</p>

		<p>mora um pouco mais a cima, ali ao pé da Igreja.”</p> <p>“Tenho. Ajudam-me muito e a Maria Eugénia empresta-me o telemóvel para ligar para a família.”</p> <p>(sobre confiança com os vizinhos)</p> <p>“Lá os vizinhos nem se conhecem... é muito diferente. Gosto mais dos vizinhos daqui.” (Na cidade)</p> <p>“Não me sinto mais vez que a minha senhora faz-me companhia, mas às vezes penso um pouco na vida e sinto-me um pouco sozinho... mas depois passa!”</p> <p>“A minha alegria é os meus netinhos!”</p>
<p><u>Vida quotidiana</u></p>	<p>Aldeia/Cidade</p>	<p>“Gosto de ir à horta e de ir beber um café. Vejo televisão e dou uma caminhada aqui pelo adro.”</p> <p>“Agora assim (risos)... Lembro-me da sexta ir ter com uns primos meus ali ao Monte da Ribeira... Vou às sextas quando a carrinha da Junta passa por lá.”</p> <p>“Ora, gosto de ir há horta! Mas ir ao café também me distrai...”</p> <p>“Não gosto que hajam poucos jardins...” (sobre a aldeia)</p> <p>“Vejo muita coisa, os jardins... muita gente... e gosto de ir à praia com os meus filhos.” (sobre a cidade)</p> <p>“Só o médico, punha um médico aqui todos os dias... só há de vez em quando!” (sobre as dificuldades)</p> <p>“Não sabe porque menina? (pausa...) Aqui há umas coisas que lá não há... comida boa, coisinhas da horta! E o melhor, “companha” das pessoas da</p>

		aldeia. Isto aqui vive-se bem apesar da distância!”
--	--	---

Transcrição de entrevista:

Mariana – 5 de Maio de 2013

Mealha

Monte

Dina – Boa tarde Senhora Mariana... Está tudo bem?

Mariana – Sim!

Dina – Vou-lhe fazer umas perguntas sobre o seu dia-a-dia... Pode ser?

Mariana – Sim... (pausa) pode!

Dina – Então vamos lá, em que ano nasceu?

Mariana – Nasci em 1941... a 13 de Maio, já viu a sorte...

Dina – É casada?

Mariana – Sou viúva... (pausa) Mas vivo agora com um senhor aqui do monte.

Dina – E dão-se bem?

Mariana – Sim, até agora sim... conheço-o depois a minha infância.

Dina – E na sua infância estou?

Mariana – Sim, aprendi só a ler e a escrever... pouca coisa!

Dina – E sempre viveu na Mealha?

Mariana – Sim, nasci na casa ao lado da minha, na altura era a da minha tia “Mari Tresa”.

Dina – Diga-me lá Sra. Mariana, vivia a família toda junta?

Mariana – “Pos” naquela altura era assim, e os meus manos dormíamos todos no mesmo quarto!

Dina – E como se dava com os seus avós?

Mariana – Bem... para vivermos todos juntos.

Dina – Muito bem! E que recordações guarda dessa altura com os seus avós? E com a sua família no geral?

Mariana – No “giral”? Era tudo bom. Os meus avós do lado da minha mãe ajudavam muito em casa.

Dina – E vamos continuar a falar da família! Os familiares mais próximos onde é que vivem?

Mariana - Vivem na aldeia, tenho lá uma cunhada.

Dina – E fala muitas vezes com ela?

Mariana – Sim... quando posso. Outras vezes vou lá à casa dela, quando vou na carrinha à aldeia.

Dina – E ainda não lhe perguntei... Tem filhos, Sra. Mariana?

Mariana – Tenho!

Dina – Quantos?

Mariana... Dois!

Dina – E vivem em que sítio?

Mariana – A mais velha em Beja, foi para lá viver desde nova. E a mais nova mora ali à entrada de Faro.

Dina – Muito bem, duas filhas! E costuma falar com elas?

Mariana – Falar... e “tar”... vou para a casa delas às vezes. Quando é Natal e isso...

Dina – E gostava de estar mais tempo com as suas filhas?

Mariana – Sim, mais perto dos meus netinhos, dos meus meninos!

Dina – E quantos netinhos tem?

Mariana – Um... Dois... Três, quatro! São quatro! Uma menina e o resto tudo meninos.

Dina – E quais foram os momentos que mais gostou de estar com as suas filhas e os seus netos? Não se lembra de nenhuma altura da vida que tenha gostado muito de estar com as suas filhas?

Mariana – (Pausa) Lembro-me de quando a minha netinha nasceu... foi bonito. E quando a batizamos na aldeia.

Dina – E por falar na aldeia... Gosta de ir lá passear?

Mariana – Gosto muito!

Dina – Que gosta de ver na aldeia?

Mariana – Ora, não há assim muita coisa... mas gosto de ir visitar uns amigos ao Lar.

Dina – E que recordações guarda da Serra?

Mariana – Más?

Dina – Boas e más...

Mariana – A má é o incêndio... ai que coisa tão grande e assustadora. Tive muito medo!

Dina – E a boa, Senhora Mariana?

Mariana – Oh, só as festas... tanta, tanta gente vinha a aldeia!

Dina – E diga-me lá quem são os seus vizinhos mais próximos?

Mariana – São poucos!

Dina – E os poucos que são ajudam-na? Confia neles para ajudar no que precisar?

Mariana – Os que são, são poucos...mas se precisar peço ajuda!

Dina – E acha que ter vizinhos é importante?

Mariana – Sim...

Dina – Porque?

Mariana? Porque? Já viu... se não tivesse vizinhos não tinha ninguém perto...

Dina – Acha que se vivesse na aldeia tinha melhores condições?

Mariana – Aqui há de tudo... só médico não. As coisas para a casa traz o Rui da camionete, que vem vender aqui todas as semanas.

Dina – Então sente-se bem aqui...

Mariana – Muito bem, menina!

Dina – E diga-me lá Sra. Mariana, o que faz nos seus dias?

Mariana – Vou dar comida aos animais, faço comida... vou à aldeia uma vez por semana porque tenho que ir à farmácia comprar os medicamentos para o meu “Antoino”. Vou à horta e vejo televisão. Gosto ver os “romances”.

Dina – E não costuma estar com os seus amigos?

Mariana – Estou quando calha, aí pelo monte...

Dina – E com os vizinhos?

Mariana – A mesma coisa... são todos amigos!

Dina – Então só se encontra com eles na rua? Não costumam estar juntos em mais lado nenhum?

Mariana – Só à da mana Carminha... ao pé do fogo no Inverno.

Dina – Então e diga-me lá que gosta mais de fazer?

Mariana – (Pausa)... Gosto de descansar, dormir a folga... (risos)

Dina – Muito bem, descansar faz bem! E diga-me lá, gosta de viver aqui no monte?

Mariana – Gosto sim!

Dina – Se lhe deixassem escolher, iria morar para outro lado?

Mariana – Não!

Dina – Porque?

Mariana – Ora, gosto de viver aqui. É calmo!

Dina – Mas não gosta de ir à cidade?

Mariana – Não gosto muito tenho medo de me perder! (risos)

Dina – Mas quando vai à cidade o que gosta de ver?

Mariana – Ver as pessoas, mas quando vou costumo ficar só à das minhas filhas.

Dina – E agora falando de outras coisas... A Sra. Mariana sente-se sozinha muitas vezes?

Mariana – Às vezes sinto... Outras vezes não!

Dina – Pensando na sua infância... sentia-se mais só naquela altura ou hoje em dia?

Mariana – Hoje... naquele tempo não tinha tempo de pensar nisso!

Dina – E que dificuldades sente hoje em dia?

Mariana – Dificuldades?

Dina – Sim...

Mariana – Só estar longe da aldeia e da cidade... demoramos muito a chegar ao Algarve.

Dina – Quando se precisa de ir ao médico?

Mariana – Sim...

Dina – E acha que os idosos da cidade estão melhor ou pior que os do interior?

Mariana – Pior...

Dina – Porque Sra. Mariana?

Mariana – Lá eles não vêm ninguém... passam muito tempo sozinhos, e aqui todos os conhecemos. É diferente!

Dina – E para terminar... qual é a sua maior alegria?

Mariana – (pausa)... É ter criado as minhas duas filhas mesmo sem dinheiro e com pouca comida... eu o meu marido que já lá está noutro mundo.

Dina – E é preciso é estarem todos felizes! Chegamos ao fim da nossa entrevista... Quer dizer-nos mais alguma coisa?

Mariana – Só obrigada!

Dina – Obrigada, Sra. Mariana!

Análise de Conteúdo – Entrevista Mariana

<u>Categoria</u>	<u>Sub-Categoria</u>	<u>Indicador</u>
<u>Caracterização do entrevistado</u>	Dados gerais	“Nasci em 1941... a 13 de Maio, já viu a sorte...” “Sou viúva... (pausa) Mas vivo agora com um senhor aqui do monte.” “Sim, até agora sim... conheço-o depois a minha infância.” “Sim, aprendi só a ler e a escrever... pouca coisa!” “Sim, nasci na casa ao lado da minha, na altura era a da minha tia “Mari Tresa”.”
<u>Experiência</u>	Infância e	““Pos” naquela altura era assim, e os meus manos

<p><u>familiar do idoso na infância e juventude</u></p>	<p>Juventude</p>	<p>dormíamos todos no mesmo quarto!” “‘No “giral””? Era tudo bom. Os meus avós do lado da minha mãe ajudavam muito em casa.” (Sobre as recordações da infância)</p>
<p><u>Relação do idoso com a família/Vizinhos</u></p>	<p>Família e Vizinhos</p>	<p>“Vivem na aldeia, tenho lá uma cunhada.” (Família mais próximos) “Sim... quando posso. Outras vezes vou lá à casa dela, quando vou na carrinha à aldeia.” (sobre a cunhada) “Dois!” (duas filhas) “A mais velha em Beja, foi para lá viver desde nova. E a mais nova mora ali à entrada de Faro.” (sobre as filhas) “Falar... e “tar”... vou para a casa delas às vezes. Quando é Natal e isso...” “Um... Dois... Três, quatro! São quatro! Uma menina e o resto tudo meninos.” (sobre os netos) “(Pausa) Lembro-me de quando a minha netinha nasceu... foi bonito. E quando a batizamos na aldeia.” (Momento feliz) “São poucos!” (sobre os vizinhos) “Os que são, são poucos...mas se precisar peço ajuda!” (sobre os vizinhos) “Estou quando calha, aí pelo monte...” (estar com os vizinhos/amigos) “Só à da mana Carminha... ao pé do fogo no Inverno.” (Onde esta com os vizinhos/amigos)</p>
<p><u>Vida quotidiana</u></p>	<p>Aldeia/Cidade</p>	<p>“Ora, não há assim muita coisa... mas gosto de ir visitar uns amigos ao Lar.” (o que faz quando vai à aldeia) “A má é o incêndio... ai que coisa tão grande e assustadora. Tive muito medo!” (recordação má) “‘Oh, só as festas... tanta, tanta gente vinha a aldeia!” (recordação boa) “‘Aqui há de tudo... só médico não. As coisas para a casa traz o Rui da camionete, que vem vender aqui todas as semanas.”</p>

		<p>“Muito bem, menina!” (se gosta de viver na Mealha)</p> <p>“Vou dar comida aos animais, faço comida... vou à aldeia uma vez por semana porque tenho que ir à farmácia comprar os medicamentos para o meu “Antoino”. Vou à horta e vejo televisão. Gosto ver os “romances”.(o que faz durante o dia)</p> <p>“(Pausa)... Gosto de descansar, dormir a folga... (risos)”</p> <p>“Ora, gosto de viver aqui. É calmo!”</p> <p>“Não gosto muito tenho medo de me perder! (risos)” (se gosta de ir à cidade)</p> <p>“Ver as pessoas, mas quando vou costumo ficar só à das minhas filhas.” (o que gosta na cidade)</p> <p>“Às vezes sinto... Outras vezes não!” (sentir sozinha)</p> <p>“Só estar longe da aldeia e da cidade... demoramos muito a chegar ao Algarve.” (Dificuldades)</p> <p>“Lá eles não vêm ninguém... passam muito tempo sozinhos, e aqui todos os conhecemos. É diferente!” (sobre os idosos da cidade)</p> <p>“(pausa)... É ter criado as minhas duas filhas mesmo sem dinheiro e com pouca comida... eu o meu marido que já lá está noutro mundo.” (maior alegria)</p>
--	--	--

Transcrição de entrevista:

Simão

Relvais

Monte

Dina – Bom dia Sr. Simão, obrigada por ter aceite o meu convite. Vou-lhe fazer algumas questões sobre a sua vida e o seu dia-a-dia...

Simão – Vamos lá...

Dina – Em que ano nasceu?

Simão – Em 1945...

Dina - E onde nasceu?

Simão – Nasci aqui no monte!

Dina – E andou à escola?

Simão – Fiz a primeira classe ali em Ceroles, na escola primária!

Dina – E sempre viveu aqui nos Relvais?

Simão – Desde que nasci, em 1945!

Dina – E quando era criança, como era a sua vida? Como era a sua relação com os seus avós?

Simão – Brincava com eles, eles davam-me rebuçados cada vez que vinham da aldeia... eu vivia no monte com os meus pais. Ficava à espera deles à entrada do monte...

Dina – Então a sua relação com eles era boa?

Simão... Sim, com os quatro...

Dina – Então uns viviam na aldeia, e os outros de onde eram?

Simão – Uns eram da aldeia e os outros eram meus vizinhos, era parede com parede.

Dina- E que recordações guarda deles?

Simão... (pausa/risos)... tantas! Hoje sinto saudades deles. Gostavam muito de mim, e íamos todos os anos à feira de Stº Estevão à aldeia, em Dezembro.

Dina – E os seus pais? Como era a sua relação com eles?

Simão – Eramos muitos filhos... tenho sete irmãos... Graças a Deus ainda estão todos vivos... vivem aí por esse Algarve, o mais perto é o Chico que foi casar ao Bernalfor.

Dina – E costuma estar muitas vezes com os seus irmãos?

Simão – Às vezes!

Dina – Então o seu familiar mais próximo é o seu irmão Chico?

Simão – Sim! E a minha prima Maria dos Mártires que mora aqui no monte.

Dina – E diga-me lá Sr. Simão, tem filhos?

Simão – Tenho sim! Mas está na França. E tenho uma neta, chamada Rosalie.

Dina – E que idade tem a sua neta?

Simão – Olhe... se não me engano (pausa)... faz agora “pró” mês que vem 13 anos.

Dina – E costuma estar com o seu filho muitas vezes?

Simão – Oh, só nas férias do Verão, que ele vem de férias e é divertido porque vamos à festa do emigrante à aldeia, que costuma ser em Agosto, lá para o segundo fim-de-semana!

Dina – Então quer dizer que gosta muito de estar com a sua família!

Simão – Oh se gosto!

Dina – E gostava ainda de passar mais tempo com eles?

Simão – Eu gostava mais disfarço... a minha Maria às vezes é que chora com saudades... é normal, é mulher (risos)

Dina – E conte-me lá quais foram os momentos que mais gostou de passar com o seu filho, ou com a sua família...

Simão – “Gosti” muito de ir à França... que sítios tão bonitos há no mundo... nem fazemos ideia.

Dina – E que foi fazer à França, Sr. Simão?

Simão – Olhe fui lá... Fui lá ver o meu filho, a minha nora e a minha querida neta! E tão bonita que ela é! Parece-se com o pai!

Dina – E agora diga-me lá se gosta de viver aqui no monte...

Simão – Sim, gosto!

Dina – E quem são os seus vizinhos mais próximos?

Simão – É aqui estes que moram aqui na rua... Não vê todos a espreitar para ver quem é a menina... (risos)

Dina – E gosta de estar com eles?

Simão – Claro, fazem parte da família já... Ajudam-me muito, e eu também os ajudo a eles... (risos)

Dina – Muito bem! Estou a ver que se dá muito bem com os seus vizinhos! Então e se vivesse na cidade? Acha que também era amigo da rua toda?

Simão – “Na”, isso é que não...

Dina – Então?

Simão – Na cidade nem eles conhecem quem mora ao lado...

Dina – É diferente daqui?

Simão – Sim, muito! Aqui somos todos amigos, lá desconfiam uns dos outros.

Dina – E diga-me lá o que costuma fazer durante o dia?

Simão – Olhe, não vê... Aqui me levo os dias à sombra. Governo a vida, passeio as duas cabritas que tenho e assim se passa o dia!

Dina – E os dias são todos iguais ou há dias que faz outras coisas?

Simão – “Pos”, há dias que faço outras coisas...

Dina – E que coisas são essas?

Simão – Vou à aldeia na carrinha e às vezes vou na “caminete da carreia” que apanho ali no Monte da Ribeira, a Tavira.

Dina – Então ter dizer que gosta de ir à cidade...

Simão – Sim, eu e a minha senhora...

Dina – E que costumam ver na cidade?

Simão – Vamos à praça comprar peixe e sabe duma coisa? Uma vez abalamos fomos andar de comboio que nunca tínhamos andado... fomos até à Fuzeta, não sabe onde é que fica?

Dina – Sei, sei Sr. Simão (risos)...

Simão – Fomos e depois voltamos a tempo de apanhar a “caminete”...

Dina – E diga-me lá onde se costuma encontrar com os seus amigos...

Simão – Na casa de cada um... cada noite é numa casa diferente. Mas agora com o calor está-se bem é na rua ao fresco...

Dina – Então quer dizer que gosta muito de estar a descansar...

Simão – Sim, já trabalhei muito aí nas mondas... corria o Alentejo todo a pé com os meus manos... houve uma vez que andamos na ceifa um mês... comemos trinta e uma papas... cada um! (risos)

Dina – Isso é que foi Sr. Simão! E diga-me lá... Já sei que gosta de viver aqui no monte... e se lhe dessem a escolher ir viver para a cidade?

Simão – Não ia, só obrigado!

Dina – Então?

Simão – Então diga-me lá... ainda se fosse morar na França com o me filho, isso aceitava!

Dina – E sente-se sozinho muitas vezes, Sr. Simão?

Simão – Nem penso nisso menina!

Dina – E quando era pequeno?

Simão – Nessa altura é que não pensava... era muito bonito, apesar da fome e da desgraça que havia!

Dina – E hoje em dia já não passa essas dificuldades?

Simão – Graças a Deus não... semeio e tenho orgulho nisso... fome não passo!

Dina – Então e acha que os idosos das cidades passam mais dificuldades que os da Serra?

Simão – Acho que sim!

Dina – Porque?

Simão – Ora, com o que se ouve aí na televisão... morrem e ninguém dá conta. Aqui todos damos por falta uns dos outros!

Dina – E para terminar diga-me lá quais são os seus medos e as suas alegrias...

Simão – Medos não tenho, já lhe disse que não penso nisso! E alegrias será aqui o meu monte...

Dina – Muito bem Sr. Simão... Chegamos ao fim da nossa entrevista! Muito obrigado! Quer dizer-nos mais alguma coisa?

Simão – A história acabou-se e o “cu” chamuscou-se... Pronto, acabou! (risos)

Análise de Conteúdo – Entrevista Simão

<u>Categoria</u>	<u>Sub-Categoria</u>	<u>Indicador</u>
<u>Caracterização do entrevistado</u>	Dados gerais	“Em 1945...” (ano de nascimento) “Nasci aqui no monte!” “Fiz a primeira classe ali em Ceroles, na escola primária!” “

<p><u>Experiência familiar do idoso na infância e juventude</u></p>	<p>Infância e Juventude</p>	<p>“Brincava com eles, eles davam-me rebuçados cada vez que vinham da aldeia... eu vivia no monte com os meus pais. Ficava à espera deles à entrada do monte...” (sobre os avós)</p> <p>“Uns eram da aldeia e os outros eram meus vizinhos, era parede com parede.” (sobre os avós)</p> <p>“(pausa/risos)... tantas! Hoje sinto saudades deles. Gostavam muito de mim, e íamos todos os anos à feira de Stº Estevão à aldeia, em Dezembro.”</p> <p>“Eramos muitos filhos... tenho sete irmãos... Graças a Deus ainda estão todos vivos... vivem aí por esse Algarve, o mais perto é o Chico que foi casar ao Bernalfor.”</p> <p>“Sim, já trabalhei muito aí nas mondas... corria o Alentejo todo a pé com os meus manos... houve uma vez que andamos na ceifa um mês... comemos trinta e uma papas... cada um! (risos)”</p> <p>“Nessa altura é que não pensava... era muito bonito, apesar da fome e da desgraça que havia!” (sobre solidão)</p>
<p><u>Relação do idoso com a família/Vizinhos</u></p>	<p>Família e Vizinhos</p>	<p>“Sim! E a minha prima Maria dos Mártires que mora aqui no monte.” (familiar mais próximo)</p> <p>“Tenho sim! Mas está na França. E tenho uma neta, chamada Rosalie.” (sobre o filho)</p> <p>“Oh, só nas férias do Verão, que ele vem de férias e é divertido porque vamos à festa do emigrante à aldeia, que costuma ser em Agosto, lá para o segundo fim-de-semana!”</p> <p>“Eu gostava mais disfarço... a minha Maria às vezes é que chora com saudades... é normal, é mulher (risos)” (gostar de estar mais tempo com a família)</p> <p>““Gosti” muito de ir à França... que sítios tão bonitos há no mundo... nem fazemos ideia. (...)</p> <p>Olhe fui lá... Fui lá ver o meu filho, a minha nora e a minha querida neta! E tão bonita que ela é!</p> <p>Parece-se com o pai!” (melhor momento com a família)</p>

		<p>“É aqui estes que moram aqui na rua... Não vê todos a espreitar para ver quem é a menina... (risos) (...)Claro, fazem parte da família já... Ajudam-me muito, e eu também os ajudo a eles... (risos) ” (sobre os vizinhos)</p> <p>“Na cidade nem eles conhecem quem mora ao lado...” (...)Sim, muito! Aqui somos todos amigos, lá desconfiam uns dos outros.” (vizinhos da cidade)</p> <p>“Na casa de cada um... cada noite é numa casa diferente. Mas agora com o calor está-se bem é na rua ao fresco...”</p> <p>“Então diga-me lá... ainda se fosse morar na França com o me filho, isso aceitava!” (mudar de residência)</p>
<p><u>Vida quotidiana</u></p>	<p>Aldeia/Cidade</p>	<p>“Olhe, não vê... Aqui me levo os dias à sombra. Governo a vida, passeio as duas cabritas que tenho e assim se passa o dia!”</p> <p>“Vou à aldeia na carrinha e às vezes vou na “caminete da carreira” que apanho ali no Monte da Ribeira, a Tavira.”</p> <p>“Vamos à praça comprar peixe e sabe duma coisa? Uma vez abalamos fomos andar de comboio que nunca tínhamos andado... fomos até à Fuzeta, não sabe onde é que fica?” (sobre a cidade)</p> <p>“Graças a Deus não... semeio e tenho orgulho nisso... fome não passo!” (sobre dificuldades)</p>

		<p>“Ora, com o que se ouve aí na televisão... morrem e ninguém dá conta. Aqui todos damos por falta uns dos outros!” (sobre os idosos da cidade)</p> <p>“Medos não tenho, já lhe disse que não penso nisso! E alegrias será aqui o meu monte...”</p>
--	--	--

Anexo II