

**AS EXPRESSÕES ARTÍSTICAS NA TERCEIRA IDADE: DA  
CONSTRUÇÃO DE UMA VISÃO POSITIVA DAS SUAS  
CAPACIDADES, FACE ÀS SUAS LIMITAÇÕES, AO DESAFIO DE  
SI PRÓPRIO**

**ARTISTIC EXPRESSIONS IN THE THIRD AGE: FROM THE  
CONSTRUCTION OF A POSITIVE VISION OF THEIR  
CAPACITIES, FACING THEIR LIMITATIONS, TO THE  
CHALLENGE OF THEMSELVES**

**António Guilherme da Cruz Leal<sup>(1)</sup>**

*(<sup>1</sup>)Escola Superior de Educação, Instituto Politécnico de Coimbra  
(Portugal)*

**E-mail:** antonio@esec.pt

---

**Recebido:** 09/12/2016

**Aceite:** 29/12/2016

**Publicado:** 14/09/2017

**RESUMO:**

A procura pelas expressões artísticas entre os adultos maiores (terceira idade), está para além da necessidade de construir uma visão mais positiva das suas capacidades, diante das suas limitações físicas ou cognitivas. Tão pouco estará limitada a uma necessidade de auto-realização marcado por um despertar do potencial criativo inibido, oprimido e adormecido.

Constitui-se sobretudo como um meio para se desafiarem a si próprios, e de dizer simultaneamente à sociedade em geral, e à comunidade onde se inserem em particular, que não são inválidos, nem inúteis, pois propõem-se a fazer coisas que por norma associamos a pessoas dotadas de privilégios artísticos e estéticos especiais. A superação destes desafios, e os impactos sociais que pretendem à partida provocar, podem ter repercussões muito positivas, e com maior significado, no resgate das suas identidades e funções sociais, e consequentemente na melhoria da auto-estima individual.

*Leal, A. G. da C. (2017). As Expressões artísticas na terceira idade: da construção de uma visão positiva das suas capacidades, face às suas limitações, ao desafio de si próprio. DEDiCA. REVISTA DE EDUCAÇÃO E HUMANIDADES, N.º 12, setembro, 2017, 33-51. ISSN: 2182-018X*

**Palavras chave:**

seniores, expressões artísticas, auto-realização, desafio, superação, identidade, função social, auto-estima

**ABSTRACT:**

The search for artistic expressions between senior people is beyond the necessity to build a more positive view of their skills, in the face of their physical or cognitive limitations. Neither should it be limited to a necessity for self-fulfillment pronounced by the latent creative potential, numb and oppressed.

It constitutes mainly as a means for them to challenge themselves and simultaneously say to society and the community they belong to that they're not disabled or useless, they offer to do things that are usually associated with highly gifted people, or those privileged with special artistic and aesthetic skills. The conquering of these challenges and the social impact that they strive to produce may have very positive reverberations, more meaningful to the rescue of their identities and social roles, resulting in a boost to their self-esteem.

**Keywords:**

seniors, artistic expressions, self-fulfillment, challenge, achievement, identity, social role, self-esteem

**Introdução / Introducción / Introduction**

Todos aqueles que saem de uma vida activa determinada em função do trabalho, da realização profissional e da sustentabilidade económica, confrontam-se com um novo paradigma de vida: a reforma. A vida já não gira em função do trabalho, da realização profissional, da manutenção do emprego e dos colegas de trabalho. O tempo que até pouco era dedicado ao trabalho e às questões do foro profissional, acresce ao tempo livre anteriormente existente. O que fazer com mais este tempo excedente, pode constituir um verdadeiro problema para quem não teve outras ambições, sonhos e aspirações além das inspiradas pelo trabalho, por mais que sejam as possibilidades de lazer que se lhes ofereçam. Já para outros, este tempo extra, será o tempo das oportunidades, o tempo de realizações de algumas ambições, aspirações e sonhos passados que ficaram por concretizar.

Todavía, quer para uns e outros, à necessidade de investir na conservação das suas capacidades físicas e intelectuais, à

*Leal, A. G. da C. (2017). As Expressões artísticas na terceira idade: da construção de uma visão positiva das suas capacidades, face às suas limitações, ao desafio de si próprio. DEDiCA. REVISTA DE EDUCAÇÃO E HUMANIDADES, N.º 12, setembro, 2017, 33-51. ISSN: 2182-018X*

necessidade de continuar a participar activamente na vida colectiva, e de poder aceder a campos de conhecimento e de informação que não estavam ao seu alcance durante a sua vida laborar pelas mais variadas razões, acresce ainda a oportunidade e a importância de acesso a novos campos do saber. A educação sem fins profissionais, é tanto uma oportunidade pessoal de auto realização como uma condição necessária para se descobrir a si mesmo e ao seu meio, onde o conjunto das aprendizagens, devem transformarem-se em disposições e competências de acção, de adaptação e integração social (Aníbal, 2013).

O lazer e os contextos socioeducativos não formais que dele emergem, como as Universidades ou Escolas Seniores revestem-se de significativa importância para estas populações, no âmbito de uma educação permanente.

A par de uma multiplicidade de conhecimentos e saberes que estes contextos proporcionam aos seus clientes, evidenciam-se os cursos, oficinas e unidades curriculares dedicadas a diferentes expressões artísticas, como expressão plástica – a pintura, escultura, restauro –; a expressão musical – instrumentos musicais, coro, cantares; a expressão corporal – danças tradicionais e danças de salão –; a Expressão dramática – movimento e drama, teatro –; a fotografia e vídeo, etc.

Um número significativo de seniores que se inscrevem em programas como as Universidades para a terceira idade, procuram intencionalmente unidades curriculares de expressão artística. As razões que os levam a inscrever-se neste tipo de unidades curriculares, nesta ou naquela modalidade de expressão artística, ou em várias simultaneamente, podem ser várias.

Perceber quais as motivações que orientam tais decisões, reveste-se efectivamente de um interesse significativo para quem observa estas manifestações e procura explicar este fenómeno, ou seja compreender o interesse e o empenho destas populações nestes domínios do saber, do saber fazer, sobretudo nesta fase especial das suas vidas.

A procura pelas expressões artísticas pode estar para além da necessidade de construir uma visão mais positiva das suas capacidades, diante das suas limitações físicas ou cognitivas. Tão pouco poderá estar limitada a uma necessidade de auto-realização

marcado por um despertar do potencial criativo inibido, oprimido e adormecido.

Constitui-se sobretudo como um meio para se desafiarem a si próprios, e de dizer simultaneamente à sociedade em geral, e à comunidade onde se inserem em particular, que não são inválidos, nem inúteis, pois propõem-se a fazer coisas que por norma associamos a pessoas dotadas de privilégios artísticos e estéticos especiais. A superação destes desafios, e os impactos sociais que pretendem à partida provocar, podem ter repercussões muito positivas, e com maior significado, no resgate das suas identidades e funções sociais, e consequentemente na melhoria da auto-estima individual.

Demonstrar esta proposição será o nosso objectivo a partir de um estudo de caso, construído com base no grupo de estudantes que optaram por frequentar as unidades curriculares de expressão artística na Escola de Educação Sénior de Coimbra.

Para este pequeno ensaio, o nosso universo de estudo, circunscreve-se apenas aos estudantes inscritos na Escola de Educação Sénior de Coimbra, e a frequentar o primeiro semestre do ano lectivo de 2016-2017, em uma ou mais unidades curriculares de expressão artística. Complementarmente, recolhemos dados junto de 44 estudantes com recurso a um pequeno questionário com questões fechadas, onde recolhemos informações de i) caracterização (sexo, idade, escolaridade, unidades curriculares de expressão artística em que se encontram inscritos e frequência anterior), ii) Razões e motivações para a prática de expressões artísticas e (iii) qual o valor atribuído às expressões artísticas no imaginário individual e colectivo. Para estes dois últimos pontos, utilizou-se uma bateria de 10 afirmações para cada, onde o inquirido foi convidado a classificar cada uma das afirmações dadas, de acordo com uma escala simples de Likert de 1 a 5 (1=Não se adequa nada e 5= adequa-se muito). Posteriormente realizou-se uma entrevista em grupo com 10 participantes, onde foram apresentadas para discussão duas grandes questões: «*Por que razão quero praticar as expressões artísticas em que me encontro inscrito?*», e «*Qual a importância que atribuo às artes na minha vida?*»

## **Aprender sempre – da necessidade ao direito a aprender**

Na concepção antropológica do Homem, o ser humano é um 'projecto inacabado' e insatisfeito por natureza, necessitando de uma contínua realização humano-social, e isto desde o nascimento até à morte. Os adultos maiores, como qualquer outra pessoa, independentemente da sua idade cronológica, não deixaram de ser na sua essência pessoas, 'projectos inacabados e por isso em realização ou em curso, necessitando da educação como processo que lhes permita conceber-se, realizar-se e formar-se a si mesmos no seio da complexa teia social e de acordo com critérios lógicos e éticos. Assim, constituindo-se como necessidade fundamental na condição humana, é um direito humano, previsto por isso na Declaração Universal dos Direitos Humanos (1948), onde ficou expresso que lhe são próprias: possibilitadora do desenvolvimento pessoal integral, de juízos e percepções de valor e o perfeccionismo pessoal enquanto ideal utópico

Se até aos anos 60 a educação de adultos era algo que tinha uma missão restrita de preparar os indivíduos para a vida adulta, para um futuro profissional, já nos anos 70 é atribuída importância aos diferentes momentos de formação a que os indivíduos estão sujeitos ao longo de toda a vida. Mas é só em 2000, através da Estratégia de Lisboa que se define inequivocamente a Aprendizagem ao Longo da Vida (ALV) como um processo contínuo e ininterrupto, que permite a todos os cidadãos participarem na construção do seu próprio desenvolvimento pessoal e profissional, adquirindo competências e saberes que permitam saber lidar com os desafios que as sociedades contemporâneas colocam, adquiridos numa multiplicidade de espaços e contextos formais, não formais e informais.

Todavia, apesar da desvinculação definitiva da ALV da visão reducionista da produtividade e da empregabilidade, continuam a ser poucos os estudos e debates, principalmente a nível nacional que abordam e afirmam a educação na terceira idade no âmbito de uma educação de adultos e permanente. Por um outro lado, o reconhecimento político e a integração da educação de adultos maiores nas estratégias de educação permanente nacionais, é inexistente, apesar de proliferarem pelo país um número significativo de programas ocupacionais para a terceira idade, comumente

designados de Universidades para a Terceira Idade – UTI's, as quais são na sua essência, respostas sociais promovidas pelos municípios e instituições particulares de solidariedade social. Estas, na verdade são uma espécie de centros de dia mais sofisticados para idosos autónomos<sup>1</sup>, que representam um modelo degenerativo do modelo original francês e mesmo do modelo anglo-saxónico. Contudo, este tipo de contexto reveste-se de grande importância para os que saem de uma vida activa em função do trabalho.

Seja como for, a este nível, até o próprio lazer deve e tem que ser tido como um importante contexto educativo, de adaptação e integração social, de auto-valorização e de auto-realização pessoal.

### **Do direito a aprender às oportunidades**

As UTIS's, constituem-se como um importante dispositivo socioeducativo e cultural de valorização e desenvolvimento da pessoa idosa, imbuída de um espírito e propósito de 'Educação Permanente' e facilitador de Aprendizagens ao longo da vida, desempenhando assim um papel de significativa importância no âmbito de uma Educação Popular ao dar a esta faixa etária o acesso à informação, a conhecimentos actualizados, e assim devolver-lhes o sentido crítico e a vontade da participação activa na sociedade. Mas por um outro lado, constitui-se também como um importante instrumento social e cultural que favorece significativamente a (re)construção social das imagens que as sociedades e as culturas construíram relativamente aos seus idosos e da velhice, pois como disse Pierre Bourdieu (1980:145) a velhice é uma categoria social criada culturalmente: «a idade é uma variável biológica, socialmente manipulada, por esse motivo plena de ambiguidades que não serve como único parâmetro para dizer quando alguém é velho». Isto estende-se também à auto-imagem que os idosos têm de si, mostrando a uns e outros as potencialidades e até que ponto ainda são um importante recurso (activo) social e cultural.

### **A Escola de Educação Sénior de Coimbra e a acção artística**

Criada há cinco anos no quadro do IHumanus<sup>2</sup> e em parceria com a Escola Superior de Educação de Coimbra (ESEC), iniciou a sua atividade no ano letivo de 2012-2013 com mais de 75 estudantes com idades compreendidas entre os 65 e os 85 anos de idade,

*Leal, A. G. da C. (2017). As Expressões artísticas na terceira idade: da construção de uma visão positiva das suas capacidades, face às suas limitações, ao desafio de si próprio. DEDiCA. REVISTA DE EDUCAÇÃO E HUMANIDADES, N.º 12, setembro, 2017, 33-51. ISSN: 2182-018X*

contando hoje com 268 estudantes inscritos - dos quais 130 encontram-se a frequentar o 1.º semestre do ano lectivo de 2016-2017- com idades compreendidas entre os 50 e os 89 anos de idade, sobretudo habitantes dos bairros limítrofes à ESEC que poderemos classificar como pertencendo a uma classe média-alta, maioritariamente (57,5%) com formação de nível superior<sup>3</sup>, acima da média nacional (13% dos 15 aos 64 anos e 5,8% para os de mais de 65 anos<sup>4</sup>), reformados, maioritariamente, especialistas das profissões intelectuais e científicas, e quadros superiores da administração pública ou de empresas.

A interacção com diferentes gerações, a apropriação das novas tecnologias na óptica do utilizador, a aprendizagem de línguas estrangeiras pela necessidade e possibilidade de viajar e conhecer outras culturas, são os aspectos utilitários muito valorizados pelos mais de duzentos estudantes inscritos na Escola de Educação Sénior de Coimbra. Todavia, as expressões artísticas concorrem lado a lado com essa necessidade utilitária.

### **As Actividades de Expressão Artística (AEA)**

Do total de estudantes a frequentar o 1.º semestre de 2016-2017 (n130), a maioria (86= 66,2%) estão inscritos em pelo menos uma unidade curricular/actividade de expressão artística (AEA), sendo que 55,8% destes estudantes (48) frequentam mais do que uma unidade curricular de expressão artística, dos quais salientamos que 62,5 (30) estão inscritos em mais do que 3 AEA, havendo estudantes inscritos em 6,7 e 9 AEA simultaneamente. Anotamos ainda aqui, que alguns destes estudantes praticam o mesmo tipo de expressão artística noutras instituições, sobretudo no que diz respeito às actividades de Coro, Pintura e Instrumentos Musicais.

A participação no Coro, a aprendizagem de um Instrumento Musical e a Pintura, são as actividades de expressão artística que mais vontades congregam.

Tabela 1 – N.º de estudantes inscritos em Actividades de Expressão Artística		
Expressão Artística	N.º	%
TOTAL ESTUDANTES	130	
Total de estudantes inscritos em AEA	86	
Total de estudantes não inscritos em AEA	44	66,2
Total estudantes inscritos em apenas uma AEA	38	44,2
Total de estudantes inscritos em 2 ou mais AEA	48	55,8
Total estudantes com 3 ou + AEA	30	34,9
ACTIVIDADES DE EXPRESSÃO ARTÍSTICA = AEA		
Coro	47	
Instrumentos musicais	39	
Pintura	33	
Música (Voz, Canto)	23	
Danças	22	
Expressão dramática	15	
Fotografia	14	

Dos estudantes inquiridos, a maioria estão inscritos em duas ou mais unidades curriculares de AEA, sendo que um número significativo já havia praticado uma expressão artística no passado, na juventude ou na idade adulta antes da reforma (tabela 2).

Tabela 2 - Unidades curriculares de Expressão Artística que frequenta na Escola Sênior? \* Já tinha frequentado/praticado no passado alguma destas Expressões?

		Já tinha frequentado/praticado no passado alguma destas Expressões?		
		Não	Sim	Total
Unidades curriculares de Expressão Artística que frequenta na Escola Sênior?	Uma disciplina	6	10	16
	Duas unidades curriculares	14	14	28
Total		20	24	44

Temos ainda a destacar aqui, que entre os estudantes inscritos apenas em uma actividade de expressão artística, bem como entre os estudantes que estão inscritos em mais do que uma, a maioria, teve o primeiro contacto com essa expressão artística apenas na idade adulta, embora um número ainda significativo (6 em 14) dos que frequentam mais do que uma (duas ou mais), tiveram

Leal, A. G. da C. (2017). *As Expressões artísticas na terceira idade: da construção de uma visão positiva das suas capacidades, face às suas limitações, ao desafio de si próprio*. DEDiCA. REVISTA DE EDUCAÇÃO E HUMANIDADES, N.º 12, setembro, 2017, 33-51. ISSN: 2182-018X

esse primeiro contacto durante a sua juventude (tabela 3). No primeiro caso, parece-nos estar presente, de uma tentativa de retomar um projecto adiado, enquanto no segundo, temos por um lado, iniciantes na exploração e experimentação, e por outro lado, aqueles que agora encontram a oportunidade para retomar a exploração iniciada ainda nos tempos de juventude. Perante a afirmação apresentada no questionário - «*Porque queria apenas experimentar e perceber se tinha jeito para as expressões em que me inscrevia*», foram os estudantes que nunca tinham praticado qualquer actividade de expressão artística no passado, que mais consideraram como ‘adequada’, ‘muito adequada’ ou ‘totalmente adequada’, esta afirmação à sua situação pessoal (18 em 20).

Tabela 3 - Unidades curriculares de Expressão Artística que frequenta na Escola Sénior? \* Se respondeu sim, diga quando?

		Se respondeu sim, diga quando?			
		Na Juventude	Na idade adulta antes da reforma	Só após a reforma	Total
Unidades curriculares de Expressão Artística que frequenta na Escola Sénior?	Uma disciplina	2	8	0	10
	Duas unidades curriculares	6	4	4	14
Total		8	12	4	24

A análise à tabela 4, permite-nos aferir que podem ser várias as motivações que justificam a necessidade e o interesse que este conjunto de estudantes, têm ou tiveram, para se proporem a desenvolver a prática em diferentes domínios das expressões artísticas. As motivações podem recair na tentativa de realizar sonhos de infância e juventude, ou mesmo, de aspirações manifestadas já na idade adulta, como procurar a melhor forma de ocupar os seus tempos livres, ou ainda, de se auto desafiarem:

*«Antes de me reformar, fiz um contrato comigo própria: após a reforma não parar. Aqui tenho prazer, tenho colegas, brinco e gosto.» (Maria de Filomena, 72 anos, aluna de Expressão Dramática e Coro).*

Leal, A. G. da C. (2017). *As Expressões artísticas na terceira idade: da construção de uma visão positiva das suas capacidades, face às suas limitações, ao desafio de si próprio.* DEDiCA. REVISTA DE EDUCAÇÃO E HUMANIDADES, N.º 12, setembro, 2017, 33-51. ISSN: 2182-018X

Tabela 4 - Razões para se inscreverem nas Actividades de Expressão Artística (AEA)	Não se adequa nada (1)	Não se adequa (2)	Total (1 e 2)	Adequa-se (3)	Adequa-se muito (4)	Adequa-se totalmente (5)	Total (3, 4 e 5)	
	N	N	TN	N	N	N	TN	
Para realizar um sonho de criança	14	10	<b>24</b>	2	6	6	<b>14</b>	<b>62</b>
Para realizar um sonho de juventude	8	6	<b>14</b>	12	6	10	<b>28</b>	
Para realizar um sonho que tive, já na idade adulta	4	2	<b>6</b>	16	8	10	<b>34</b>	
Porque era um sonho de família	18	10	<b>28</b>	2	2	4	<b>8</b>	
Porque queria apenas experimentar e perceber se tinha jeito para as expressões em que me inscrevia	4	8	<b>12</b>	12	10	4	<b>26</b>	<b>48</b>
Como precisava de encontrar uma ocupação para o meu tempo livre, decidi experimentar e ver em qual delas me sentia melhor	12	6	<b>18</b>	10	6	6	<b>22</b>	
Inscrivi-me para poder conhecer mais pessoas	10	8	<b>18</b>	14	4	4	<b>22</b>	<b>38</b>
Inscrivi-me porque um(a) amigo(a) me influenciou	14	12	<b>26</b>	6	2	6	<b>14</b>	
Inscrivi-me porque é um desafio para mim	0	2	<b>2</b>	14	10	14	<b>38</b>	
É apenas uma ocupação como outra qualquer	22	10	<b>32</b>	4	2	0	<b>6</b>	
<b>TOTAL</b>	<b>106</b>	<b>74</b>	<b>180</b>	<b>92</b>	<b>56</b>	<b>64</b>	<b>212</b>	

### Sonhos artísticos

Realizar o sonho que um dia tiveram na infância, na juventude ou mesmo na idade adulta, revela-se como a principal razão que impulsiona a maioria dos nossos inquiridos (62 incidências cumulativas) a inscreverem-se para a prática de uma expressão artística, ou seja procuram concretizar um dos seus sonhos.

Na análise dos dados recolhidos, constata-se que, a maioria destes estudantes são também os que na sua infância ou juventude, tinham a percepção que dominar ou praticar uma expressão artística,

*Leal, A. G. da C. (2017). As Expressões artísticas na terceira idade: da construção de uma visão positiva das suas capacidades, face às suas limitações, ao desafio de si próprio. DEDiCA. REVISTA DE EDUCAÇÃO E HUMANIDADES, N.º 12, setembro, 2017, 33-51. ISSN: 2182-018X*

era apenas privilégio de alguns, ou mesmo que era uma forma de distinção social, de valorização e de prestígio social.

Agora, livres da tarefa de criação e educação dos seus filhos, sem obrigações profissionais e grandes compromissos financeiros, é hora de tornar realidade alguns dos seus sonhos, ou na pior das hipóteses, fazer algo e correr atrás de um sonho:

*«Acha o teatro emocionante, gostava de ser actriz, entrar no palco e em casa fazia muitas vezes teatro sozinha. Inventava peças e dramatizava, tanto em criança como na idade adulta, mesmo já casada e mãe. A minha família foi uma grande barreira, pelo pensamento que tinha sobre a vida mundana no teatro (...) Estou a concretizar um sonho, o teatro.» (Maria Judite, 64 anos, aluna de Expressão Dramática, pintura, fotografia, música e coro).*

Num trabalho sobre a ideologia da velhice, a socióloga Eneida Haddad (1986), ao procurar questionar os critérios para a definição do início da velhice, cita um pequeno texto escrito por José Ávila (1978:27), onde afirmava: *«O que caracteriza a velhice é a perda das ideias da juventude, é a dessintonização com a mentalidade do seu tempo...»*. Uma outra autora (Weyne, 1983, citado por Santos & Vaz, 2008) dizia que a velhice, *«... só se torna uma preparação para a morte quando se abdica dos sonhos, quando não se é capaz de acreditar na sua capacidade de criação e na arte de viver cada momento com amor, inteligência e desejo de crescimento.»*. A este respeito, vem muito a propósito o Poema de António Gedeão – ‘*Pedra Filosofal*’, do qual deixo apenas um pequeno extracto:

*Eles não sabem que o sonho  
é uma constante da vida  
tão concreta e definida  
como outra coisa qualquer,  
(...)  
Eles não sabem, nem sonham,  
que o sonho comanda a vida,  
que sempre que um homem sonha  
o mundo pula e avança  
como bola colorida  
entre as mãos de uma criança.»  
(In Movimento Perpétuo, 1956)*

Leal, A. G. da C. (2017). *As Expressões artísticas na terceira idade: da construção de uma visão positiva das suas capacidades, face às suas limitações, ao desafio de si próprio.* DEDiCA. REVISTA DE EDUCAÇÃO E HUMANIDADES, N.º 12, setembro, 2017, 33-51. ISSN: 2182-018X

**«Estou confuso, não sei bem o que quero fazer» - Tempo livre, tempo de experimentação**

Muitos idosos viveram as suas vidas em função das suas relações e obrigações familiares (de marido, mulher, pai ou mãe) e das suas obrigações e relações profissionais. Sem outro tipo de ocupação regular além das que eram exigidas nestes dois contextos e sem outros grandes sonhos e aspirações pessoais fora destes domínios, não se prepararam para o ciclo de vida que se iniciaria após a reforma. Com uma rede social que se estreita significativamente logo nos primeiros anos após a reforma (Leal, 2015), e sem grandes perspectivas e projectos pessoais, vêm-se confrontados com a dificuldade em decidir como melhor ocupar o seu tempo livre, que agora existe em triplicado. Por iniciativa própria ou por incentivação de familiares e amigos, inscrevem-se neste tipo de programas para experimentar, para perceber se encontram algo que desperte o seu interesse e motivação. Efectivamente, de acordo com os dados da tabela 4, a experimentação e exploração surge como uma das principais razões para se inscreverem nestes programas e nas actividades de expressão artística. Com 48 incidências cumulativas, vem corroborar um dos aspectos que nestes cinco anos de actividade da Escola de Educação Sénior de Coimbra, tem sobressaído como característica de alguns indivíduos desta população, isto é, a existência de um número crescente de estudantes com interesses muito difusos, que manifestam não terem a certeza do que procuram, não têm a certeza se vão gostar ou não, se querem mesmo participar ou não. Estes idosos inscrevem-se em todas as unidades curriculares que lhes sejam possíveis, experimentando e desinteressando-se facilmente. Adoptam por isso uma estratégia de experimentação e exploração descomprometida, uma vez que a sua continuidade depende exclusivamente do prazer imediato que daí possam retirar. O nível de desistência entre estes é muito elevada. Todavia, a escolha pelas actividades de expressão artística não é de forma nenhuma alheia às representações sociais que constroem sobre as artes e a acção artística, uma vez que estes percebem que *‘as pessoas que dominam ou praticam expressões artísticas são por norma mais valorizadas do que as outras’*, que são com certeza muito mais felizes, ou ainda, pelo elevado prestígio social que atribuem a tais práticas sociais.

Leal, A. G. da C. (2017). *As Expressões artísticas na terceira idade: da construção de uma visão positiva das suas capacidades, face às suas limitações, ao desafio de si próprio*. DEDiCA. REVISTA DE EDUCAÇÃO E HUMANIDADES, N.º 12, setembro, 2017, 33-51. ISSN: 2182-018X

**«O Importante é ser feliz»**

Um estudo divulgado muito recentemente sobre o 'Envelhecimento em Lisboa, Portugal e Europa- uma perspetiva comparada' (Cabral et al. 2016), conclui que só um quarto (26,9) dos portugueses com mais de 50 anos, quando são convidados a fazer um balanço das suas vidas, olham para a vida que tiveram '*com alegria*', comparativamente com os restantes 16 países do estudo, nos quais mais de metade faz um balanço positivo das suas vidas, dizendo sentir que '*muitas vezes*' tiveram e têm uma vida feliz. Mais de um quinto dos inquiridos em Portugal, admitem mesmo que só "*raramente*" ou "*nunca*" olham para o seu passado com alegria. A somar a isto, só cerca de 40% dos portugueses inquiridos, têm uma percepção positiva sobre as suas condições de saúde, considerando que gozam de 'Boa saúde'.

A saúde e a felicidade constituem as duas principais dimensões da vida e do bem-estar das pessoas. Não é de estranhar que alguns idosos digam que agora vivem melhor do que antes, e tirando as limitações físicas que a velhice transporta, não trocariam a vida que têm agora por outra, ou seja, não desejariam voltar atrás, ao passado. Apesar de muitos idosos portugueses viverem a pobreza na velhice, com reformas ou pensões de sobrevivência muito baixas<sup>5</sup>, que os obriga a desistir das suas conquistas e direitos, e estão condenados a viver na estagnação e no isolamento, outros idosos, entre os quais enquadrámos os estudantes da Escola de Educação Sénior de Coimbra, vivem financeiramente mais folgados, usufruindo de rendimentos mensais individuais acima da média nacional (909,5 € em 2014 segundo a Pordata), uma média de 1500 € mensais e de 2250 € em média por agregado (maioritariamente constituído por 1 a 2 pessoas, 78,7%), com uma média de despesas que ronda os 630 € mensais e os 900 € consoante tenham ou não despesas de habitação (rendas ou amortizações de empréstimos), e apresentando em termos gerais boas condições de saúde física e mental (Leal, 2015).

Tabela 5 - O valor atribuído às expressões artísticas no imaginário pessoal e colectivo	Não se adequa nada (1)	Não se adequa (2)	TOTAL (1 e 2)	Adequa-se (3)	Adequa-se muito (4)	Adequa-se Totalmente (5)	TOTAL 3, 4 e 5)
	N	N	TN	N	N	N	TN
As pessoas que dominam ou praticam uma expressão artística, são normalmente consideradas loucas	22	18	40	2	0	0	2
As pessoas que dominam ou praticam uma expressão artística, são normalmente mais inteligentes	10	16	26	12	2	0	14
Quando era criança/jovem, dominar ou praticar uma expressão artística, era apenas privilégio de alguns	8	8	16	14	10	2	26
Quando era criança/jovem, dominar ou praticar uma expressão artística, era sinal de prestígio social	8	4	12	18	4	6	28
As pessoas valorizam muitos os indivíduos que dominam ou praticam uma expressão artística	8	6	14	18	4	4	26
As pessoas que dominam ou praticam uma expressão artística, são normalmente mais valorizadas do que as outras	6	12	18	10	10	0	20
As pessoas que dominam ou praticam uma expressão artística, são mais felizes	0	2	2	12	12	16	40
As pessoas que dominam ou praticam uma expressão artística, são normalmente intelectualmente mais desenvolvidas	6	8	14	10	14	2	16
As pessoas que dominam ou praticam uma expressão artística, fazem-no normalmente como escape, ou seja, como forma de se alhearem do meio que os rodeia	12	10	22	10	8	0	18
A prática de uma expressão artística é muito prestigiante	2	10	12	12	10	4	14
TOTAL	82	94		118	74	34	

Manter a forma física, ocupar a mente, fazendo coisas que proporcionem prazer e os estimulem, reveste-se de grande prioridade para a maioria destes estudantes. A este respeito, num estudo realizado no Brasil, na cidade de Porto Alegre, com idosos com mais de 60 anos de idade e que frequentavam grupos de terceira idade, concluiu-se que «*algumas pessoas referem a possibilidade de*

Leal, A. G. da C. (2017). *As Expressões artísticas na terceira idade: da construção de uma visão positiva das suas capacidades, face às suas limitações, ao desafio de si próprio*. DEDICA. REVISTA DE EDUCAÇÃO E HUMANIDADES, N.º 12, setembro, 2017, 33-51. ISSN: 2182-018X

*liberdade que descobriram após o impacto da aposentadoria. O tempo ocioso se transformou em oportunidade para cuidar de si mesmo e para se dedicar quase exclusivamente às atividades prazerosas» (Santos; Vaz, 2008:342):*

*«Gosto de coisas novas. Agora estou no apogeu da minha juventude (Mária Judite, 64 anos, aluna de Expressão dramática, pintura, fotografia, música e coro).*

*«A pintura foi uma experiência porque nunca tinha experimentado e cantar não sei, mas gosto de fazê-lo» (idem).*

Se tudo estiver bem com a família (cônjuge, filhos e netos), fazer o que se gosta e que seja estimulante, bem como o convívio com outras pessoas, construindo novas amizades, é condição necessária para o incremento de sentimentos e sensações de grande felicidade:

*«Participo em actividades que gosto e que deêm prazer a fazer e que mantenham o corpo e a mente activos. Agora só se faz o que se gosta.» (M<sup>a</sup> Carolina, 70 anos, aluna expressão musical, dança e coro).*

*«Chegou a hora de despertar para o conhecimento de outras áreas» (António Filipe, 77 anos, aluno de música, fotografia, expressão dramática, coro).*

Com o avançar da idade, pode-se perder alguns atributos físicos e sociais, mas parece que se ganha a oportunidade para a felicidade, e a acção cultural e artística, parece ser um excelente elixir para a felicidade, o que de facto vem a ser corroborado pela maioria dos inquiridos que consideram as pessoas que 'dominam ou praticam uma expressão artística como sendo mais felizes' do que as outras (tabela 5).

### **«Quero desafiar-me. Preciso reinventar-me»**

Vários estudos apontam para os sentimentos que a situação de reforma pode induzir aos indivíduos que se vêm confrontados num determinado momento das suas vidas com a condição de reforma, de desactivação do contingente social produtivo. Não raras vezes, são conduzidos a um sentimento de tédio e de desvalorização e isolamento social devido à falta de actividades sociais e laborais (Santos; Vaz, 2008:344). Perde-se o convívio social e o importante sentido de produtividade fortemente incutido pela sociedade moderna centrada no valor da competição e da produção capitalista, proporcionando tanto um sentimento de vazio e de desemprego, que

*Leal, A. G. da C. (2017). As Expressões artísticas na terceira idade: da construção de uma visão positiva das suas capacidades, face às suas limitações, ao desafio de si próprio. DEDiCA. REVISTA DE EDUCAÇÃO E HUMANIDADES, N.º 12, setembro, 2017, 33-51. ISSN: 2182-018X*

rapidamente evolui para um sentimento de improdutividade e de impotência (Peixoto, 1995:139), com graves consequências identitárias e de cidadania.

Mas na década de 50, alguns investigadores acreditavam que as pessoas após a reforma, e perante a nova condição social, desenvolviam psicologicamente mecanismos de defesa, ou seja de desapego social. Esta ‘teoria do desapego’, desenvolvida por Henry e Cumming (1959), em termos gerais defendia que à medida que a pessoa envelhece e a sua participação social diminui, aumenta a sua capacidade para a introspecção, como sinal de retracção, a fim de evitar conflitos com o ambiente em que se insere e consigo mesmo (Santos; Vaz, 2008:336).

Esta teoria desencadeou várias reacções críticas nos anos 60 e 70 por vários pesquisadores, cuja reacção levou ao desenvolvimento da teoria da ‘actividade defendida’, em que se defendia que tais sentimentos são combatidos com o desenvolvimento de novos relacionamentos sociais conducentes à (re)criação ou alargamento da rede social existente e ao desempenho de novos papéis sociais que sejam socialmente aceites e valorizados, mas que proporcionem igualmente um sentimento de produtividade (Neril, 1993).

Torna-se assim mais evidente, a importância e o papel que as actividades de lazer representam neste novo ciclo de vida das pessoas após a reforma. As actividades de lazer podem ser um meio para o resgate de sentimentos de valorização social, de utilidade e de produtividade outrora elementos estruturantes das suas identidades.

A acção artística é um importante desdobramento da produtividade e da acção humana. À prática de expressões artísticas, podemos associar atributos como o desenvolvimento da criatividade e consequentemente ao da produção de algo, que o próprio atribui um determinado valor simbólico, e pode ao mesmo tempo ser valorizado pelos seus pares, familiares ou demais pessoas da comunidade. A opção pela prática de actividades de expressão artística, mesmo em mais do que uma em particular, não será por mero acaso, mas antes, por serem aquelas que num curto espaço de tempo, lhes devolve um certo sentido de missão, um propósito de desenvolvimento, garantelhes um sentimento de utilidade e de produtividade. Podendo partilhar o que criam e produzem, são autores e co-autores de algo, que ao ser

contemplado e aplaudido, está a ser valorizado. Saem do estado de improditivos para sentirem-se novamente seres produtivos e socialmente valorizados. São novos desafios que incrementam um sentimento de constante crescimento, de luta para alcançar os níveis de perfeição que definem como apropriados. Redefinem uma nova identidade social, de *'Estudantes da Escola de Educação Sénior de Coimbra'*, de *'membros cantores do Coro ou Instrumentistas do Grupo de Cordas da Escola Sénior'*, de *'Estudantes de pintura a pintores'*, ou ainda de *'Protagonistas no Grupo de Expressão Dramática – Os PUTOS'*. Ao participarem nestas actividades e noutras unidades curriculares da Escola de Educação Sénior, estão em processo de aprendizagem, em crescimento, e por isso rejeitam considerar que estão em actividades de lazer, ora não fosse o lazer quase sempre – embora erradamente –, conotado com actividades não produtivas.

### Considerações finais

Sejam movidos pela realização de sonhos que ficaram por realizar, ou pela busca incessante de encontrarem algo que seja suficientemente desafiante e prazeroso na vida, a verdade é que acabam por desencadear um novo frenesim que é adoptado como nova rotina de luta que exige empenho e dedicação, que os estimula diariamente a sair das suas casas, porque diariamente há novas conquistas a realizar, há sonhos a concretizar, há produtos a aperfeiçoar ou a ultimar, há conhecimentos a descobrir e novas aprendizagens a adquirir. Estão activos e são estudantes; são produtivos e criativos, e no mínimo produzem felicidade.

### Bibliografia

Aníbal, A. (2013). Da educação permanente à aprendizagem ao longo da vida e à Validação das aprendizagens informais e não formais: recomendações e práticas. *CIES e-Working Paper, nº 147/2013*. Lisboa: CIES-IUL.

Bourdieu, P. (1980). *Questions de Sociologie*. Paris: Ed. du Minuit.

Haddad, E. (1986). *A Ideologia da Velhice*. São Paulo: Editora Cortez.

Henry, W. E., Cumming, E. (1959). Personality Development in Adulthood and Old Age. *Journal of Projective Techniques & Personality Assessment*, 23, 383-390.

INE (2014). *Relatório do Rendimento e Condições de Vida*. Lisboa: INE.

Leal, A. G. da C. (2017). *As Expressões artísticas na terceira idade: da construção de uma visão positiva das suas capacidades, face às suas limitações, ao desafio de si próprio*. DEDiCA. REVISTA DE EDUCAÇÃO E HUMANIDADES, N.º 12, setembro, 2017, 33-51. ISSN: 2182-018X

Leal, A. G. (2015). *Gerontologia Educativa e a Animação Socioeducativa na Terceira Idade – Estudo de caso a IHSénior*. Coimbra: ESEC (Trabalho para a obtenção do Título de Especialista em Trabalho Social e Orientação no ensino Superior Politécnico).

Neri, A. L. (Org.). (1993). *Qualidade de Vida e Idade Madura*. São Paulo: Papirus.

Neri, A. L. (1993). *Qualidade de Vida no adulto Maduro; interpretações teóricas e evidências de pesquisas*. In, NERI, Anita L. (Org.). *Qualidade de Vida e Idade Madura*. São Paulo: Papirus.

Peixoto, C. (1985). A Sociabilidade dos Idosos Cariocas e parisienses. *Revista Brasileira de Ciências Sociais*, 27, 138-149.

Santos, G. A., Vaz, C. E. (2008). 'Grupos da terceira idade, interação e participação social', in ZANELLA, A. V., et al. (Org.). *Psicologia e práticas sociais* [online]. Rio de Janeiro: Centro Edelstein de Pesquisas Sociais, pp. 333-346.

Villaverde Cabral, M., Baptista, M., Silva, P. (2016). *Envelhecimento em Lisboa, Portugal e Europa- uma perspetiva comparada*. Lisboa: ICS.

Weyne, V. (1983). 'O que você Vai Ser quando Envelhecer?'. *Revista Psicologia Atual*, 35, 34-35.

### **Para saber mais sobre o autor...**

#### **António Guilherme da Cruz Leal**

ID. ORCID: 0000-0002-3914-8091

Mestre em Sociologia da Família (ISCTE-IUL).

Doutorando em Sociologia (ISCTE-IUL).

Pós – Graduado em Estudos Avançados em Sociologia (ISCTE-IUL).

Licenciado em Antropologia (FCSH-UNL).

Especialista em Trabalho social e orientação (gerontologia educativa e animação socioeducativa)

Professor Adjunto na Escola Superior de Educação, Instituto Politécnico de Coimbra.

Director das Licenciaturas de Animação socioeducativa diurna e pós laboral.

Director da Escola de Educação Sénior de Coimbra.

Director do IHumanus/ESEC .

Fundador e Presidente do Instituto Humanus.

---

<sup>1</sup> A este nível a Espanha destaca-se exemplarmente, enquadrando a educação de adultos maiores no âmbito das políticas e das estratégias nacionais para uma educação permanente. Aí vemos as universidades de maiores sobretudo no seio das instituições universitárias em Espanha.

*Leal, A. G. da C. (2017). As Expressões artísticas na terceira idade: da construção de uma visão positiva das suas capacidades, face às suas limitações, ao desafio de si próprio. DEDiCA. REVISTA DE EDUCAÇÃO E HUMANIDADES, N.º 12, setembro, 2017, 33-51. ISSN: 2182-018X*

---

<sup>2</sup> IH Instituto Humanus - Instituto para a Promoção e Desenvolvimento da Educação ao Longo da Vida, fundado por professores e por ex-alunas da licenciatura em Animação Socioeducativa da Escola Superior de Educação de Coimbra (ESEC).

<sup>3</sup> De acordo com a caracterização que realizamos em 2015 (Leal, 2015), a maioria dos inquiridos (57,5%) possui escolaridade de nível superior, quer ao nível de bacharelato (23,4%) e da licenciatura (27,7%) ou ainda de estudos pós-graduados (6,4%). Podemos ainda salientar que só 4,2% possui a escolaridade ao nível do ensino básico. Verificamos ser sobretudo nas mulheres com menos de 65 anos de idade que encontramos os níveis de escolaridade mais elevados do conjunto da amostra, tanto ao nível do ensino técnico como do ensino superior.

Estes valores estão relativamente em sintonia com os valores referidos em estudos sobre as UTI's, segundo os quais a maioria dos estudantes nestes programas tem formação superior aos 9 anos de escolaridade (Jacob & Pocinho, 2012). No estudo de Pocinho (2014), de um total de 363 participantes de âmbito nacional, 40,8% possuíam a educação básica, 47,7% possuíam a educação secundária e só 11,6% possuía uma formação de nível superior.

<sup>4</sup> PORDATA, 2016.

<sup>5</sup> Segundo o INE, no relatório sobre o 'Rendimento e condições de vida', de 2014, destaca que foi sobretudo a proporção de idosos em privação material a que mais aumentou entre 2013 e 2014 (de 23,1% para 25,2%), sendo que em 2009 situa-se em 21%).