



UNIVERSIDADE FEDERAL DO TOCANTINS
CAMPUS UNIVERSITÁRIO DE ARAGUAÍNA
TECNÓLOGO EM ARAGUAÍNA

LARYSSA DE LIMA FREITA

PARTICIPAÇÃO SOCIAL NA VELHICE

ARAGUAÍNA
2020

LARYSSA DE LIMA FREITA

PARTICIPAÇÃO SOCIAL NA VELHICE

Trabalho de conclusão de curso (TCC) na modalidade Seminário Temático apresentado ao Curso de Gestão e Negócio Cooperativismo da Universidade Federal do Tocantins, como requisito parcial para obtenção do grau de Tecnólogo em Cooperativismo.

Orientador: Prof. Ms. Bruno Costa da Fonseca

Araguaína
2020

LARYSSA DE LIMA FREITA

PARTICIPAÇÃO SOCIAL NA VELHICE

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) apresentado à UFT – Universidade Federal do Tocantins – Campus Universitário de Araguaína, Curso de Tecnologia em Gestão de Cooperativas foi avaliado para a obtenção do título de tecnólogo em cooperativismo e aprovada em sua forma final pelo Orientador e pela Banca Examinadora.

Data de aprovação 04/12/ 2020

Banca examinadora:



Prof. Bruno Costa da Fonseca (orientador)



Profª. Dra. Roseni Aparecida de Moura



Prof. Cleiton da Silva Ferreira Milagres

FICHA CATALOGRÁFICA DA BIBLIOTEC

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) Sistema de Bibliotecas da Universidade Federal do Tocantins

F866p Freita, Laryssa de Lima .
 Participação social na velhice. / Laryssa de Lima Freita. – Araguaína, TO,
 2020.

25 f.

Artigo de Graduação - Universidade Federal do Tocantins – Câmpus
Universitário de Araguaína - Curso de Gestão de Cooperativas, 2020.

Orientador: Bruno Costa da Fonseca

1. Participação social. 2. Terceira idade. 3. Inclusão. 4. Velhice. I. Título

CDD 334

TODOS OS DIREITOS RESERVADOS – A reprodução total ou parcial, de qualquer forma ou por qualquer meio deste documento é autorizado desde que citada a fonte. A violação dos direitos do autor (Lei nº 9.610/98) é crime estabelecido pelo artigo 184 do Código Penal.

Elaborado pelo sistema de geração automática de ficha catalográfica da UFT com os dados fornecidos pelo(a) autor(a).

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus.

Ao professor Bruno Fonseca pela orientação com muita clareza e paciência sem medir esforços, que me permitiu adquirir discernimento, o que foi como um todo de suma importância.

Agradeço a minha família e amigos que de alguma forma contribuíram para este processo.

Agradeço aos professores Roseni Moura e Cleiton Milagres por aceitarem participar da Banca com contribuições essenciais para finalização deste trabalho.

A todos os demais docentes que fizeram parte da minha formação. Grata por cada ensinamento.

RESUMO

Este trabalho tem por desígnio apresentar o tema da participação social atrelado a velhice, sobretudo a partir de um contexto de inclusão e convívio social que são, por sua vez, necessidades essenciais da existência humana. O texto foi construído baseado na modalidade Seminário Temático, com a utilização de pesquisa bibliográfica e documental. Pôde-se verificar no desenvolvimento do trabalho que embora a participação social esteja ligada ao ato de participar *per se* - seja ele por meio da prática de direitos políticos ou sociais -, na velhice, a participação é condição de melhoria de qualidade de vida, do bem-estar social, da saúde mental e física. Desse modo, ressalta-se que a participação social na terceira extrapola a participação comumente realizada na idade adulta, sendo fator de empoderamento pessoal e inclusão social, melhorando a expectativa de vida.

Palavras-Chave: Participação social. Terceira idade. Inclusão.

ABSTRACT

This work aims to present the theme of social participation linked to old age, especially from a context of inclusion and social interaction that are, in turn, essential needs of human existence. The text was constructed based on the Thematic Seminar modality, using bibliographic and documentary research. It was possible to verify in the development of the work that although social participation is linked to the act of participating *per se* - be it through the practice of political or social rights -, in old age, participation is a condition for improving the quality of life, social well-being, mental and physical health. Thus, it is emphasized that social participation in the third party goes beyond the participation commonly held in adulthood, being a factor of personal empowerment and social inclusion, improving life expectancy.

Keywords: Social participation. Third Age. Inclusion.

LISTA DE SIGLAS

UMA	UNIVERSIDADE DA MATURIDADE
UNIFAP	UNIVERSIDADE FEDERAL DE AMAPÁ
UFPA	UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARÁ
SESC	SERVIÇO SOCIAL DO COMÉRCIO

LISTA DE FIGURAS

FIGURA 1. ESCADA DA PARTICIPAÇÃO	15
FIGURA 2. CARNAVAL DE 2020 DA UMA/ UFT POLO DE ARAGUAÍNA	21
FIGURA 3. FESTA JUNINA REALIZADA EM 2019 UMA/ UFT POLO DE ARAGUAÍNA.....	21

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	11
2. PRESSUPOSTOS DA PARTICIPAÇÃO SOCIAL.....	13
3. PARTICIPAÇÃO NA TERCEIRA IDADE	17
4. UNIVERSIDADE DA MATURIDADE: EXPERIÊNCIA DE PARTICIPAÇÃO SOCIAL NA VELHICE	20
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS	23
REFERÊNCIAS	24

1. INTRODUÇÃO

A participação social, via de regra, pode ser entendida como o ato de pessoas estarem incluídas em processos existentes na sociedade ou, por uma perspectiva mais específica, consiste em um aglomerado de pessoas que possuem interesses comuns em um espaço de vivência compartilhado. No que se refere especialmente a participação na terceira idade, esta, se difere por ir além do interesse de fazer parte de um grupo com empenhos comuns, haja vista que tem relevância em suavizar a vida destes em suas rotinas que tendem a ser solitárias na velhice. Portanto, este trabalho tem por escopo apresentar o tema da participação social atrelado a velhice, sobretudo, a partir de um contexto de inclusão e convívio social que são, por sua vez, necessidades essenciais da existência humana.

Nesse sentido, é preciso levar em consideração que, no âmbito da terceira idade, a necessidade e a importância da inclusão social estão diretamente interligadas aos benefícios presentes no bem-estar físico e mental, uma vez que na velhice podem existir limitações físicas e de saúde que não devem ser motivos de exclusão dos mesmos. Em outras palavras, importa enfatizar que a participação social na terceira idade tem benefícios diretamente relacionados a saúde física e mental, assim como contribui para uma boa expectativa de vida, humor e o modo de ver e enfrentar as dificuldades que surgem.

Por isso, a escolha por este tema se deu por entender o direito a participação como um direito essencialmente presente nas sociedades democráticas, ainda que, na prática, não seja exercido em sua plenitude. Especificamente na terceira idade ter o direito em si, não é o suficiente. É preciso fomentar práticas que possibilitem o acesso a este direito e evitar que a participação social na velhice se torne uma restrição ao bem-estar e saúde dos indivíduos.

Para tanto, este Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) foi construído a partir da modalidade Seminário Temático, intentando abordar especialmente o tema da participação social na velhice. Como recursos metodológicos utilizou-se da pesquisa bibliográfica e documental, sendo, a última, focada no projeto “Universidade da

Maturidade” (UMA)¹ que para este trabalho serviu como exemplificação de experiências concretas de estímulo a participação na terceira idade.

Este trabalho, além desta Introdução, possui um tópico que traz a) algumas reflexões sobre os aspectos teóricos da participação social; b) uma breve discussão sobre a participação social na velhice, apresentando alguns desafios e particularidades do processo; c) o papel da UMA como exemplificação de um espaço importante de fomento a participação na velhice; d) as considerações finais e referências bibliográficas.

¹ A título de esclarecimento é importante ressaltar que este trabalho foi projetado como uma pesquisa de campo junto a UMA, contudo, devido ao isolamento social ocasionada pelo Covid 19 não foi possível dar continuidade. Assim, a apresentação da UMA serve apenas para ilustrar o cerne do trabalho que é o Seminário Temático: Participação Social na Velhice.

2. PRESSUPOSTOS DA PARTICIPAÇÃO SOCIAL

O processo de participação esta interligado ao ato de participar *per se* seja ele por meio da prática de direitos políticos ou sociais, seja por objetivo de inspirar tomadas de decisões que promovam o bem comum na sociedade, uma vez que a atuação da participação é de suma importância para exercer o interesse e evolução da doutrina democrática.

Assim sendo, o termo participação desencadeia particularidades de significados, porém no sentido geral pode ser compreendido como o modo de pessoas estarem inclusas em processos existentes na sociedade ou aglomerado de pessoas em causas que possam conter benefícios coletivos, contando também como procedimento de interação com os demais.

Segundo Slotz (2019) pela vertente da sociologia a participação acarreta o seguimento de comportamento ativo ou passivo, ou seja, que passa por constantes ações participativas ou por processo de continuidade onde permanece na forma igualitária da situação como se encontra. Por outro lado, a participação no viés da ciência da política pode ser entendida como a democracia em causas decisórias em determinada sociedade.

Já a autora Gohn (2016, p. 16-17) separa em três níveis diferentes o modo como a participação pode ser compreendida:

O primeiro apresenta um alto grau de ambiguidade e varia segundo o paradigma teórico em que se fundamenta. O segundo, dado pelo nível político, usualmente é associado a processos de democratização (em curso, ou em lutas para sua obtenção), mas ele também pode ser utilizado como um discurso mistificador em busca da mera integração social de indivíduos, isolados em processos que objetivam reiterar os mecanismos de regulação e normatização da sociedade, resultando em políticas sociais de controle social. O terceiro, as práticas, relaciona-se ao processo social propriamente dito; trata-se das ações concretas, engendradas nas lutas, movimentos e organizações, para realizarem algum intento, ou participar de espaços institucionalizados na esfera pública, em políticas públicas. Aqui a participação é um meio viabilizador fundamental (GOHN, 2016, p.16-17).

Existem concepções que definem a existência de grupos de pessoas que fazem parte de um quadro participativo, porém sem autonomia de decisão ou expressão de opiniões, como também que não são totalmente participativos. Além disso, o seguimento

de participação pode ser considerado conclusivo quando os envolvidos têm a oportunidade de usufruir, interagir e opinar.

A respeito da participação nos dias atuais é preciso salientar o método de inclusão participativo mais voltado à relação da participação solidária, que abrange diversas faixas etárias como, crianças, jovens, adultos e idosos. Onde existem ações, programas ou trabalhos específicos - sejam eles voltados para a saúde, educação ou social - também existe o exercício da prática da participação. Segundo Bordenade (1994), quanto maior o nível e o grau de participação, mais necessária é a luta para alcançá-la.

Para Rego (2008), ao debater sobre participação social existe a necessidade de compreensão da relação entre cidadania e participação, isto é, o autor afirma que a participação social pode ser entendida como o ato de cidadania ativa. Destarte, segundo Assis, Kantorski e Tavares (1995) a participação social pode ser entendida também como algo direcionado a um determinado espaço social onde ocorre a comunicação, que pode ser relatado por um grupo diverso de pessoas.

Arnstein (1969) propõe uma tipologia da escada de participação cidadã, que define níveis de participação. Esses níveis estão ilustrados em forma de escada e cada degrau é representado por um nível no qual o cidadão - no quesito participação - tem influências sob tomada de decisões.

Degraus 1 e 2: “1.Manipulação”, “2. Terapia”, ambos os degraus estão descritos como “não-participativo”, onde engloba a não participação de nenhum processo, quais sejam de planejamento ou de conduzir programas, porém com a visão de que os envolvidos possam ser tomadores de decisão influentes podendo capacitar ou restabelecer os participantes.

Degraus 3 e 4: “3.Informação”, “4.Consulta”, estes, diferentemente do anterior, tem um avanço no ato de permissão e autorização, sendo limitada de permitir aqueles que são desprovidos ao ter o que ouvir e serem ouvidos, são os níveis de participação que se a participação for efetiva, assim surge a possibilidade de cidadãos garantirem exposição de opinião, ouvirem e ser ouvidos.

Degrau 5: “5. Pacificação” consiste no nível superior da concessão limitada de poder, pois permite aos “sem-nada” aconselhar os mais poderosos, entretanto sem contato com a prática decisória.

Degrau 6: “6. Parceria”, nível onde ocorre a parceria, podendo haver negociação dos envolvidos de igual para igual, diretamente com quem já teria esse acesso ao poder.

Degrau 7: “7. Delegação de Poder”, contato direto com a representação de poder.

Degrau 8: “8. Controle cidadão”, é quando o cidadão possui boa parte dos fóruns de tomada de decisão, ou até mesmo, na melhor das hipóteses, o poder gerencial.

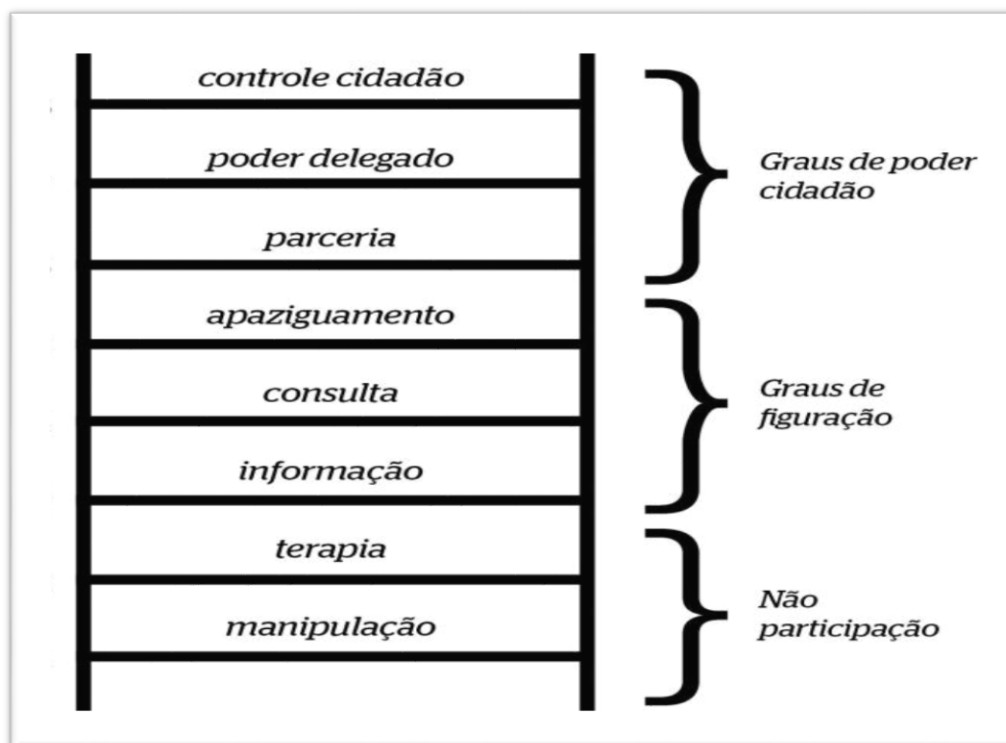


Figura 1. Escada da participação
Fonte: Adaptado de Arnstein (1969).

Cada degrau (Figura 1) demonstrado aqui de maneira simplificada tende a mostrar que existem 8 processos diferentes que levam ao exercício da participação cidadã, ou seja, graus bastante diferenciados de participação. Contudo, o próprio Arnstein (1969, p. 3) identificou problemas no que concerne as tipologias:

A escada contrapõe cidadãos sem poder com os poderosos para ressaltar as divisões básicas entre eles. Na verdade, nem os sem-nada nem os poderosos constituem blocos homogêneos. Cada grupo engloba uma grande gama de pontos de vista diferentes, divergências significativas, interesses encobertos que competem entre si e divisões em subgrupos. A justificativa para utilizar tais abstrações simplistas consiste em que, na maioria dos casos, os sem-nada realmente percebem os poderosos como sendo um "sistema" monolítico, e os grupos poderosos realmente tendem a ver os sem-nada como uma massa "daquelas pessoas", com pouca compreensão das diferenças de classe e casta existentes entre

elas. Deve ser ressaltado que a tipologia não inclui uma análise dos principais obstáculos para se alcançar níveis genuínos de participação.

Sagayo (2008), por sua vez, faz referência ao que seria a participação como resolução em caso de crise social, ou seja, “[...] é preciso saber que, por um lado, a participação é visto como o caminho que conduzirá os indivíduos ao exercício pleno de sua cidadania. O exercício político lhe permitirá emancipar-se e criar espaços de discussão que vão além da dicotomia deveres-direitos” (2008 p. 8-9), desse modo, o autor Ressalta que a sucessão da participação está de maneira ou outra interligada a um alto teor político.

Nesse sentido, importa para este trabalho a ideia de uma participação para além da dualidade “deveres-direitos”, ou seja, a participação enquanto prática de inclusão social de camadas menos favorecidas da sociedade, que neste trabalho será representada pela terceira idade.

3.PARTICIPAÇÃO NA TERCEIRA IDADE

A população velha tem conquistado cada vez mais visibilidade no cenário atual, sobretudo devido ao índice cada vez menor de mortalidade e maiores de longevidade. Neste sentido é possível perceber que o contexto da participação na terceira idade tem passado por um processo de desenvolvimento positivo, que se refere as constantes mudanças ocorridas, seja por meio da tecnologia e suas diversas possibilidades de interação social que englobam a participação de alguma maneira, seja através de programas sociais voltados para ampliar essa inclusão.

Para Yassuda e Silva (2010), foi por volta da década de 1960 e 1970 surgiu o interesse de teóricos e profissionais que dedicavam empenho em estudar e viabilizar o processo de envelhecimento inclusivo, o que também começou-se a evidenciar a importância da realização de programas voltados para os idosos, e que estes fossem criados com o objetivo não somente de inclusão, mas também como modo de levar aprendizado e ocupação, contribuindo ainda mais com o quadro de experiência de vida, tirando os mesmos da zona de conforto e podendo influenciar na redução de isolamento social (o isolamento pode estar relacionado a diversos fatores, sejam eles por motivos de saúde, condição física ou emocional).

Sendo que quando se trata da terceira idade a sociedade no geral tem a concepção de que é uma fase inteiramente para se dedicar ao repouso, com argumentos de que a disponibilidade e demais condições impossibilitam que os idosos levem a vida fora do ciclo comum, esperado para o auge da idade. Esta percepção, cabe ressaltar, parte dos próprios idosos que se sentem limitados a uma vida reclusa, aquém de uma rotina saudável e vívida praticada quando mais jovens (YASSUDA e SILVA, 2010).

Nota-se que a sociedade atual está sempre em constante processo de avanço, especialmente no que se refere a uma rotina que requer o máximo de esforço para obter resultados. Rápidas mudanças em um mundo globalizado intentam novas estratégias de sobrevivência no âmbito profissional, nas relações interpessoais, no manejo das tecnologias, etc. Por consequência, estes fatores desencadeiam uma auto exclusão para a população idosa que se encontram acudados com tais mudanças.

De acordo com Azeredo e Afonso (2016 apud SOUSA; FIGUREDO e CERQUEIRA, 2004, p. 315) vivemos em "[...] uma sociedade sem tempo para respirar

em que a preocupação com a produtividade e a prosperidade económica falam mais alto, remetendo os idosos para situações graves de solidão e exclusão”.

Importante ressaltar que os idosos de hoje já foram responsáveis no passado pela criação e sustento da família. A existência de uma hierarquia em tempos outrora, muita das vezes desrespeitada nos dias de hoje, acaba provocando desconforto ou o sentimento de inutilidade, sem contar o grande índice de idosos que não possuem vínculo familiar, agravando ainda mais o sentimento de exclusão social. O abandono por parte dos familiares acarreta um conjunto de consequências psicossociais irreversíveis para a vida dos idosos, materializado pelo surgimento de algumas patologias ou agravamento já existentes (AZEREDO e AFONSO, 2016 apud SOUSA; FIGUREDADO e CERQUEIRA, 2004).

Portanto, ressalta-se que a participação relacionada à terceira idade se difere substancialmente da participação comumente realizada na idade adulta, principalmente por ir muito além do interesse de fazer parte de um grupo de pessoas ou pela simples busca de resolver interesses comuns. Está mais associado a uma possibilidade de suavizar a realidade dos idosos, isto é, podendo agregar sentido na vida e na rotina destes. Em outras palavras importa cultivar o sentimento de se sentir útil, evitando casos mais graves como a depressão e fatores que estão ligados diretamente a exclusão social, inviabilizando, com efeito, os efeitos colaterais das mesmas. Neste contexto, é importante destacar algumas instituições que promovem o reestabelecimento social na terceira idade:

Instituições como o Serviço Social do Comércio (SESC) e, posteriormente, as Universidades Abertas para a Terceira Idade foram pioneiras na elaboração das primeiras iniciativas no Brasil, possibilitando que experiências desenvolvidas em países como a França pudessem ser transpostas para a realidade brasileira. Após cerca de 40 anos de atuação, as atividades desenvolvidas pelos centros de convivência, universidades abertas e escolas abertas passaram a ser difundidas entre os profissionais gerontólogos, pelos veículos de comunicação e pelas próprias pessoas que envelhecem como maneiras de alcançar a velhice bem-sucedida (YASSUDA e SILVA, 2010 apud DEBERT, 1999, p. 208)

Médicos especializados em gerontologia afirmam que o envolvimento efetivo nos programas sociais que promovam a participação dos idosos pode ter papel fundamental no bem-estar dos velhos, com benefícios a saúde física e resultados positivos

na saúde mental, assim como na expectativa de vida, no humor e relativização das dificuldades enfrentadas.

Para Ferreira e Barham (2011, p. 579) o envolvimento em atividades prazerosas é de fundamental importância para o aumento da qualidade de vida e para o bem-estar dos idosos. Estudos tem revelado que as práticas de atividades agradáveis operam como “[...] variável mediadora na prevenção e superação de desordens psicológicas, ajuda a lidar com os efeitos negativos de perda de funcionalidade, viuvez e pouco contato familiar, bem como prediz bem-estar físico e psicológico”.

4. UNIVERSIDADE DA MATURIDADE: EXPERIÊNCIA DE PARTICIPAÇÃO SOCIAL NA VELHICE

A Universidade da Maturidade (UMA) tem se constituído como um espaço de participação social que desenvolve projetos pedagógicos para pessoas acima de 45 anos. O objetivo do projeto consiste em trazer inclusão social para adultos e idosos haja vista que para ingressar na Universidade não é preciso passar por processo seletivo convencional tal como acontece no vestibular tradicional, ou saber ler e escrever. Dessa forma, leva-se em conta o conhecimento adquirido ao longo da vida como requisito principal para participação.

Desde a criação da UMA já foram formados mais de mil idosos em mais de dez anos de funcionamento. O curso tem duração de 18 meses com um total de 320 horas, constituído por três módulos. O intuito, além da interação social, é de que as atividades desenvolvidas possam contribuir com a qualidade de vida dos idosos, desempenhando atividades físicas, culturais e sociais. Por isso, as atividades da UMA se constituem como fator preponderante para que os beneficiados envelheçam de forma digna e saudável, em um lugar que se sintam acolhidos e em convívio social.

A iniciativa do projeto se deu perante a percepção de ausência de projetos educacionais que fossem voltados para o público adulto e idoso, principalmente. O Programa está presente em oito cidades do Tocantins, sendo: Palmas, Araguaína, Tocantinópolis, Miracema, Porto Nacional, Gurupi, Arraias e Brejinho de Nazaré. Pode ser encontrado também em Campina Grande – Paraíba, na Universidade Federal do Paraná (UFPA) e na Universidade Federal do Amapá (UNIFAP).

Apesar de no decorrer das aulas não seja recorrente provas avaliativas - assim como acontece nas universidades tradicionais -, os velhos se sentem estimulados a participar e aprender. Com efeito, na contramão do sistema, não são estimulados a competir, o que resulta em atividades lúdicas que estimulam a cooperação uns com os outros. Importa ressaltar que, ao final do curso, os alunos recebem o título de “Educadores Políticos Sociais do Envelhecimento” como forma de reconhecimento por todo esforço e aprendizado.

Outro fator preponderante no fomento a participação são as atividades extraclasse. Além da interação por meio da educação, a UMA também desenvolve atividades de lazer como passeios, eventos temáticos, encontros, seminários, caminhadas,

feiras tecnológicas, peças teatrais, viagens e outras series de eventos participativos. Tal como pode ser exemplificado pelas Figuras 2 e 3, abaixo, os participantes da UMA possuem atividades de inclusão que estão para além de uma vida pacata e solitária, recorrentemente experienciada na terceira idade.



Figura 2. Carnaval de 2020.

Fonte: Página do *Facebook*, UMA (2020).



Figura 3. Festa Junina realizada em 2019.

Fonte: Página do *Facebook*, UMA (2020).

Nota-se que no geral a participação social na terceira idade é uma participação espontânea. Espontânea no sentido de que não se espera determinadas ações na velhice, assim como acontece na participação cidadão exercida pelos sujeitos em plenos direitos civis. A participação social tida como o exercício da cidadania ativa (ARNSTEIN, 1969;

REGO, 2008), na terceira idade, toma outro significado à medida que se torna um instrumento de melhoria do bem-estar social e da saúde.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este trabalho permitiu refletir sobre a condição de inclusão social dos velhos sobre três espectros: i) da mais isolada, ou seja, aquela em que são abandonados por seus familiares em condições precárias de sobrevivência ou em asilos; ii) passando pelos que estão em contato constante com seus familiares e possuem oportunidades de participar de eventos domésticos casuais ou até mesmo ir a restaurantes e confraternizações externas; iii) até os mais inseridos na sociedade, aos quais, tem na participação social extrafamiliar uma parte importante do seu tempo investido.

Nesse sentido, a pesquisa versou sobre como a participação social na velhice pode ser fator relevante na condição de saúde mental e física dos idosos ao passo que, via de regra, consiste em uma faixa etária que já não mais possuem seus afazeres e a rotina de trabalho de antes. A participação cívica e cidadã esperada na idade adulta já não se faz tão presente na terceira idade. Por consequência, os espaços de participação social na velhice são mais restritos, quando não, limitados ao extremo. Não obstante, ainda assim, a participação social na velhice pode ser considerada como fator de empoderamento devido a oportunidade de estar em espaços públicos pouco ocupados na terceira idade.

Vale ressaltar, por fim, que a viabilização da participação social na velhice por meio de políticas públicas, projetos de extensão, eventos nas igrejas, entre outras iniciativas, não está ligado apenas ao fato de incluí-los em grupos sociais visando atividades lúdicas e pedagógicas. Está associado também ao aumento da qualidade de vida e na melhora da expectativa de vida. Contribui para o aumento da felicidade, traz motivação pessoal e retoma alguns aspectos da vida saudável que são subtraídos com o avançar da idade.

REFERÊNCIAS

ARNSTEIN, S. R. A Ladder of Citizen Participation. **Journal of the American Institute of Planners**, v. 35, n. 4, 1969.

ASSIS, M. M. A; KANTORSKI; L; TAVARES, J. L. Participação social: um espaço em construção para a conquista da cidadania. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 48, n. 4, Brasília, 1995.

BORDENAVE, J. E. D. **O que é participação?** São Paulo: Brasiliense, 1994.

FERREIRA, Heloísa Gonçalves; BARHAM, Elizabeth Joan. O Envolvimento de idosos em atividades prazerosas: Revisão da Literatura sobre Instrumentos de Aferição. **Revista Brasileira de Geriatria Gerontologia**, v. 14 n. 3, 2011.

GOHN, M. da G. **Teorias sobre a participação social: desafios para a compreensão das desigualdades sociais.** Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-98232011000300017. Acesso em: 18 de nov.2020.

REGO, W. L. Aspectos teóricos das políticas de cidadania: Uma aproximação ao bolsa família. **Lua Nova**, São Paulo, n. 73, 2008.

SÁ AZEREDO, NETO AFONSO. **Solidão na perspectiva do idoso.** Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/rbagg/v19n2/1809-9823-rbagg-19-02-00313.pdf>. Acesso em: 20 de nov. 2020.

SAYAGO, D. Participação: olhar para fora ou olhar para dentro? **Ra Ximhai**, v. 4, n. 3, 2008.

STOTZ, E. N. Participação Social. Dicionário da Educação Profissional em Saúde, Fundação Oswaldo Cruz, Rio de Janeiro, 2009. Disponível em: <http://www.sites.epsjv.fiocruz.br/dicionario/verbetes/parsoc.html>. Acesso em: 18 de nov.2020.

UMA - Universidade da Maturidade: Carnaval de 2020. Página do Facebook, disponível em <https://www.facebook.com/universidadematuridade/photos/a.1768263703433241/2534901910102746>. Acesso em: 27 de nov. 2020.

UMA - Universidade da Maturidade: **Envelhecer direito.** Disponível em: <https://envelhecerdireito.wordpress.com/2017/06/02/uma-universidade-da-maturidade/> Acesso em: 25 de nov.2020.

UMA - Universidade da Maturidade: Festa Junina de 2020. Página do Facebook, disponível em: <https://www.facebook.com/universidadematuridade/photos/a.1768263703433241/2329286493997623>. Acesso em: 28 de nov. 2020.

UMA - Universidade da Maturidade: **Uma Proposta De Educação Para Adultos E Velhos** Disponível em: <https://transforma.fbb.org.br/tecnologia-social/universidade-da->

maturidade-uma-proposta-de-educacao-para-adultos-e-velhos. Acesso em: 25 de nov.2020.

YASSUDA, M. S; SILVA, H. S. Participação em programas para a terceira idade: impacto sobre a cognição, humor e satisfação com a vida. **Estudos de Psicologia, Campinas**, v. 27, n. 2, 2010.