

**UNIVERSIDADE DE TAUBATÉ**

**Isa Omena Machado de Freitas**

**EMPODERAMENTO E ESTRATÉGIAS DE  
ENFRENTAMENTO UTILIZADAS PELOS  
ACADÊMICOS DA UNIVERSIDADE DA  
MATURIDADE DA UNIVERSIDADE FEDERAL  
DO TOCANTINS**

**Taubaté - SP**

**2013**

**UNIVERSIDADE DE TAUBATÉ**

**Isa Omena Machado de Freitas**

**EMPODERAMENTO E ESTRATÉGIAS DE  
ENFRENTAMENTO UTILIZADAS PELOS  
ACADÊMICOS DA UNIVERSIDADE DA  
MATURIDADE DA UNIVERSIDADE FEDERAL  
DO TOCANTINS**

Dissertação apresentada para obtenção do Título de Mestre em Gestão e Desenvolvimento Regional do Programa de Pós-Graduação em Administração do Departamento de Economia, Contabilidade e Administração da Universidade de Taubaté.

Área de Concentração: Planejamento, Gestão e Avaliação do Desenvolvimento Regional

Orientador: Profa. Dra. Nancy Julieta Inocente

**Taubaté - SP**

**2013**

**ISA OMENA MACHADO DE FREITAS**

**EMPODERAMENTO E ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO UTILIZADAS  
PELOS ACADÊMICOS DA UNIVERSIDADE DA MATURIDADE DA  
UNIVERSIDADE FEDERAL DO TOCANTINS**

Dissertação apresentada para obtenção do Título de Mestre em Gestão e Desenvolvimento Regional do Programa de Pós-Graduação em Administração do Departamento de Economia, Contabilidade e Administração da Universidade de Taubaté.

Área de Concentração: Planejamento, Gestão e Avaliação do Desenvolvimento Regional

Data: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

Resultado: \_\_\_\_\_

**BANCA EXAMINADORA**

Profa. Dra. Nancy Julieta Inocente

Universidade de Taubaté

Assinatura \_\_\_\_\_

Profa. Dra. Adriana Leônidas de Oliveira

Universidade de Taubaté

Assinatura \_\_\_\_\_

Profa. Dra. Neila Barbosa Osório

Universidade Federal do Tocantins

Assinatura \_\_\_\_\_

Dedico ao meu primogênito Gustavo por sempre me apoiar e se privar de muitos momentos de lazer para que eu conseguisse concluir este trabalho.

## AGRADECIMENTOS

Agradeço à minha mãe e ao meu caçula Luís pelo suporte durante este curso.

À Universidade da Maturidade – UMA/UFT por permitir a realização desta pesquisa e aos respondentes dos questionários que contribuíram não só para a conclusão do trabalho, como também para a produção de conhecimentos.

À minha orientadora Profa. Dra. Nancy Julieta Inocente que, com carinho, muita paciência, sabedoria e ensinamentos, guiou-me durante o desenvolvimento deste trabalho.

Aos professores do Programa de Pós-graduação em Administração do Departamento de Economia, Contabilidade e Administração da Universidade de Taubaté que tanto contribuíram para meu enriquecimento intelectual, em especial ao Prof. Dr. José Luís Gomes da Silva e às Professoras Doutoras Adriana Leônidas de Oliveira, Mônica Carniello e Marilsa de Sá Rodrigues Tadeucci, que me ajudaram com seus sábios comentários.

À minha Profa. Dra. Neila Barbosa Osório, coordenadora nacional da Universidade da Maturidade e professora da Universidade Federal do Tocantins – UFT, por tanto ensinar e despertar sobre a importância dos idosos.

À Profa. Mestra Lorene Guirado que, ciosa e acuradamente, fez a análise estatística dos dados.

Aos meus colegas do Mestrado da Turma XVA, pelo companheirismo, e em especial ao Virgilio Ricardo Coelho Meirelles pelo apoio e incentivo durante este processo de formação.

O idoso conserva suas faculdades  
se mantiver vivos seus interesses

Marcus Tullius Cicero

(106 a.C – 43 a.C).

## RESUMO

Este trabalho tem como objetivo caracterizar o empoderamento dos acadêmicos da Universidade da Maturidade (UMA) da Universidade Federal do Tocantins (UFT) e quais as estratégias de enfrentamento que utilizam para lidar com os desafios do cotidiano na fase do envelhecimento humano. Para alcançar este propósito o presente estudo é descritivo, de abordagem quantitativa e qualitativa na forma de estudo de caso. Utilizou-se para a pesquisa quantitativa os seguintes instrumentos: Questionário de Identificação da Amostra (QIA) e o Inventário de Estratégias de Enfrentamento (*Coping*) de Lazarus e Folkman (IEC), validado para o Brasil por Savoia (1999). A estratégia metodológica para a pesquisa qualitativa foi o Grupo Focal. A amostra estudada foi composta de dezoito idosos, sem perda ou anormalidades mentais, de ambos os sexos, acima de sessenta anos, alunos da Universidade da Maturidade da cidade de Palmas/TO. No perfil sociodemográfico as características que predominaram foram: 66% dos idosos participantes tem de 66 a 70 anos, do sexo feminino, nascidos no nordeste, com ensino fundamental incompleto e ensino médio completo, solteiras, com três filhos, morando sozinhas e participantes de algum grupo, 66% dos participantes pertencentes conforme a Classificação Econômica Brasil ao estrato C1. Na análise das estratégias de enfrentamento (*Coping*), os resultados indicaram as seguintes estratégias de enfrentamento positivas: resolução de problemas, do autocontrole, do suporte social, da reavaliação positiva com o uso de 100% entre os participantes. Enquanto que, os resultados, quanto às estratégias de enfrentamento negativas, os mais freqüentes foram: confronto (83,33%), esquiva (66%), aceitação de responsabilidade (50%) e fuga (100%). Quanto aos resultados do grupo focal, alguns participantes se percebem com poder, empoderados devido à sua participação em instituições governamentais, como Exército e secretarias do Poder Executivo, e outros idosos, depois de haver entrado no curso de formação acadêmica da UMA/UFT, que é um curso de qualificação. A maioria dos participantes acredita ter força interna motivadora e insere Deus como agente fornecedor de força e circunstâncias. Conclui-se que acreditam que têm poder e boa capacidade para resolução/operacionalização de problemas. Os participantes da região Sul e de algum grupo, dentre os entrevistados, são os que gerenciam melhores as estratégias para enfrentar seus problemas. Como a UMA é um curso de 18 meses de duração, interessante seria fazer um estudo longitudinal com uma turma de acadêmicos da UMA sobre empoderamento a cada seis meses. Sugere-se, para novos

estudos, saber como o idoso empoderado vem aplicando poder em outras áreas de sua vida e, também, se há impacto em seus descendentes.

Palavras-chave: Empoderamento. Estratégias de Enfrentamento. Idosos.

## **ABSTRACT**

### **EMPOWERMENT AND COPING STRATEGIES UTILIZED BY ACADEMICIANS OF UNIVERSIDADE DA MATURIDADE OF UNIVERSIDADE FEDERAL DO TOCANTINS**

This work has as objective to feature the empowerment of academicians of Universidade da Maturidade (UMA) from Universidade Federal do Tocantins (UFT) and the coping strategies they use to deal with daily challenges on the human aging process stage. To reach this purpose the study presented is descriptive, with quantitative and qualitative approaches in a case study form. It was utilized to the quantitative research the following instruments: Questionary of Sample Identification (QSI) and the Inventory of Coping Strategies (ICS) by Lazarus and Folkman, agreed for Brazil by Savoia (1999). The methodological strategy to the qualitative research was the Focal Group. The studied sample was composed by eighteen elderly, with no abnormalities or mental handicap, from both sexes, above sixty years old, students of the Universidade da Maturidade of Palmas/TO city. On the socio-demographic profile the characteristics that predominated were: 66% of the participating elderly were from 66 to 70, of the female gender, born in the Northeast, with uncompleted elementary school and completed high school, single, with 3 children, living alone and participating on some group, 66% of the participating belonging to the C1 stratum, according to Classificação Econômica Brazil. On the analysis of coping strategies, the results indicated the following positive coping strategies: solution of problems, of self-control, of social support, of positive re-evaluation with a use of 100% among the participants. Meanwhile that, the results about the negative coping strategies, the more frequently used were: handling (83, 33%), dodging (66%), responsibility acceptance (50%) and retreat (100%). About the Focal Group results, some participants realize themselves with power, empowered due to their participation in governments' institutions, as the Army and secretariats on the Executive Branch, and other elderly, after joining the academic course of UMA/UFT, which is a qualification course. Most of the participants believe having a motivating inner force and insert God as supplier agent of strength and circumstances. It is concluded that they believe having power and good capacity to resolution/handling problems. The southerner and participating of some group, among the interviewees, are the ones that better manage strategies to overcome their problems. As the UMA is an 18 month course, it would be interesting to do a longitudinal study with the same academician class of UMA about empowerment every six months. It is suggested, to

upcoming studies, to know how the empowered elderly has been applying power on other sectors of his life, and if it has impact on his descendents, too.

Keywords: Empowerment. Coping Strategies. Elderly.

## LISTA DE FIGURAS

Figura 1 – Mapa do Tocantins.....	46
Figura 2 – Mapa de Palmas/TO (2004). ....	47
Figura 3 – Sede da UMA/UFT em Palmas/TO (2013).....	48
Figura 4 – Acadêmicos da UMA/UFT assistindo aula (2013) .....	49
Figura 5 – Laboratório de informática da UMA/UFT (2013) .....	50
Figura 6 - Acadêmicos da UMA/UFT em apresentação de dança aula (2012).....	80
Figura 7 - Acadêmicos da UMA/UFT no Congresso Pensar 2012 em Palmas/TO .....	81

## LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1 – População residente, por sexo e grupos de idade, segundo as Grandes Regiões e as Unidades da Federação .....	21
Gráfico 2 - Distribuição dos participantes quanto à idade.....	52
Gráfico 3 - Distribuição dos participantes quanto ao sexo .....	52
Gráfico 4 - Distribuição dos participantes quanto à região do Brasil onde nasceu .....	53
Gráfico 5 - Distribuição dos participantes quanto à escolaridade .....	54
Gráfico 6 - Distribuição dos participantes quanto ao estado civil .....	55
Gráfico 7 - Distribuição dos participantes quanto ao tempo de casamento/união estável	55
Gráfico 8 - Distribuição dos participantes quanto à idade do cônjuge/ companheiro ....	56
Gráfico 9 - Distribuição dos participantes quanto ao número de filhos .....	57
Gráfico 10 - Distribuição dos participantes quanto aos residentes no domicílio .....	57
Gráfico 11 - Distribuição dos participantes quanto à participação em grupos além da UMA/UFT .....	58
Gráfico 12 - Distribuição dos participantes quanto à sua classificação econômica .....	59

## LISTA DE QUADROS

Quadro 1 - Critério de Classificação Econômica Brasil (CCEB) .....	37
Quadro 2 – Estratos de Classificação Econômica .....	38
Quadro 3: Recomendações a partir do planejamento e condução das sessões de Grupo Focal .....	40
Quadro 4 - Classificação econômica .....	59
Quadro 5: Relação das variáveis sócio-demográficas com as 08 variáveis do estudo e os respectivos p-valor. O sinal negativo (-) representa uma relação negativa e o sinal positivo (+) representa uma relação positiva.....	68
Quadro 6 - proporção e valor absoluto das respostas de cada uma das 65 estratégias de enfrentamento, com a respectiva Estatística Qui-Quadrado e o p-valor .....	70
Quadro 7: Perfil dos entrevistados.....	74
Quadro 8 - Categoria de Análise 01: Conceito do acadêmico sobre empoderamento ...	75
Quadro 9 - Categoria de Análise 02: Reação do acadêmico aos problemas que surgem em seu dia a dia.....	76
Quadro 10 - Reação do acadêmico quando surge um problema em sua rua ou bairro ..	77
Quadro 11: Considerar sua resolução de problemas como exemplo.....	78

## SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	15
1.1 Problema.....	17
1.2 Objetivos.....	17
1.2.1 Objetivo Geral .....	17
1.2.2 Objetivos Específicos .....	17
1.3 Delimitação do estudo .....	18
1.4 Relevância do estudo .....	18
1.5 Organização do trabalho .....	19
2 REVISÃO DA LITERATURA .....	20
2.1 Do envelhecer humano .....	20
2.2 Do empoderamento do idoso.....	26
2.3 Das estratégias de enfrentamento ou <i>coping</i> .....	31
3 MÉTODO .....	34
3.1 Tipo de pesquisa .....	34
3.2 Área de realização .....	35
3.3 População e amostra .....	36
3.4 Instrumentos .....	37
3.4.1 Questionários de Identificação da Amostra (QIA).....	37
3.4.2 Inventário de Estratégias de Enfrentamento.....	38
3.4.3 Grupo Focal .....	39
3.5 Procedimento para coleta de dados .....	41
3.6 Procedimento para análise de dados.....	42
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO .....	46
4.1 Apresentação da Unidade de Caso .....	46
4.1.1 Caracterização do Perfil Sócio Demográfico dos participantes que responderam aos questionários e participaram do Grupo Focal (GF).....	51
4.1.2 Resultados do Inventário de Estratégias de Enfrentamento ( <i>Coping</i> ) de Lazarus e Folkman (IEC).....	60
4.2 Da Análise qualitativa .....	73
4.2.1 Perfil sociodemográfico da Amostra .....	73
4.2.2 Da análise do Grupo Focal .....	75
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS .....	82
REFERÊNCIAS .....	84

## 1 INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas, o envelhecimento populacional constituiu um fato marcante para as sociedades atuais, impondo mudanças nos modos de pensar e viver a velhice na sociedade (BRASIL, 2010) exigindo ações de caráter, prevenção e manutenção da qualidade de vida. A população idosa no Brasil passou a ter a garantia dos direitos conforme a Lei 10.741, de 1º de outubro de 2003. Instituiu-se o Estatuto do Idoso que serve como guia essencial para que as políticas públicas sejam cada vez mais adequadas ao processo de re-significação da velhice (BRASIL, 2010).

No Brasil é considerada idosa a pessoa com 60 anos ou mais, enquanto que, nos países desenvolvidos é aquele que tem 65 anos ou mais segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS, 2013) e, denominados longevidade quando estão mais idosos ou idosos em velhice avançada quando acima de 80 anos.

No entanto, a mudança demográfica com o aumento da expectativa de vida traz a necessidade de se promover um envelhecimento ativo e saudável, com fortalecimento dos idosos em sua comunidade, sendo hoje mais de 12% da população brasileira, idosa. Tal fator implicará em adequações das políticas sociais, voltadas para atender às crescentes demandas nas áreas da saúde, previdência e assistência social (BRASIL, 2010).

O *Empowerment*, palavra da língua inglesa, traduzida no Brasil como empoderamento ou fortalecimento, implica em uma diversidade de sentidos atribuídos ao termo indicando o caráter polissêmico e complexo (BAQUERO, 2012). O termo favorece a ideia de que as pessoas podem tornar-se agentes de seu próprio desenvolvimento, auto-determinação, participação, mobilização e auto-confiança.

O conceito de empoderamento é aplicável em várias áreas do conhecimento, como: educação, sociologia, serviço social, psicologia comunitária, administração, economia, saúde, desenvolvimento comunitário, ciência política, saúde pública (GOHN, 2004; BAQUERO, 2012). Também é aplicado em diferentes espaços de ação social, como: famílias, comunidades, escolas, grupos minoritários. Constitui-se em ferramenta de governos, organizações da sociedade civil e agências de desenvolvimento, direcionadas para a melhoria da qualidade de vida, prestação de serviços e responsabilidade social (NARAYAN, 2002 apud BAQUERO, 2012).

Segundo Baquero (2012), os debates sobre empoderamento apontam para duas dimensões: a educativa e a política que orientam as distintas concepções e ações de

empoderamento. Sendo educativa a absorção interna do poder, a internalização e a política, a exteriorização do poder.

Em relação às modalidades de empoderamento, a primeira modalidade é o empoderamento formal que ocorre quando instituições formais, como governos e empresas, propiciam mecanismos para que o público interaja com elas e influencie suas decisões. A segunda modalidade é o empoderamento instrumental na qual o indivíduo participa e influencia um processo de tomada de decisão ao empregar conhecimento relevante, recursos materiais e habilidade de persuasão. Por fim, o empoderamento substantivo é o que refere-se à habilidade em tomar decisões que resolvam os problemas ou produzam os resultados desejados (RICH et al., 2005 apud HOROCHOVSKI ; MEIRELLES, 2007).

Dessa maneira, o empoderamento, segundo Horochovski e Meirelles (2007), ocorre quando indivíduos se *autopercebem* com recursos que lhes permite influir nos mesmos e controlar os cursos de ação que lhes afetam.

O empoderamento de cidadãos idosos é visto como um processo de construção social que relaciona forças individuais, capacidades e competências. Em nível individual pode ser alcançado por meio de participação em organizações comunitárias e ativado por animadores externos como professores, líderes, agentes sociais.

Observa-se uma relação entre empoderamento e estratégias de enfrentamento. As estratégias de enfrentamento são consideradas por Fernandes e Inocente (2010) como um conjunto de estratégias utilizadas pelas pessoas para se adaptarem a circunstâncias adversas. “Ao ampliar o repertório de estratégias de enfrentamento, as pessoas podem se tornar mais hábeis para lidar bem com as dificuldades e aprender quais os tipos de estratégias que podem ajudá-las a atingir seus objetivos” Neri (2005) apud Fernandes e Inocente (2010, p. 03).

Esta pesquisa tem como questão central a caracterização do empoderamento dos idosos acadêmicos da UMA/UFT e quais as estratégias de enfrentamento que utilizam para lidar com os desafios do cotidiano na fase do envelhecimento humano. A presente se propõe a investigar o assunto, por isso seus objetivos serão caracterizar o empoderamento do idoso e suas estratégias de enfrentamento, sendo que especificamente irá conhecer o perfil sociodemográfico e a classificação econômica dos participantes, detectar o empoderamento individual destes idosos e identificar as estratégias de enfrentamento utilizadas por eles. O tema limitar-se-á a estudá-los no âmbito do empoderamento e estratégias de enfrentamento.

Intentando maior entendimento e melhor aprofundamento do assunto a revisão de literatura é sobre o idoso, o empoderamento e estratégias de enfrentamento. Como não seria possível uma área de realização tão larga e aberta, para responder à esta pergunta, optou-se

por pesquisar em Palmas/TO, tendo como amostra dezoito indivíduos sem perda ou anormalidades mentais, de ambos os sexos, acima de sessenta anos, alunos da Universidade da Maturidade. A unidade de caso é a Universidade da Maturidade (UMA) da Universidade Federal do Tocantins (UFT). *Campus Palmas*, criada em 2006. A UMA tem um projeto pedagógico criado em 2006 com 340 horas/aula de carga horária com duração de dezoito meses, divididos em três módulos, com grade curricular. Os acadêmicos que cumprirem o programa integralmente recebem a declaração de Educador Político Social do Envelhecimento.

## **1.1 Problema**

Como se caracteriza o empoderamento dos acadêmicos da UMA/UFT e quais as estratégias de enfrentamento que utilizam para lidar com os desafios do cotidiano na fase do envelhecimento humano?

## **1.2 Objetivos**

### **1.2.1 Objetivo Geral**

Caracterizar o empoderamento do acadêmico da UMA/UFT e as estratégias de enfrentamento que utilizam para lidar com os desafios do cotidiano na fase do envelhecimento humano.

### **1.2.2 Objetivos Específicos**

- a) Conhecer o perfil sociodemográfico e a classificação econômica dos idosos acadêmicos pesquisados;

- b) Identificar o empoderamento destes idosos;
- c) Identificar as estratégias de enfrentamento utilizadas por estes idosos;
- d) Relacionar as variáveis empoderamento e as estratégias de enfrentamento dos participantes.

### **1.3 Delimitação do estudo**

Este estudo limitar-se-á a estudar dezoito idosos da Universidade da Maturidade (UMA) da Universidade Federal do Tocantins (UFT), funcionais, no âmbito do empoderamento e estratégias de enfrentamento que utilizam para lidar com os desafios do cotidiano na fase do envelhecimento humano.

### **1.4 Relevância do estudo**

Esta pesquisa se faz relevante, visto que, desde sempre a velhice existiu, contudo, atualmente, tanto o Brasil quanto o resto do mundo, percebe que o rápido crescimento da quantidade de pessoas idosas e o aumento da expectativa de vida será um problema, não só econômico como social. Assim, necessário faz-se estudos que analisem a participação dos idosos em seus contextos. Segundo Freitas, Queiroz e Sousa (2010) e também Teixeira (2002) o estudo deste segmento da população é não só premente, como imprescindível, tendo em vista o crescimento de sua quantidade numérica e consequente participação nos nichos sociais.

O interesse da pesquisadora pelo estudo surgiu, por ser professora, por ter formação em Direito e ministrar aulas sobre os direitos (e deveres) dos idosos, disciplina da grade curricular da UMA/UFT do *campus* Palmas.

Também, o tema empoderamento e estratégias de enfrentamento são muito utilizados na área da saúde, mas não na área das ciências sociais.

Ademais, há poucos estudos, envolvendo os dois temas com idosos no Brasil.

## **1.5 Organização do trabalho**

O trabalho será organizado da seguinte forma:

No primeiro capítulo, apresenta-se a introdução, problema, objetivos, delimitação, relevância e a organização do trabalho.

No segundo capítulo, apresenta-se a revisão de literatura sobre Idoso, Empoderamento e Estratégias de Enfrentamento.

No terceiro capítulo, apresenta-se o método adotado.

No quarto capítulo, os resultados e a discussão.

No quinto capítulo, as considerações finais.

## **2 REVISÃO DA LITERATURA**

Este capítulo aborda os aspectos relacionados ao idoso, empoderamento e estratégias de enfrentamento. A primeira seção irá expor a definição de idoso e a sua relevância para a sociedade. Na segunda seção será analisado o conceito de empoderamento dado por vários autores e qual será o utilizado por este trabalho. A terceira e última seção abordará estratégias de enfrentamento, seu conceito e quais tipos de abordagens utilizadas pelas pessoas para reagir aos problemas que surgem.

### **2.1 Do envelhecer humano**

O envelhecimento, atualmente, está sendo considerado como um processo de adaptação condicionado com o interagir dos fatores genéticos, biológicos e também socioculturais.

A palavra “idoso” será a utilizada ao longo pesquisa por ter sido a nomenclatura escolhida pela Constituição da República Federativa do Brasil (CRFB) de 1988, em seu artigo 230. “A família, a sociedade e o Estado têm o dever de amparar as pessoas idosas, assegurando sua participação na comunidade, defendendo sua dignidade e bem-estar e garantindo-lhes o direito à vida.” Os conceitos de ser idoso hoje são acerca dos conhecimentos de senso comum e científicos sobre esta etapa da vida humana.

Segundo Resende (2001) no ocidente, até a década de sessenta do século passado, tanto para leigos como para profissionais, o que se sobressaía era o entendimento negativo sobre a velhice. Contudo, tentou-se sempre amenizar os efeitos do envelhecer, estender os anos de vida e aumentar a fase da juventude. Estes desejos obtiveram importância na ciência e nas sociedades quando o envelhecimento global e a expectativa de um envelhecimento com qualidade começaram a surgir em vários países, desde então, cresce o número de indivíduos e comunidades investindo num envelhecer saudável, ou ao menos reconhecendo a necessidade de que assim seja.

De acordo com Teixeira (2002), o envelhecimento em grande escala é um fato que não pode mais ser contestado. As pessoas estão vivendo cada vez mais tempo, o que resultará num aumento populacional dos acima dos sessenta anos.

E não somente isto, segundo Schirmacher (2005), por trás dessa nova demografia, há o aumento da expectativa de vida combinado com a diminuição da natalidade, de forma que a dinâmica de todos os povos será caracterizada pelas mortes e não mais pelos nascimentos.

Isto poderá vir a acarretar tanto numa mutação dos valores éticos quanto na maneira do refletir o processo de envelhecer.

Utilizando dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) de 2010, o Brasil possui um total de 190.755,799 como população residente sendo que 20.590,597 milhões de pessoas idosas (Gráfico 1) e que a taxa de natalidade está abaixo do nível de reposição populacional, fazendo com que hoje em dia haja um crescimento sistemático e duradouro dando ao país uma faixa representativa de idosos.

#### Distribuição da população por sexo, segundo os grupos de idade

BRASIL - 2010

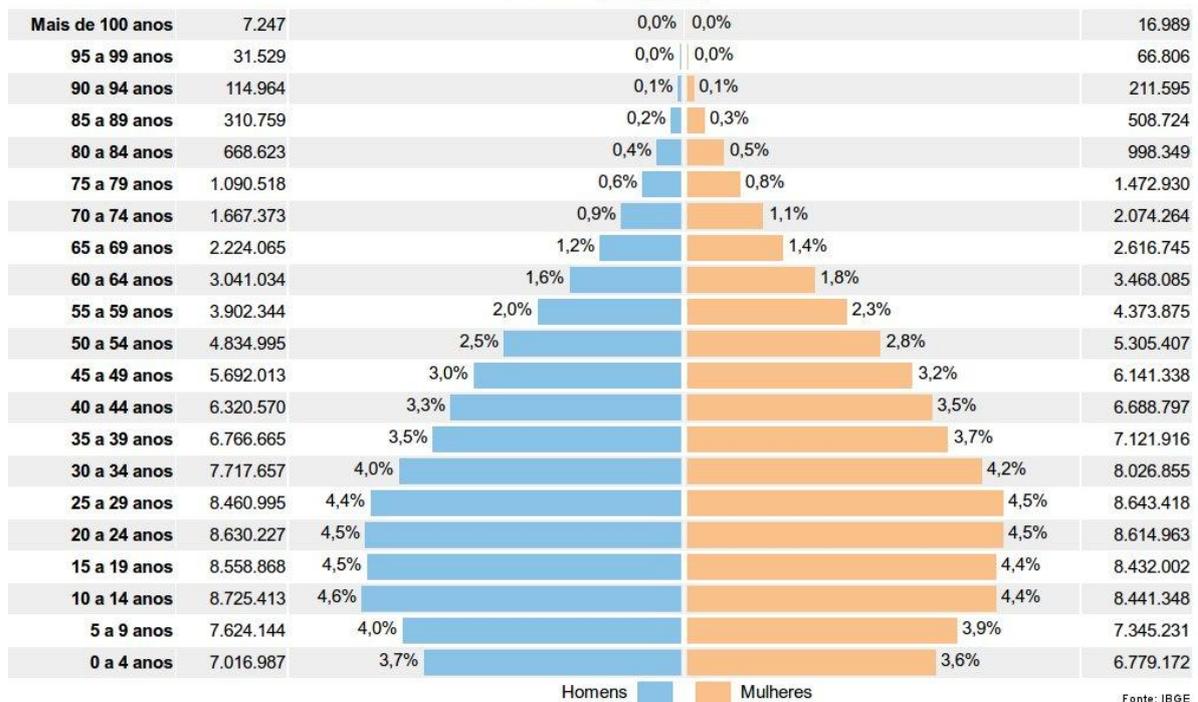


Gráfico 1 – População residente, por sexo e grupos de idade, segundo as Grandes Regiões e as Unidades da Federação

Fonte: Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) – 2010

Enquanto o número de pessoas entre 0 a 14 anos diminuiu, no período analisado entre o ano de 2000 e 2010, de 29,5% da população para 24,2%; o número de pessoas acima dos sessenta anos passou de 8,5% da população residente em 2000 para 11,0% em 2010. (IBGE, 2010).

Ainda, segundo o Censo de 2010 da Fundação Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) há 9.978 idosos moradores em Palmas/TO (IBGE, 2010).

Tabela 1 - População residente, por situação do domicílio e sexo, segundo os grupos de idade – Brasil. 2010

## Resultados do Universo do Censo Demográfico 2010

## População residente, por situação do domicílio e sexo, segundo os grupos de idade - Brasil – 2010

Grupos de idade	População residente								
	Total	Homens	Mulheres	Situação do domicílio e sexo					
				Urbana			Rural		
				Total	Homens	Mulheres	Total	Homens	Mulheres
Total	190 755 799	93 406 990	97 348 809	160 925 804	77 710 179	83 215 625	29 829 995	15 696 811	14 133 184
60 a 64 anos	6 509 120	3 041 035	3 468 085	5 474 944	2 479 882	2 995 062	1 034 176	561 153	473 023
65 a 69 anos	4 840 810	2 224 065	2 616 745	4 040 016	1 792 798	2 247 218	800 794	431 267	369 527
70 a 74 anos	3 741 636	1 667 372	2 074 264	3 142 173	1 349 329	1 792 844	599 463	318 043	281 420
75 a 79 anos	2 563 447	1 090 517	1 472 930	2 174 038	889 908	1 284 130	389 409	200 609	188 800
80 a 84 anos	1 666 972	668 623	998 349	1 423 603	546 865	876 738	243 369	121 758	121 611
85 a 89 anos	819 483	310 759	508 724	695 385	251 112	444 273	124 098	59 647	64 451
90 a 94 anos	326 558	114 964	211 594	273 348	90 960	182 388	53 210	24 004	29 206
95 a 99 anos	98 335	31 529	66 806	81 121	24 365	56 756	17 214	7 164	10 050
100 anos ou mais	24 236	7 247	16 989	19 766	5 562	14 204	4 470	1 685	2 785

Fonte: IBGE (2010)

No Brasil, além da CRFB (1988) lhes proporcionar tutela jurídica, há inclusive uma lei específica para estas pessoas a 10.741/03. Conhecida como Estatuto do Idoso.

Além disso, no Brasil, por meio da Lei 8.212/91, que dispõe sobre a organização da Seguridade Social, em seu artigo terceiro, “A Previdência Social tem por fim assegurar aos seus beneficiários meios indispensáveis de manutenção, por motivo de incapacidade, idade avançada...”. e artigo quarto, “A Assistência Social é a política social que provê o atendimento das necessidades básicas, traduzidas em proteção à família, à maternidade, à infância, à adolescência, à velhice...”. O Instituto Nacional de Seguridade Social (INSS) cuida hoje, daqueles que são considerados economicamente improdutivos, possibilitando assim que estas pessoas não necessitem ser isoladas para morrer em prol da sobrevivência dos demais.

Por não ocorrer isto somente no Brasil, atualmente, existem diversos países que começaram a fazer legislação específica e/ou políticas públicas para proteção de seus idosos. Tais como: Alemanha, Austrália, Canadá, Espanha, Estados Unidos, França e Inglaterra, segundo a Agência Nacional de Saúde (ANS, 2010).

Conforme entendimento de Lima (2006), o envelhecimento é a última fase do ciclo de vida de um ser. Para ele, nem todos envelhecem da mesma forma. Diferenças pessoais, nível cultural, ambiente doméstico, opinião de si próprio, são fatores contributivos para a chegada da velhice. Cumpre observar que, o envelhecimento humano pode ser produto da história de cada um e de qual forma se caminhou em sua trajetória vivencial.

O percurso do envelhecimento humano para Moreira e Nogueira (2008) é um evento que apresenta qualidades diferentes paralelamente à cultura, o tempo e espaço compõem as trajetórias das vidas individuais, sociais e culturais. Assim, o caminho do envelhecer ultrapassa mudanças biopsicossociais ao mesmo tempo que apresenta suas facetas destacadas pelo nível de sua classe social, cultural, e também as condições sociais, econômicas e sanitárias do indivíduo ou da comunidade onde se insere.

Diante disso, Freitas, Queiroz e Sousa (2010) dizem que a velhice deve ser amplamente analisada já que é, concomitantemente, um fenômeno biológico com consequentes resultados psicológicos e considerando-se que alguns comportamentos são abordados como típicos da velhice. Assim, como em todas as situações humanas, a velhice possui uma dimensão existencial que modifica a relação do ser com o tempo, alterando suas relações com o mundo e sua própria história.

Para Sikota e Brêtas (2012) as perdas relacionadas durante a velhice, como perda de disposição física, pessoas estimadas, às vezes de dependência filial, entre outras, exigem um período de adaptação, o que pode não ser fácil. Atitudes otimistas e ocupação com algo produtivo pode fazer com que o idoso se sinta mais útil, inserindo-o socialmente. Desde que não haja esforço físico demasiado, isto pode favorecer a passagem entre as fases adulta e velhice não seja percebida abruptamente. Um exemplo seria o que ocorre quando o indivíduo é excluído do mercado de trabalho pelo fato de ser idoso.

Lima (2006), diz que existem diversas formas de envelhecer. Para ele, elas dependem de fatores como capacidade de adaptação, relacionamentos familiares e sociais, posição econômica, história de vida e o autoconhecimento. Entre os paradigmas atuais sobre as formas estratégicas de retardar a velhice, destacariam-se: viver de forma criativa, continuar a adquirir novos conhecimentos, adaptação dos hábitos às necessidades presentes, aceitar a senectude como uma fase natural e inexorável da vida; não permitir o domínio pelo medo, não ceder ao impulso à inatividade, autopiedade, ausência de afetividade, falta de interesse, coragem e o autorreconhecimento de que a saúde física e psíquica pode ser consequência da capacidade agir, ou não, de acordo com seu verdadeiro interesse.

Na reflexão sobre o significado da velhice, pode haver um caminho para buscar compreender e aceitar o real significado de envelhecer, permitindo aos estudiosos de vários setores da sociedade planejar novas abordagens realistas possibilitando a manutenção da autonomia e independência do idoso, se este o desejar. Focando no entendimento das alterações provenientes do envelhecimento e dando ensejo à melhor qualidade de vida submetida às condições físicas em que o sujeito se encontra (FREITAS; QUEIROZ; SOUSA, 2010). Reste claro que há também a vontade do idoso em realizar isto.

Explica Souza (2004) que ao longo da história os idosos eram dignificados em suas tribos ou países por sua experiência e saber. Em algumas culturas, como a dos esquimós, quando o indivíduo não mais ajudava ao grupo ou provia suas próprias necessidades, o mesmo era isolado e deixado para morrer. Em outras, era mantido até o fim da vida. Esta variação se dava em função da capacidade do grupo suportar ou não, indivíduos improdutivos.

Simone de Beauvoir (1990) em seu livro “A Velhice” reflete sobre a posição do idoso no seio social sendo considerado como um peso, às vezes morto, e um adulto a quem não é permitido fazer coisas de adulto pela família. Diz que as pessoas são vistas mais pela sua participação efetiva na sociedade do que pela pessoa que é, com anseios, personalidade e desejos. E como os idosos não participam econômica- ativamente, são relegados.

Apesar de aposentados e muitos com baixa renda, há muito o que se fazer para a sociedade, comunidade, família e si mesmo, contudo o idoso é visto como vítima social da situação de envelhecer, sem levar-se em conta o processo de vitimização que ele próprio exerce para si e para os outros.

Cria-se assim um círculo vicioso, onde o idoso sente-se inferior e repassa esta ideia, que é absorvida pelos mais jovens (e mais velhos) e retorna a ele via piedade, isolamento e desconsideração.

Um exemplo disto está em Sousa (2004, p. 168) que diz:

O idoso que detenha um *status* de cargo profissional, seja de cunho político ou na iniciativa privada, com certo poder de influência, será normalmente objeto de homenagens e reconhecimentos sociais. Já os idosos não detentores deste *status* ficarão renegados à situação de menosprezo e abandono (SOUSA, 2004, p. 168).

A autora parece desconsiderar que, em qualquer país, uma pessoa, não importando a idade, que tenha influência será reconhecida e a que não detiver este *status*, não será, ou talvez, a situação se agrave com a idade.

As mudanças que acontecem ao longo das trajetórias de envelhecimento e desenvolvimento podem ser analisadas em termos de suas relações com eventos de vida, que

oferecem oportunidades para que elas ocorram. Eventos de vida são, assim, fatos de origem biológica, psicológica, social, sócio-cultural e ecológica que ocorrem ao longo da vida dos indivíduos e que organizam a sua experiência de desenvolvimento. Marcam a trajetória das pessoas, a passagem de um estado evolutivo para outro, a passagem do tempo individual e do tempo histórico, o alcance de metas e o cumprimento de expectativas individuais e sociais. Eles orientam a personalidade rumo ao enfrentamento, pois são situações que, de alguma forma, desafiam o ajustamento biológico, social e psicológico (ALDWIN; GILMER, 2004, DAVIES, 1996 apud FORTES BURGOS; NERI; CUPERTINO, 2007). Por isto, também, os direitos sociais dos idosos especificamente foram garantidos pelo Estatuto do Idoso, criado pela Lei especial nº 10.741, de 01 de outubro de 2003. Esse estatuto obriga a sociedade a criar melhorias para promover a autonomia, integração e participação real dos idosos na sociedade além de sugerir mudanças de ações de cunho político (BRASIL, 2003; FERNANDES; SANTOS, 2010).

Sobre sua participação nesta sociedade, em todas as áreas, percebe-se que há influência dos idosos naqueles que os rodeiam, podendo esta ser benéfica ou maléfica, conforme texto de Andrade e Osório et al (2008).

No aspecto formativo o avô é de ajuda ao neto na compreensão da vida e na experiência de separação e de morte. A criança percebe no avô um apreço pela vida, um orgulho de ver continuado a própria descendência, cada vez maior à medida que se avizinha a conclusão da própria existência. Esta percepção positiva da vida, adquirida na infância, poderá influenciar beneficentemente seu comportamento nas idades seguintes (ANDRADE; OSÓRIO et al, 2008, p. 2).

O envelhecimento vem requerendo maior atenção dos Estados no que tange às esferas social, econômica e saúde. O ato do envelhecimento não pode ser evitado, mas a maneira de envelhecer pode ser diferenciada de acordo com maneira de viver, no lazer, cultura e no contexto socioeconômico de cada indivíduo. O Brasil segue a tendência mundial de envelhecimento da população, resultado da combinação da queda da fecundidade, associado à elevação do tempo de vida (CARVALHO; GARCIA, 2003).

O envelhecer é um processo compreendido como fator integrante e indispensável ao longo da vida de cada um. É neste processo que surgem as experiências e os sinais próprios, característicos e frutos do trajeto de vida, onde algumas possuem maiores dimensões e complexidade que outras e completa a formação do indivíduo agora idoso (ALONSO, 2005).

Assim, atualmente, a pessoa idosa é aquela com mais de sessenta anos que desde seu nascimento vem passando por um processo de desgaste físico e acúmulo de informações e,

simultaneamente, requer atenções específicas de seu grupo e fornece como retorno cultura e conhecimento.

## 2.2 Do empoderamento do idoso

A sociedade é um complexo formado pelo conjunto de pessoas que, individualmente, partilham a mesma linguagem, costumes e cultura, e que, ao mesmo tempo, pertencem ao todo. Cada componente tem sua própria individualidade, mas ainda assim, são interligados ao todo. Para Morin (1999, p. 25) “infelizmente, a partir de certo nível de especialização, que passa a ser da hiper-especialização, o fechamento e a compartimentalização impedem contextualizar e globalizar”. Este conflito exige uma revolução no pensamento, em que não se concebe mais um enfoque exclusivo e restrito a um único objeto, quando se necessita de um conhecimento mais amplo de suas relações com o todo.

A reforma do pensamento defendida por Morin (1999, p. 34) "só pode ser realizada por meio de uma reforma da educação", obtida por meio do estímulo ao pensamento totalizante e contextualizado, capaz de compreender as inter-relações e interconexões das partes para a formação do todo complexo. Para tanto, é necessário que o processo se inicie a partir dos próprios educadores.

Conforme a visão de Marcus Tullius Cícero escreveu em 44 antes de Cristo no seu “*De officiis*” (apud AZEVEDO, 2006, p. 6).

Nós não nascemos somente para nós [...] tudo o que a terra produz é criado para nosso uso, e nós mesmos como seres humanos nascemos para outros a fim de que possamos ajudar outros como nós mesmos. Portanto devemos tomar a natureza como guia e contribuir para o bem comum da humanidade por atos recíprocos de bondade, dando e recebendo de uns e outros e, assim, por nossas aptidões, indústrias e talentos trabalhamos para construir uma sociedade em paz e harmonia (apud AZEVEDO, 2006, p. 6).

Cícero há quase dois mil anos atrás, já falava em empoderamento (*empowerment*, em inglês), todavia, como conceito, foi ouvido pela primeira vez no início dos anos 1970. Definido por Perkins e Zimmerman (1995, p. 1) como “um construto que liga forças e competências individuais, sistemas naturais de ajuda e comportamentos proativos com políticas e mudanças sociais”.

Escreve Horochovski (2007) que o empoderamento, serve para categorias similares, como autonomia e emancipação – “nunca se é totalmente autônomo ou emancipado

(tampouco empoderado), pois todos os que vivem numa sociedade defrontam-se com coerções maiores ou menores.” Também não se consegue viver em total heteronomia<sup>1</sup>. O autor ainda diz que, a questão que normativamente se coloca é equilibrar o jogo, para que a distância entre os mais e menos empoderados se reduza.

Entretanto, para o desenvolvimento de uma sociedade não basta que o indivíduo sintase empoderado e que ele tenha oportunidades sociais adequadas. Ele também deve sair da condição de passivo para ativo.

Apesar de Sen (2010) não utilizar a nomenclatura ‘empoderamento’ pode-se inferir e utilizar seu pensamento quando fala sobre a arcaica diferenciação entre paciente e agente, tendo oportunidades sociais adequadas, as pessoas “podem efetivamente moldar seu próprio destino e ajudar uns aos outros. Não precisam ser vistos, sobretudo como beneficiários passivos de engenhosos programas de desenvolvimento” (SEN, 2010, p. 26).

Dizem Villacorta e Rodriguez (2002) que o empoderamento pode partir do entendimento de que a pobreza e dominação experimentada por milhões de pessoas, no mundo, é fator que impede o desenvolvimento, já que sua base é o poder de poucos sobre outros, em recursos e das chances de existência social, ou seja, sua constituição básica seria um processo de criar poder e ganhar poder. O ganho de um poderia implicar na diminuição do poder de outros, ou ainda, na redistribuição do poder, e, isso seria um processo conflitante.

Villacorta e Rodriguez (2002) observam que criar poder é fazer surgir capacidades inexistentes e, portanto, implica lucro para a sociedade. Ainda conforme estes autores, empoderamento seria o processo de conseguir acesso e controle sobre si próprio e também dos meios necessários para a sua existência. É uma construção e/ou ampliação das capacidades que têm todas as pessoas e todos os grupos, além dos grupos pobres e excluídos para se converterem em sujeitos ativos de um desenvolvimento sustentável quer por meio de controle de seus próprios assuntos, de produção, de criação e geração de novas alternativas; mobilização de suas energias para o respeito a seus direitos; mudança das relações de poder; e assunção do controle sobre os recursos (físicos, humanos e financeiros) também como sobre ideologias (crenças, valores e atitudes), para discernirem como escolher e efetivar suas próprias escolhas.

Na concepção do Banco Mundial (2006), a palavra *empowerment* possui vários significados nos diversos contextos sociais e políticos em que é aplicada, não sendo sempre

---

<sup>1</sup>(ét) [De *heter(o)-* + *-nom(o)-* + *-ia*<sup>1</sup>]. Substantivo feminino. 1. Ét. Condição de pessoa ou de grupo que receba de um elemento que lhe exterior, ou de um princípio estranho à razão, a lei a que se deve submeter. [Cf. *autonomia* (5), *autodeterminação* (2) e *liberdade* (11)]. FERREIRA (2010).

fielmente traduzido em todas as línguas. *Lato sensu* quer dizer expansão de liberdade de escolha. Embora inexista um único modelo institucional para empoderamento, experiências vem mostrando que certos itens quase sempre estão presentes quando esforços envidados para o empoderamento são bem utilizados, sendo eles: acesso às informações; ações inclusivas e participativas; responsabilidade tanto política como administrativa e social); capacidade organizacional da população local para trabalhar em equipe, auto-organização e mobilização de recursos para solução de problemas em comum.

De acordo com Carl et al. (1988 apud SANTOS et al., 2002), o termo empoderamento vem sendo utilizado, no mínimo, de seis modos diversos, porém inter-relacionados: processo, sociedade, *performance* (no sentido de desempenho), percepção, filosofia e paradigma (ideias da moda).

Seguindo o pensamento de Carl et al. (1988 apud SANTOS et al., 2002), empoderamento como qualquer outro processo refere-se à grande quantidade de experiências, encontros e eventos, que dão oportunidades às pessoas para usarem capacidades preexistentes, assim como para aprenderem novas habilidades.

O uso do empoderamento na sociedade é construído por características interpessoais, incluída a reciprocidade, comunicação aberta, verdade e respeito além de divisão das responsabilidades e cooperação, bem como a distribuição de poder relacional e o estilo de vida proativo. Essas transações, por intermédio de envolvimento participativo, incluem diferentes relações, sendo: pessoa e pessoa, pessoa e grupo e grupo e grupo (Carl et al. 1988 apud SANTOS et al., 2002).

Carl et al. (1988 apud SANTOS et al., 2002), diz que como *performance*, o empoderamento trata de uma série de capacidades comportamentais, que são detectáveis e contributivas para um controle, tais como: capacidades pessoais, características de comportamento, habilidades, raciocínio crítico, flexibilidade, coesão e ação conjunta. Neste caso, o empoderamento foca, particularmente no conhecimento e em habilidades melhoradas ou aprendidas, resultando em mais chances de capacitação e de negociações interpessoais.

Continuando seu pensamento, Carl et al. (1988 apud SANTOS et al., 2002), ensina que de outro lado, perceptivamente, o empoderamento engloba uma diversidade de crenças, inclusive as de melhorias de controle pessoal, expectativas de eficácia e eficácia pessoal, aumento da auto-estima, força pessoal, motivação interna, eficácia e controle político assim como percepção cultural.

Carl et al. (1988 apud SANTOS et al., 2002), também aborda o prisma filosófico, o empoderamento é visto como uma ideologia, que trata da adoção de certas premissas

referentes à capacidade das pessoas, às características comportamentais de adaptação e não-adaptação e também as melhores estratégias abordadas para melhorar e promover habilidades.

Por último, como conceito atual, Carl et al. (1988 apud SANTOS et al., 2002), enfatizam que, empoderamento pode ser entendido como a promoção de moldes que enfatizam a melhoria tanto do funcionamento individual quanto de grupos, no intuito de fazê-los proativos, tanto quanto ao senso de controle sobre suas vidas, bem como visando ao desenvolvimento local.

Uma das questões associadas à falta do empoderamento ou estado de privação de empoderamento (*disempowerment*) é a pobreza, que pode ser definida como: falta de acesso às bases de mínimo poder social, ou seja, de informação, conhecimento e também de recursos financeiros e redes sociais efetivas, ausência de organização e instrumentos de trabalho que possibilitar as pessoas de se empoderarem. Estas bases são interdependentes, pois todas se conectam às condições de alcançar outros meios, num processo em espiral de aumento de poder, de força social.

Carl et al. (1988 apud SANTOS et al., 2002) ressaltam que, empoderamento é meio de desenvolvimento local alternativo, ou não, sustentável, que se origina tanto internamente, como dentro do âmbito familiar e da comunidade, não podendo ser considerado de forma descendente, nem de fora para dentro. Embora os fatores externos provenientes de mudanças possam disparar ou criar um ambiente que favoreça no desenrolar do processo, o empoderamento não se faz pela pessoa, como se um agente passivo fosse, mas sim algo que a pessoa deve fazer por ela mesma. Ou seja, são as pessoas que, ativamente, empoderam a si próprias. Hoje o pensamento é considerar que este processo segue um caminho, partindo do empoderamento individual e rumando para o empoderamento coletivo (comunidades, organizações e redes), transformando as relações de poder e as nivelando, fornecendo maior equilíbrio igualitário na sociedade.

O autor Carl et al. (1988 apud SANTOS et al., 2002), ainda afirmam que uma das formas de estímulo do empoderamento é a fazer com que pessoas e famílias saibam do que estão sendo privadas e quais direitos e deveres devem buscar e como se organizar para que eles aconteçam. O aumento de autoestima e autoconfiança destas pessoas também é necessário. Na segunda fase do processo de empoderar acontece a mudança de algumas relações de poder preexistentes entre pessoas, grupo familiar e comunidade, objetivando que o indivíduo quebre as amarras de dependência e subordinação que o impeçam de exercitar e expandir suas capacidades.

O desafio existente à estratégia de empoderar é o que fazer para se obter esta mudança, como a criação e/ou aumento da capacidade do sujeito, do grupo e a produção das mudanças necessárias em seu torno, garantindo a permanência e aperfeiçoamento destas vitórias.

Iorio (2002) diz que poucas interferências de desenvolvimento alcançam ir adiante no essencial elemento que dá a sustentabilidade. Isto ocorre quando não há alteração nas relações de poder, ou por ao terminar o apoio à experiência não se consegue fixar a base para seguir avante, ou porque o grupo não quebrou com a confortável posição de beneficiário e não chegou ou não quis chegar ao ponto de ser também um proponente e ator de políticas e programas públicos, também pode não ter construído alianças, em suma, não se empoderou.

Seguindo na mesma esteira Martins (2003) pensa que como agente incluso está o potencial de cada um de cuidar de si próprio, isto é, sua posição como sujeito de desenvolvimento próprio e também a capacidade de influenciar as pessoas ao seu redor, funcionando como catalisador de transformações sociais.

O empoderamento é o ato, construção ou habilidade que venha via interna ou externamente e que faz uma pessoa sentir que tem poder, independente da quantidade e se é real ou imaginário. É interno. É pessoal (WALLERSTEIN, 1994; AIRHIHENBUWA, 1994; BERNSTEIN, 1994; LABONTE, 1994; THURSZ, 1993 apud TEIXEIRA, 2002).

Apesar de haver vários significados e entendimentos, o conceito utilizado neste trabalho será o de que empoderamento é o processo o qual o indivíduo percebe ter ou aumentar, via interna ou externa, seu poder de forma a que ele participe ativa e proativamente em sua sociedade (MARTINS, 2003).

Pois, conforme dizem Sen e Kliksberg (2010),

Não somos apenas pacientes, cujas necessidades exigem atenção, mas também agentes, cuja liberdade de decidir quais são seus valores e como buscá-los pode estender-se muito além da satisfação de nossas necessidades. Não deveríamos nos preocupar em preservar – e na medida do possível expandir – as liberdades substantivas atuais das pessoas “sem comprometer a capacidade das futuras gerações” de ter as mesmas – ou até mais – liberdades? (SEN; KLIKSBERG, 2010, p. 65).

E Sen e Kliksberg (2010) continuam, falando sobre uma mãe, contudo, pode-se facilmente, transpor a idéia para o idoso.

Por exemplo, qual a responsabilidade da mãe em relação ao filho? Sua responsabilidade não é somente porque deu a luz, mas porque as coisas que a mãe fará ao longo da vida, influenciará diretamente seu filho, seja para o bem ou para o mal. Por este motivo, a razão da mãe cuidar do filho não está atrelada ao padrão de vida, mas sim a responsabilidade atrelada ao poder exercido por ela (SEN; KLIKSBERG, 2010, p. 69).

Utilizando o conceito de empoderamento apresentado por Sen e Kliksberg (2010) e Martins (2003), consegue-se defini-lo como sendo um processo constante e de renovação contínua de aumento no poder, tanto num raio pessoal como no social, político e econômico e não só das pessoas, mas também nas famílias, comunidades nas organizações de sociedades civis.

É a ampliação das capacidades/habilidades indivíduo-coletivo, em mais controle sobre os recursos disponíveis e no aumento do acesso às organizações, Estado e mercado de trabalho, num maior equilíbrio de igualdade e responsabilidade, fornecendo o aumento das liberdades de forma geral.

### **2.3 Das estratégias de enfrentamento ou *coping***

Estratégias de enfrentamento que também podem ser chamadas por *coping* em inglês, são segundo Pizzato (2007) tentativas de enfrentamento ou resistência em relação a acontecimentos que desestabilizem.

Conceitua-se enfrentamento como o “esforço cognitivo e comportamental voltado para o manejo de exigências ou demandas internas ou externas, que são avaliadas como sobrecarga ao recurso pessoal” segundo Folkman, e Lazarus, et al. (1986, p. 571). Inicialmente a pessoa analisa se há potencial de ameaça, desafio ou prejuízo. Após isto, a pessoa mede seus recursos disponíveis e busca a resposta para contornar o dano ou conseguir recompensas. As conclusões iniciais podem mudar ao longo do processo.

Estratégias de enfrentamento não dominam, não controlam o problema, o acontecimento. Elas são a forma encontrada pelo indivíduo para gerenciar o problema com os recursos que estiverem disponíveis. E por problema, acontecimento, entender-se-á ser qualquer tipo de problema/acontecimento: familiar, de saúde, financeiro, aborrecimentos do dia a dia, entre outros.

Dizem Faria e Seidl (2005) que pode ser interpretado subjetivamente, significando que um mesmo evento pode ser estressor para uma pessoa e não o ser para outra. É a avaliação que a pessoa faz que irá definir se a ocorrência é negativa ou positiva.

A mesma foi à conclusão obtida por, Talarico et al (2009) em pesquisa realizada sobre sintomas de estresse e estratégias de *coping* em idosos saudáveis.

Demonstrou-se também que, apesar destes indivíduos elegerem o *coping* focado no problema, diferentes estilos de *coping* se associam com a mesma intensidade de sintomas de estresse. Desta forma, ao se analisar o quanto uma determinada estratégia é adaptativa, deve-se considerar não apenas a intensidade da manifestação do estresse, mas também a natureza do evento estressor e a avaliação que o indivíduo faz acerca da sua capacidade de solução ou controle do problema (TALARICO et al, 2009, *on-line*).

Talarico et al (2009) citando Whitty (2003) e Monat et al (2007) continuam o pensamento alertando que, apesar de crucial, a avaliação somente não basta de *per si*. Existe a interferência de outros fatores.

Cabe ressaltar, entretanto, que além da característica do evento estressor, neste caso as alterações decorrentes do processo de envelhecimento, a intensidade de manifestação também depende dos recursos internos e externos de enfrentamento. Assim, características individuais como traços de personalidade, bem como suporte social e familiar podem, adicionalmente, interferir na adaptação e controle de uma determinada situação estressora (WHITTY, 2003; MONAT et al, 2007 apud TALARICO et al, 2009, *on-line*).

Beresford (1994 apud Wathier et al, 2007), avisa que as estratégias de enfrentamento ao problema devem ser vistas por elas mesmas e não por seus resultados.

Ensina Faria (2006) que as modalidades principais de enfrentamento são: o focalizado no problema, caracterizando-se pelo gerenciamento ou mudança da situação, objetivando o controle ou lide ao se aproximar do fato estressor. É ativo, visa à solução dos problemas. Já o focado na emoção, primordialmente tenta regular a reação emocional gerada pela situação-problema, apresenta esquiva ou ações paliativas para o fato.

Conforme Guedea et al. (2006), o fator enfrentamento direto e de reavaliação diz respeito aos esforços cognitivos e comportamentais da pessoa para lidar com seus problemas, bem como às mudanças cognitivas realizadas para mudar sua percepção do problema em um sentido mais positivo. Já o segundo fator, enfrentamento de esquiva ou fuga, diz respeito às tentativas, cognitivas ou comportamentais realizadas na tentativa de se evitar ou escapar do problema.

Concordando com o pensamento acima exposto vem Barbosa (2006, p.25) “Qualquer mudança na vida gera algum nível de estresse, cujos efeitos podem ser positivos, quando melhoram o desempenho da pessoa ou negativos, quando ameaçam a capacidade do indivíduo no ambiente.” Tanto um casamento quanto uma morte serão agentes estressores, sendo que um será positivo e outro negativo, respectivamente. A reação, estratégia, utilizada pelas pessoas irá variar frente ao problema apresentado, sendo também fator determinante a época da vida em que está. Elas são definidas como esforços cognitivos ou comportamentais intencionais para controlar (vencer, tolerar ou reduzir) demandas internas ou externas

específicas que são avaliadas como excedendo ou fatigando os recursos da pessoa (BARBOSA, 2006).

As aptidões de enfrentamento são comportamentos voluntários, tendo como única meta diminuir a tensão e restabelecer o equilíbrio, não pensando somente na solução do problema. O indivíduo poderá reagir de forma mais ou menos eficaz considerando seu ambiente, meio social, história e seus recursos pessoais (LEITE JÚNIOR, 2009).

A reação do idoso, pessoa que é referência para os mais novos, ensina. Afinal, como diz Bosi (1994, p.73) “O que poderá mudar enquanto a criança escuta na sala discursos igualitários e observa na cozinha o sacrifício constante dos empregados?” Qual tipo de exemplo é dado pelo idoso que condena atitudes erradas nos outros mas age ou omite quando ele próprio ou os seus o fazem? “A verdadeira mudança dá-se a perceber no interior, no concreto, no cotidiano, no miúdo; os abalos exteriores não modificam o essencial.” (BOSI, 1994, p.73).

Há várias formas de colaborar num grupo, a econômica sendo somente uma delas. Tendo o Estado garantido os direitos dos idosos dentro de seu grupo, falta verificar se há o retorno de sua contraparte, os deveres para com seu grupo.

Segundo Neri (2008) o idoso é mais bem adaptado para regular suas emoções do que na juventude, “A seletividade sócio-emocional é adaptativa: forma de manejo das perdas e de otimização de capacidades.” O que em princípio o faz utilizar melhor suas estratégias de enfrentamento.

No ano seguinte, em 2009, no artigo “As necessidades afetivas dos idosos”, Neri vai mais longe e vincula empoderamento e estratégias de enfrentamento ao dizer:

As autocrenças sobre capacidade física e cognitiva e a resiliência emocional funcionam como recursos adaptativos relevantes à manutenção do bem-estar subjetivo e da funcionalidade, mesmo na presença de perdas. A existência de recursos de apoio social e, paralelamente, a competência do idoso para evocá-los ou lidar com eles interage de forma decisiva com os recursos pessoais. (NERI, 2009, p. 108).

Quer seja, a crença sobre a quantidade de sua capacidade refletirá em como enfrentará as situações. Pode-se dizer, portanto que estratégia de enfrentamento é a forma que o indivíduo utilizará para gerenciar as situações, positivas ou negativas, que ocorrem em no dia-a-dia, sendo que alguns autores, como Neri (2009), acreditam que o sujeito reagirá de formas diferentes conforme sua percepção de quantidade de poder interno. Ao exalar atitudes construtivas, o idoso receberá um retorno positivo de seu meio.

### 3 MÉTODO

Este capítulo tem por finalidade apresentar o método utilizado nesta pesquisa a fim de responder o problema e alcançar os objetivos propostos.

Conforme Galliano (1986), as acepções da palavra “método” encontradas nos dicionários estão ligadas à sua origem grega *methodos* cujo significado é “caminho para chegar a um fim”.

#### 3.1 Tipo de pesquisa

O presente estudo é do tipo descritiva de abordagem qualitativa e quantitativa. Utilizou-se como estratégia metodológica qualitativa o Grupo Focal e, quanto à quantitativa, questionários. O delineamento desta pesquisa é de estudo de caso.

O estudo descritivo proporciona uma melhor compreensão, pois “os estudos de natureza descritiva propõe-se a investigar o “que é”. Ou seja, a descobrir as características de um fenômeno como tal.” (RICHARDSON, 1999, p. 71).

A pesquisa qualitativa, segundo Richardson (1999, p. 90) é a que pode ser considerada como “a tentativa de uma compreensão detalhada dos significados e características situacionais apresentadas pelos entrevistados, em lugar da produção de medidas quantitativas de características de comportamento”.

Segundo Dias (199-) por inserir o pesquisador num mundo pouco ou nada familiar, faz com que este sinta os mesmos problemas, sensações, necessidade e satisfações da população pesquisada e passa a aprender e entender sua linguagem conseguindo assim, mais subsídios para a pesquisa devido à sua interação.

O Grupo Focal pode ser utilizado no entendimento das diferentes percepções e atitudes acerca de um fato, prática, produto ou serviço. O grupo focal, em geral, não é considerado adequado para estudar a frequência com que determinados comportamentos ou opiniões ocorrem. Considera-se uma espécie de entrevista de grupo, embora não no sentido de ser um processo onde se alternam perguntas do pesquisador e respostas dos participantes. A essência do grupo focal consiste justamente na interação entre os participantes e o pesquisador, que objetiva colher dados a partir da discussão focada em tópicos específicos e diretivos (por isso

é chamado grupo focal (IERVOLINO; PELICIONI, 2001). São comumente utilizadas duas nomenclaturas: a de entrevista de grupo focal ou somente, grupo focal. Este trabalho utilizar-se á de ambas.

Já a pesquisa quantitativa é a caracterizada pelo emprego da quantificação tanto nas modalidades de coleta de informações, quanto ao tratamento, que é dado por meio de técnicas estatísticas (RICHARDSON, 1999).

Quanto aos questionários o autor Richardson (1999) ainda informa que eles cumprem ao menos duas funções: descrever características e medir variáveis de grupos sociais. Dentre as conveniências em aplicar questionários está a de se obter informações de várias pessoas em pouco tempo e alcançar área geográfica ampla. A técnica apresenta igualdade, devido ao vocabulário, à ordem das perguntas e às instruções iguais para os entrevistados serem as mesmas.

Ensina Oliveira (2007) que apesar de serem dois tipos de pesquisa diferentes, qualitativa e quantitativa, pode-se afirmar que sua junção vem se fortalecendo na área das ciências sociais. Os pesquisadores podem escolher a realização da etapa inicial da pesquisa quantitativa e as variáveis que se sobressaírem por maior ocorrência podem ser mais profundamente estudadas em uma segunda etapa, a qualitativa. E vice-versa. “Apesar das diferenças, o encontro, a integração e a complementaridade são possíveis e desejáveis!” (OLIVEIRA, 2007, p. 203).

Em suma, para este específico trabalho percebeu-se que haveria um maior aprofundamento e capacidade de mensuração da resposta ao problema colocado utilizando os método quantitativo e também o qualitativo.

### **3.2 Área de realização**

A pesquisa foi realizada no município de Palmas, capital do Tocantins com idosos do curso de projeto de extensão da UMA/UFT.

### 3.3 População e amostra

- Da População:

População de quarenta alunos idosos matriculados no curso de extensão da UMA/UFT.

- Da Amostra:

Os critérios de inclusão dos participantes da amostra deste estudo foram:

- pessoas acima de 60 anos
- ser mentalmente funcional.
- ser aluno matriculado no curso de extensão da UMA/UFT.

Sobre a amostragem:

Nem sempre há a possibilidade de pesquisar todos os indivíduos do grupo ou da comunidade que se deseja estudar, devido à escassez de recursos ou à premência do tempo. Neste caso utiliza-se o método da amostragem, que consiste em obter um juízo sobre o total (universo), mediante a compilação e exame de apenas uma parte, a amostra (MARCONI; LAKATOS, 2010, p.147).

A amostragem foi não probabilística, por acessibilidade. Para Gil (1999), a amostragem por acessibilidade é não probabilística. Significa que os participantes não são selecionados aleatoriamente e o pesquisador obtém os dados a que tem facilidade de acesso.

O autor explica:

Constitui o menos rigoroso de todos os tipos de amostragem. Por isso mesmo é destituído de qualquer rigor estatístico. O pesquisador seleciona os elementos a quem tem acesso, admitindo que estes possam, de alguma forma, representar o universo (GIL, 1999, p.104).

Em relação à pesquisa qualitativa a amostra foi constituída de 03 (três) grupos focais de 06 (seis) participantes cada, no total de dezoito participantes.

Quanto à pesquisa quantitativa, os instrumentos foram distribuídos para todos os dezoito participantes. A amostra foi composta pelos participantes que aceitaram responder à pesquisa, ou seja, os dezoito participantes da amostra grupo focal preencheram também os questionários.

### 3.4 Instrumentos

Foram utilizados os seguintes instrumentos:

#### 3.4.1 Questionários de Identificação da Amostra (QIA)

O Questionário de Identificação da Amostra (adaptado de INOCENTE, 2005- QIA), visa obter dados demográficos dos pesquisados quanto à idade, sexo, estado do Brasil em que nasceu, escolaridade, estado civil, tempo que está casado(a) ou morando junto, a idade de sua(seu) esposa(o), número de filhos, quantas pessoas vivem na mesma casa e se participam de algum grupo além da UMA/UFT.

Utilizou-se o Critério de Classificação Econômica Brasil (CCEB) que é um instrumento de segmentação econômica que utiliza o levantamento de algumas características, como por exemplo, a presença e quantidade de posse de itens domiciliares (como: televisão em cores, rádio, banheiro, automóvel, empregada mensalista (que trabalhem ao menos cinco dias na semana), máquina de lavar, videocassete ou *Digital Video Player* (DVD), geladeira e *freezer*).

Abaixo o Critério de Classificação Econômica Brasil (CCEB) para ser preenchido pelos participantes:

POSSE DE ITENS	NÃO POSSUI	POSSUI 01	POSSUI 02	POSSUI 03	POSSUI 04 OU MAIS
TELEVISÃO EM CORES	00	01	02	03	04 OU MAIS
RÁDIO	00	01	02	03	04 OU MAIS
BANHEIRO	00	01	02	03	04 OU MAIS
AUTOMÓVEL	00	01	02	03	04 OU MAIS
EMPREGADA MENSALISTA	00	01	02	03	04 OU MAIS
ASPIRADOR DE PÓ	00	01	02	03	04 OU MAIS
MÁQUINA DE LAVAR	00	01	02	03	04 OU MAIS
VIDEOCASSETE E/OU DVD	00	01	02	03	04 OU MAIS
GELADEIRA	00	01	02	03	04 OU MAIS
FREEZER (APARELHO INDEPENDENTE OU PARTE DA GELADEIRA)	00	01	02	03	04 OU MAIS

Quadro 1 - Critério de Classificação Econômica Brasil (CCEB)

O critério atribui pontos que variam de zero a quatro pontos de acordo com a quantidade de itens no domicílio e realiza a soma destes pontos. É feita então uma

correspondência entre faixas de pontuação do critério (pontos obtidos) e estratos de classificação econômica definidos por A1, A2, B1, B2, C1, C2, D, E. Conforme Quadro 2.

<b>Estratos de Classificação Econômica</b>	<b>Pontos</b>
A1	42 a 46
A2	35 a 41
B1	29 a 34
B2	23 a 28
C1	18 a 22
C2	14 a 17
D	08 a 13
E	00 a 07

Quadro 2 – Estratos de Classificação Econômica

### **3.4.2 Inventário de Estratégias de Enfrentamento.**

O segundo instrumento aplicado foi o Inventário de Estratégias de Enfrentamento (*Coping*) de Lazarus e Folkman (IEC), validado para o Brasil por Savoia (1999) com o intuito de avaliar as estratégias de enfrentamento utilizadas para lidar com eventos estressantes específicos. Contém 65 itens que abordam oito fatores: confronto, autocontrole, suporte social, aceitação de responsabilidade, fuga e esquiva, resolução de problemas e reavaliação positiva, segundo Savóia, Santana e Meijas (1996). Os respondentes indicaram a forma como utilizaram cada um dos itens apresentados, em uma escala de 0 a 3, na qual 0 significa “não usei esta estratégia”; 1, “usei um pouco”; 2, “usei bastante”; 3, “usei em grande quantidade”.

Os fatores do inventário de Estratégias de Enfrentamento (*Coping*) são:

Fator 1 – Confronto: itens 47, 17, 40, 34, 07, 28.

Fator 2 – Afastamento: itens 41, 13, 44, 21, 06, 16, 10.

Fator 3 – Autocontrole: itens 15, 14, 43, 54, 35.

Fator 4 - Suporte social: itens 42, 45, 08, 31, 18, 22.

Fator 5 - Aceitação de responsabilidade: itens 51, 09, 52, 29, 48, 25, 62.

Fator 6 - Fuga e esquiva: itens 58, 59.

Fator 7 - Resolução de problemas: itens 49, 26, 46, 01.

Fator 8 - Reavaliação positiva: itens 38, 56, 60, 30, 39, 20, 36, 63, 23.

Após a aplicação dos questionários, passou-se para a etapa qualitativa e foi executado o Grupo Focal.

### 3.4.3 Grupo Focal

Sobre Grupo Focal, segundo Cruz Neto (2002), revela-se uma boa abordagem, quando é desejada uma postura mais crítica. O número de participantes deve oscilar entre não menos que seis e máximo de doze. Cruz Neto (2002) também ensina que não existe um padrão para o número de grupos focais, dependendo dos objetivos tratados pelo pesquisador.

Na definição do tamanho do grupo, deve-se considerar dois aspectos: todos os participantes devem ter oportunidade de expor suas percepções e deve haver um número suficiente de pessoas para gerar diversidade de percepções (OLIVEIRA; FREITAS, 1999).

Para a execução do grupo focal esta pesquisa seguiu a lista de recomendações, baseadas em Morgan (1988) e sugeridas por Oliveira, Freitas (1999) que trata sobre: Aspectos Gerais, Equipe, Cronograma, Orçamento, Moderador, Grupo, Conteúdo, Seleção do local e coleta dos dados, Convite, Condução dos grupos focais, Análise e Relatório. Conforme o Quadro 3.

ASPECTOS	RECOMENDAÇÕES
<b>Aspectos gerais</b>	<b>Propósito das reuniões:</b> “Por que tal estudo deveria ser conduzido? Que tipos de informações serão produzidos? Que tipos de informações são de particular importância para esta pesquisa? Como estas informações serão utilizadas? Quem deseja estas informações?” (Krueger, 1994). <b>Realização das reuniões:</b> “Como localizar os participantes? Considerar as pessoas numa categoria única ou em diferentes categorias? São necessários incentivos? Quais? Onde seria o melhor local para a discussão? Quais seriam boas questões para serem feitas? Que tipo de pessoa deveria moderar as sessões?” (Krueger, 1994).
<b>Equipe</b>	<b>Definir as atribuições de cada membro da equipe:</b> pesquisador, moderador, auxiliar. Na condução das sessões é necessário que, além do moderador, outra pessoa esteja presente para auxiliar e observar. Isto também poderá ser útil caso seja necessário alterar o moderador em função de algum imprevisto.
<b>Cronograma</b>	<b>Planejamento</b> – desenvolver um plano que englobe as quatro fases do Grupo Focal; depende fortemente das especificidades da pesquisa. <b>Condução</b> – recrutar os participantes e realizar as sessões; depende em especial do número de sessões que serão realizadas. <b>Análise</b> – transcrever, tratar os dados, analisar; depende do papel do Grupo Focal no desenho da pesquisa, do objetivo e do número de grupos adotado. <b>Relatório</b> – redigir o relatório, fornecer <i>feedback</i> aos participantes; depende dos objetivos do Grupo Focal e do público alvo para o relatório. Considerar uma folga que permita redistribuir as atividades no tempo em função de imprevistos.
<b>Orçamento</b>	Equipe, local, sistema de coleta de dados, convite, transcrições. Ter presente que este valor é uma previsão que pode sofrer alterações, para

	mais ou para menos, quando as atividades efetivamente comecem a ocorrer.
<b>Moderador</b>	<b>Quem será</b> – pesquisador ou outro profissional. <b>Número de moderadores</b> – 1 ou mais, se for mais de 1 todos devem assistir à 1ª reunião. <b>Nível de envolvimento</b> – baixo ou alto, dependendo dos objetivos da pesquisa. Se for possível, fazer uma simulação com o moderador, claro que isto demanda tempo e recursos, mas a possibilidade de perder uma reunião poderá significar maior prejuízo. Refletir sobre quais os reflexos em sua pesquisa, caso o moderador necessite ser substituído, e que providências podem ser tomadas para evitar problemas.
<b>Grupo</b>	<b>Tamanho</b> – 4 a 12 pessoas. <b>Composição</b> – características dos participantes em função do objetivo da pesquisa. <b>Número</b> – por categoria de participante ou com diferentes categorias juntas – 3 a 4 grupos ou continuar até que as idéias se tornem repetitivas. <b>Crítérios de seleção dos participantes</b> – conveniência ou outro critério. Ter em mente qual a importância da composição do grupo para sua pesquisa e o que pode ser feito para assegurar a presença do número necessário de pessoas. Considerar que o telefonema na véspera auxilia a obter a presença na reunião, mas não garante que isso ocorrerá. Considerar qual o critério de seleção dos participantes, não esquecendo que um ponto indispensável é o interesse do participante em contribuir, não basta ele comparecer na reunião, ele precisa ter algo a partilhar e ainda querer partilhar.
<b>Conteúdo</b>	<b>Roteiro da entrevista</b> – elaborar a introdução e as questões, considerando a duração da sessão e os objetivos da pesquisa. <b>Validação do roteiro</b> – análise por especialistas e pré-teste. A validação do roteiro da entrevista é vital para o sucesso da reunião. Para isto, deve-se observar se ele atinge o propósito da pesquisa, bem como se o vocabulário e estrutura das colocações por parte do moderador são adequadas ao tipo de participante. Validar o roteiro na primeira reunião significa a possibilidade de perder a primeira reunião. <b>Ficha sócio-demográfica</b> (dados gerais) – uso em função dos objetivos da pesquisa. As condições apropriadas do local para realização das reuniões são indispensáveis. O equipamento para coleta dos dados é um ponto crucial, economia neste aspecto pode significar uma grande perda nos dados a serem obtidos, todos os cuidados quanto a este aspecto não serão excessivos. A ficha sócio-demográfica (dados gerais) pode ser de grande ajuda para a análise e não demanda grande esforço, claro que depende sempre do objetivo da pesquisa.
<b>Seleção do local e coleta dos dados</b>	<b>Sala</b> – isolamento acústico, fácil acesso, estacionamento, mesa adequada, ambiente que não propicie distrações. <b>Gravação / Filmagem</b> – escolher em função dos objetivos da pesquisa e disponibilidade financeira.
<b>Convite</b>	<b>Lista dos possíveis participantes</b> – nome dos potenciais participantes. <b>Quem fará os convites</b> – quem da equipe ficará responsável por esta atividade. <b>Confirmação na véspera</b> – quem da equipe ficará responsável por esta atividade. <b>Meio/instrumento</b> – pessoalmente, por telefone, fax, etc. e o que deve ser explicado. O protocolo de convite auxilia, mas questões podem surgir por parte dos potenciais participantes, por isso – nesta tarefa – utilize pessoas que possam responder às dúvidas dos potenciais participantes sobre a pesquisa. Não contar com aqueles participantes que ficarem de dar retorno, nem sempre eles o farão.

Quadro 3: Recomendações a partir do planejamento e condução das sessões de Grupo Focal  
 Fonte: Morgan (1988) e Oliveira, Freitas (1999)

No grupo focal para diminuir o problema da subjetividade da interpretação do pesquisador dos dados obtidos, utilizou-se um segundo pesquisador, como observador da dinâmica, fluência e respostas dos entrevistados, acompanhando todo o processo. Isto foi necessário na medida em que, apesar de não exterminar o problema, ao menos o minimiza, pois a interpretação dada às respostas teve o aporte de dois, ao invés de somente um que

discutam suas interpretações aprofundando e esclarecendo as bases de suas diferenças (VEIGA, 2001).

Abaixo roteiro aplicado nos Grupos Focais:

Pergunta 01- O que o senhor entende por empoderamento? (explicar-se-á o significado da palavra)

Pergunta 02- Como o sr(a) costuma lidar com os problemas que surgem no seu dia a dia?

Pergunta 03 - O que o sr(a) faz quando aparece um problema na sua rua ou bairro?

Pergunta 04 - O que o sr(a) faz quando vê no noticiário um problema que sr(a) pode ajudar a resolver, mas que lhe tomará tempo?

Pergunta 05 - O sr(a) acha que sua forma de resolver seus problemas pode ser seguido como exemplo pelos outros?

Pergunta 06 - O sr(a) tem muitos problemas que ainda não resolveu?

No presente estudo foram realizados três grupos focais com seis participantes cada.

### **3.5 Procedimento para coleta de dados**

Por se tratar de uma pesquisa empírica a fase da coleta de dados foi de grande importância, pois colocou o pesquisador em contato direto com os participantes, bem como, garantiu a qualidade da informação obtida junto à amostra pesquisada.

O projeto foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) com Seres Humanos da Universidade de Taubaté conforme preconiza a Resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde sob o N° 179/2012 e sua aprovação que se deu sob a declaração n° 431/12.

Foi enviada à UMA/UFT um ofício solicitando autorização para a realização da pesquisa e a assinatura de um termo de autorização da pesquisa.

Autorizada a pesquisa pela instituição e Comitê de Ética da Universidade de Taubaté (UNITAU), a coleta de dados foi iniciada por um moderador e um co-moderador.

Todos os idosos que aceitaram participar da pesquisa assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido após terem sido informados sobre os objetivos e proposta da pesquisa.

Para a coleta de dados houve:

- Gravação por áudio;
- Um moderador e um co-moderador;
- Planejamento e aplicação de três Grupos Focais cada um com seis participantes, alunos da UMA;
- Aplicação de questionários para os dezoito participantes dos grupos focais sobre Critério da Classificação Econômica Brasil e Inventário de Estratégias de Enfrentamento.

### **3.6 Procedimento para análise de dados**

Os dados obtidos foram analisados qualitativamente e quantitativamente.

Na primeira etapa, para a análise qualitativa dos dados obtidos por meio do Grupo Focal, utilizou-se análise de conteúdo. Segundo Richardson et al., (1999), a análise de conteúdo contempla três etapas: a pré-análise que é a fase de organização; a categorização, que consiste na execução sistemática das decisões tomadas na fase anterior; e, a interpretação inferencial, serão as inferências e interpretações derivadas do estudo.

Na segunda etapa, a análise estatística dos dados coletados foi realizada por meio dos questionários respondidos, tabulados e submetidos a tratamento estatístico com a utilização do *software* Microsoft Office Excel (2007).

Quanto à forma de tratamento de análise e interpretação dos dados, usou-se o método da porcentagem para a comparação de frequências, que segundo Marconi e Lakatos (2010, p. 176) “às vezes os dados absolutos “são pouco significativos, surgindo a necessidade de transformar os valores absolutos em relativos. ”, tudo porque ao se trabalhar com dados muito grandes pode-se “dificultar a sua compreensão e comparação. Por isso, é comum utilizar expressões adequadas em relação a certas grandezas no tempo.

Marconi e Lakatos (2010, p.178) deixam claro que a porcentagem deve ser usada quando as “proporções que se multiplicam por 100 ou porção de um valor dado que pode ser determinado, desde que se saiba quanto corresponde a cada 100”.

Os dados foram utilizados conforme os procedimentos descritos por Marconi e Lakatos (2010), as tabelas foram construídas de acordo com os modelos dos citados autores.

Diante do fato de que algumas informações possuem um caráter abstrato, foram usados elementos gráficos para melhor visualização dos dados obtidos pela pesquisa, até porque também existia a necessidade de interpretação imediata de alguns dados, assim os elementos gráficos se mostraram eficazes para melhor descrição de alguns fenômenos, sem contar que “representa uma forma atrativa e expressiva, uma vez que facilita a visão do conjunto com apenas uma olhada, e possibilita ver o abstrato com facilidade” (MARCONI; LAKATOS, 2010, p. 178).

Apesar de apresentar limitações quanto a sua construção e quanto à apreciação de alguns detalhes, pois não trazem valores exatos (ANDER-EGG, 1978:268 apud MARCONI; LAKATOS, 2010) os gráficos são sempre instrumentos que possibilitam uma maior interpretação visual dos dados da pesquisa.

Após, apresenta-se os resultados da análise quantitativa com os dados dos questionários aplicados, segundo Marconi e Lakatos (2010).

Sendo que nesta pesquisa foram usados alguns tipos de gráficos estatísticos, sendo que, todos, partiram de dois grupos, informativos e analíticos:

Gráficos Informativos (ou de Informação) – cujo objetivo é dar ao leitor ou ao investigador um conhecimento da situação real, atual, do problema estudado ou de interesse. Devem ser feitos com cuidado, de modo que o desenho impressione bem, tenha algo de atraente. Todavia, esse cuidado não pode ser exagerado, a ponto de prejudicar o observador na apreensão dos dados.

Gráficos Analíticos (ou de análise) – Cujos objetivos são, além de fornecer informações, oferecer ao pesquisador elementos de interpretação, cálculo, inferências e previsões., segundo Marconi e Lakatos (2010. p.193).

O Coeficiente utilizado foi o Coeficiente de Correlação de Pearson:

Para entender a relação entre as variáveis do estudo foi calculado o Coeficiente de Correlação de Pearson.

O Coeficiente de Correlação de Pearson é uma medida de associação linear entre duas variáveis X e Y, que é dada por:

$$r = \frac{1}{n-1} \sum \left( \frac{x_i - \bar{X}}{s_x} \right) \left( \frac{y_i - \bar{Y}}{s_y} \right)$$

Onde  $n$  é o tamanho amostral,  $\sum (x_i - \bar{X})(y_i - \bar{Y})$  é a correlação entre as variáveis e  $s_x$  e  $s_y$  são a estimativa de desvio padrão de cada uma das variáveis,  $x$  e  $y$  respectivamente.

O coeficiente de correlação Pearson ( $r$ ) varia de -1 a 1. O sinal indica direção positiva ou negativa do relacionamento e o valor sugere a força da relação entre as variáveis.

Uma correlação perfeita (-1 ou 1) indica que o escore de uma variável pode ser determinado exatamente ao se saber o escore da outra.

Para avaliar a igualdade de frequências das C categorias de uma mesma variável, utilizou-se o teste de Qui-quadrado, no entanto, o p-valor do teste sofre distorções em casos em que pelo menos uma categoria apresenta frequência muito baixa - geralmente utiliza-se a frequência de 5 observações como limiar de frequência muito baixa em uma categoria.

Em caso de baixa frequência de categoria utilizam-se testes exatos como, por exemplo, o teste exato de Fisher para o caso do teste de independência entre duas variáveis. No caso de teste de qualidade de ajuste para uma única variável o teste exato de Fisher não é aplicável então utilizou-se o teste exato de Qui-quadrado pelo método de Radlow e Alf (1975 apud BERRY, 1985).

O método *Radlow e Alf* (1975 apud BERRY, 1985) é baseado na permutação de diversos testes qui-quadrado para a variável em análise. Primeiramente são simuladas todas as possibilidades de tabelas de frequência (*one-way*) com o número de categorias e observações da tabela original, e para cada tabela gerada compara-se o valor da estatística Qui-Quadrado com o valor da estatística da tabela original (tabela observada). Se o valor da estatística Qui-quadrado na tabela gerada for maior ou igual ao valor da estatística da tabela observada, o p-valor exato é incrementado pela probabilidade de ocorrência daquela tabela, e é calculado sob a hipótese nula utilizando a Distribuição Multinomial Frequentista. A hipótese a ser testada é:

H0: todas as categorias possuem proporções iguais

E a estatística teste é dada por:

$$Q_P = \sum_{i=1}^C \frac{(f_i - e_i)^2}{e_i}$$

Onde C é o número de categorias da variável em questão,  $f_i$  é a frequência realizada e  $e_i$  é a frequência esperada sob a hipótese nula de que as frequências são iguais, dada por:

$$e_i = n / C$$

Onde n é o número de observações total da amostra em estudo.

Para expressar a estrutura de correlação existente entre um conjunto de variáveis independentes (explicativas) e uma variável dependente (reposta) foi utilizado o Modelo de Regressão Linear Múltipla que é uma equação matemática que:

$$Y = \beta_0 + B * X + E$$

Onde:

$Y$  = variável dependente;  $\beta_0$  = intercepto do modelo;  $B$  = Vetor de parâmetros das variáveis independentes;  $X$  = Matriz de variáveis independentes;  $e$  = erro da regressão.

O coeficiente intercepto do modelo representa a média geral da variável dependente, o vetor de parâmetros indica a relação linear entre a variável dependente e a variável independente e o erro da regressão representa a informação que não pode ser explicada pelas variáveis independentes e pela média geral.

Os parâmetros desta equação são estimados através da Metodologia de Mínimos Quadrados.

## 4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O objetivo deste capítulo é apresentar e analisar os resultados desta pesquisa. Na primeira seção será feita uma apresentação da unidade caso. Na segunda seção apresenta-se os dados da caracterização dos participantes da pesquisa; o Critério da Classificação Econômica Brasil; e os resultados do Inventário de Estratégias de Enfrentamento (*Coping*). Na terceira seção far-se-á a análise do Grupo Focal.

### 4.1 Apresentação da Unidade de Caso

Em 05 de outubro de 1988, nasce o Estado do Tocantins. Pelo artigo 13, do Ato das Disposições Constitucionais Transitórias da CRFB de 1988 e seu parágrafo primeiro, integra-o à Região Norte. Sua capital é Palmas.



Figura 1 – Mapa do Tocantins

Fonte: [www.guianet.com.br/to/mapato.htm](http://www.guianet.com.br/to/mapato.htm)

Segundo o IBGE (2010) a população estimada do Tocantins para 2013 irá ser de 1.478.164 de habitantes, o estado tem uma área de 277.720,520 quilômetros quadrados (km<sup>2</sup>). Sua densidade demográfica é de 4,98 habitantes por km<sup>2</sup>. E possui 139 municípios.

Palmas que, segundo o Instituto Federal do Tocantins (2012) está no centro geodésico do país, tem 2.218,943 km<sup>2</sup>, com população estimada em 2013 de 257.904 habitantes, sendo sua densidade demográfica de 102,90 habitantes por km<sup>2</sup>.

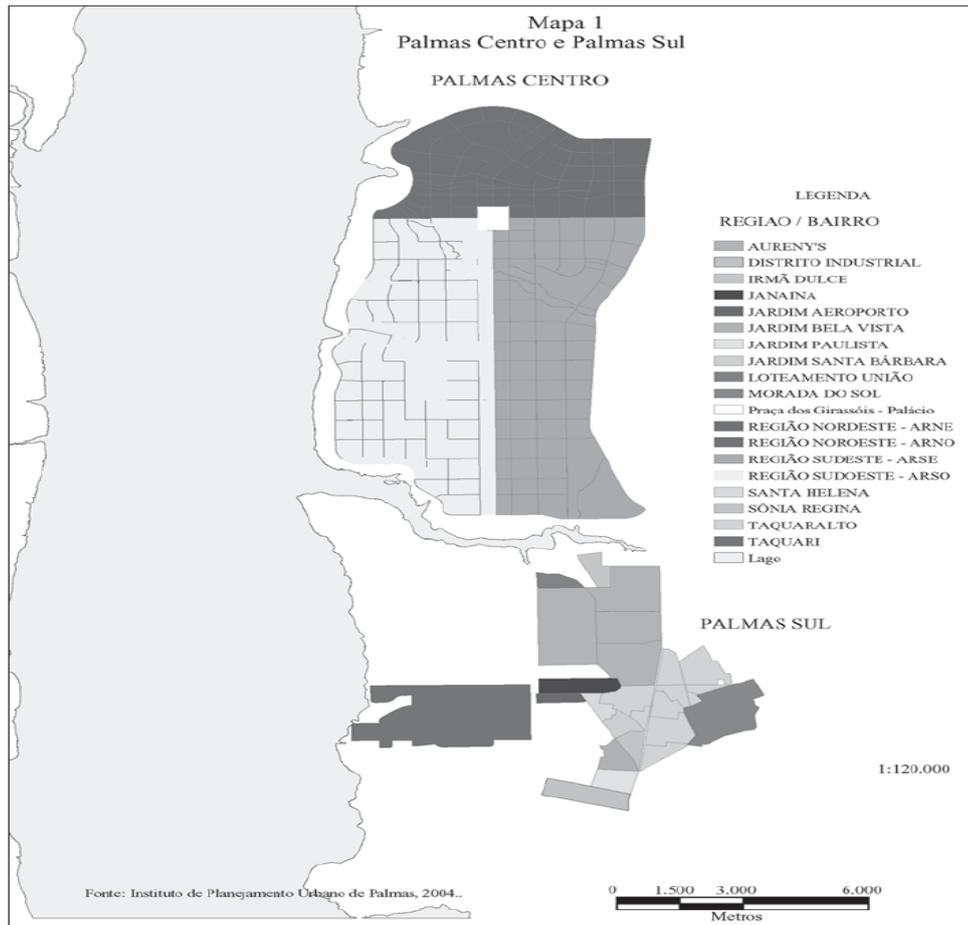


Figura 2 – Mapa de Palmas/TO (2004).

Fonte: Kran e Ferreira (2006)

E, segundo o Atlas do Desenvolvimento Humano no Brasil (2013), o Índice de Desenvolvimento Humano Municipal (IDHM) da capital caçula do país é de 0,788. Sendo a faixa que vai de 0 a 0,499 considerada como muito baixo desenvolvimento humano municipal; de 0,500 a 0,599 considerada como baixo; de 0,600 a 0,699: considerada como médio; de 0,700 - 0,799 considerada como alto e de 0,800 a 1 considerada como muito alto desenvolvimento humano municipal.

A Universidade Federal do Tocantins (UFT) foi estabelecida por lei em 23 de outubro de 2000. Contudo, só iniciou suas atividades em 2003, com a posse dos primeiros professores efetivos.

A Universidade da Maturidade (UMA), criada em 2006, é um projeto de extensão da Fundação Universidade Federal do Tocantins (UFT) e já está em onze pólos, sendo 03 deles fora do estado, 01 em Campina Grande/PB, 01 em Curitiba/PR e 01 no Macapá/AM.



Figura 3 – Sede da UMA/UFT em Palmas/TO (2013)  
Fonte: Autora da pesquisa

A pesquisa em questão foi feita no prédio sede da UMA (*campus Palmas*) que é o primeiro do país voltado exclusivamente ao ensino da pessoa idosa.

O prédio foi inaugurado no dia 13 de maio de 2010 com a presença do Ministro da Educação Fernando Haddad, do Reitor Alan Barbiero, e demais autoridades. A sede da UMA é a realização de um sonho, onde sempre prezamos a qualidade de ensino aos nossos alunos, o prédio é todo adaptado para a pessoa da terceira idade, dispõem, de, 01 sala de aula (mini-auditório), *hall* para eventos, laboratório de informática, biblioteca, salas do administrativo, CPD, *internet* através da rede estruturada e *wireless* em cada parte física do prédio. (*on-line*, 2013).

A Universidade da Maturidade (UMA/UFT), curso de projeto de extensão, de duração de um ano e seis meses, com aulas ministradas por professores que apesar de provenientes de várias áreas do conhecimento tem em comum a especialização em gerontologia. Seu sítio eletrônico é: <http://www.uft.edu.br/uma/>.

No 1º semestre as disciplinas são: Fundamentos de Gerontologia, Direito do Idoso, Oficina do Corpo, Informática, Dança, Cuidadores de Idosos.



Figura 4 – Acadêmicos da UMA/UFT assistindo aula (2013)

Fonte: Autora da pesquisa

No 2º semestre há: Educação Gerontológica, Esperanto - Língua Intergeracional, Economia Doméstica, Atividade Física e Envelhecimento, Empreendedorismo na Maturidade, Dança, Informática, UMA no Parque, UMA Sorriso, Xadrez na Maturidade, Oficina da Oração.

A ementa da UMA faz com que seus alunos despertem para o enfrentamento.

Além de banheiro com chuveiro e cozinha, tentando fazer com que os alunos sintam-se em casa, há um laboratório de informática, com diversos computadores (funcionando), para aulas práticas dadas por professor da área.



Figura 5 – Laboratório de informática da UMA/UFT (2013)  
Fonte: Autora da pesquisa

E no 3º semestre, os acadêmicos devem cumprir as seguintes disciplinas: Gerontologia Social, Qualidade de Vida e Envelhecimento, Hotelaria, Dança, UMA no Parque, Estágio Supervisionado, Informática, Mediação e Conflitos, Projetos Sociais, Xadrez no Parque, UMA Sorriso.

Há um convênio, firmado pela UMA com um hotel na cidade, onde os alunos podem estagiar.

Existe, na sede, uma sala específica para a mediação de conflitos.

Além da metodologia, inovadora, há infra-estrutura.

Findo o curso os alunos se certificam para serem educadores políticos e sociais do envelhecimento. A UMA/UFT é a primeira no Brasil que capacita os idosos desta forma.

Com tudo isso a UMA/UFT vai construindo esta percepção de empoderamento em seus acadêmicos. Inclusive, a expressão “acadêmico” é utilizada pela comunidade educativa porque considera que a experiência dos alunos idosos se une aos conhecimentos da academia.

Podem participar pessoas a partir de 45 anos e conta com turmas regulares de 40 alunos, entretanto, tantos ex-alunos relutam em deixar a UMA/UFT, que passou a ser permitida sua assistência às aulas, se assim o desejarem.

A missão da UMA/UFT é propiciar um espaço para convivência social e aquisição de novos conhecimentos voltados para o envelhecer sadio e digno e, sobretudo na tomada de

consciência da importância de participação do idoso na sociedade enquanto sujeito histórico (OSÓRIO, 2012).

A UMA/UFT, foi “referência de Tecnologia Social pela Fundação Banco do Brasil em 2012” (SILVEIRA, M. 2013, p.03). E, continuando o pensamento do Magnífico Reitor da UFT, Prof. Dr. Marcio da Silveira (2013), a UMA recebeu o prêmio de Atitude Cidadã e “foi ovacionado nas cidades de Fátima e Santarém em Portugal no I e II Congresso Internacional do Envelhecimento Humano em 2009 e 2011” (SILVEIRA, M. 2013, p.03).

Ela passará a compor o Banco de Tecnologias Sociais que são avaliadas como: “os produtos, as técnicas, ou as metodologias reaplicáveis, desenvolvidas na interação com a comunidade e que representem efetivas soluções de transformação social.” (GALVÃO, 2011, *on-line*).

Pelos motivos acima expostos, a UMA/UFT, por fornecer um ambiente externo propício dando assim maior possibilidade de empoderamento ao idoso, foi escolhida como unidade de caso.

#### 4.1.1 Caracterização do Perfil Sócio Demográfico dos participantes que responderam aos questionários e participaram do Grupo Focal (GF).

Na amostra pesquisada, foram identificados alguns dados pessoais e funcionais como: idade, sexo, estado civil, escolaridade, estado civil, tempo de casado (a) / união estável, idade de esposa (o) / companheira (o), número de filhos, número de residentes no domicílio, participação em grupo além da UMA/UFT, classificação econômica.

Quanto à idade dos participantes:

1 – Idade

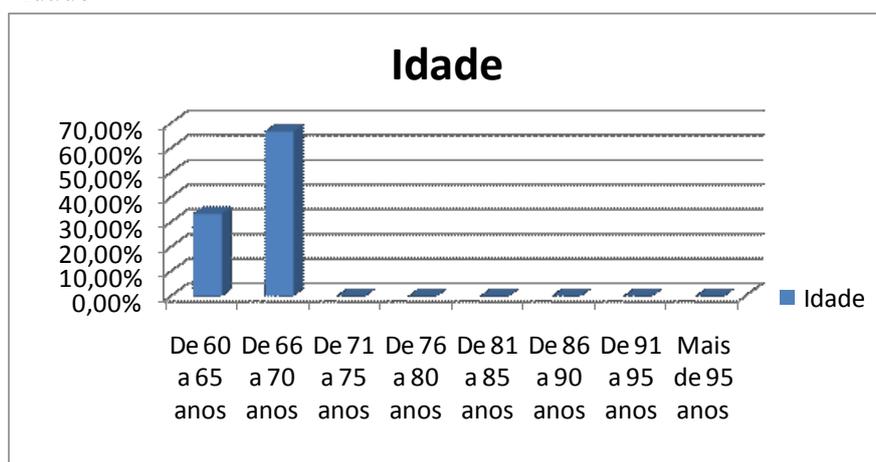


Gráfico 2 - Distribuição dos participantes quanto à idade  
 Fonte: Dados de pesquisa

Observa-se no Gráfico 2 que 33,33% da amostra dos participantes possui entre 60 a 65 anos de idade e constata-se que 66,67%, mais de dois terços dos respondentes da pesquisa se encontra na faixa entre 66 a 70 anos.

As faixas etárias do IBGE (2010) são ligeiramente diferentes do QIA desta pesquisa, e dispõe que o percentual da população brasileira de 60 a 64 anos é de 3,4%, de 65 a 69 anos é de 2,6% e de 70 a 74 anos é de 2,0%. Mesmo assim, vê-se que a maior parcela da amostra da pesquisa (66 a 70 anos) não é a mesma faixa etária de maior percentual do IBGE (2010) que é a de 3,4 % (60 a 64 anos).

Quanto ao sexo dos participantes:

2 – Sexo

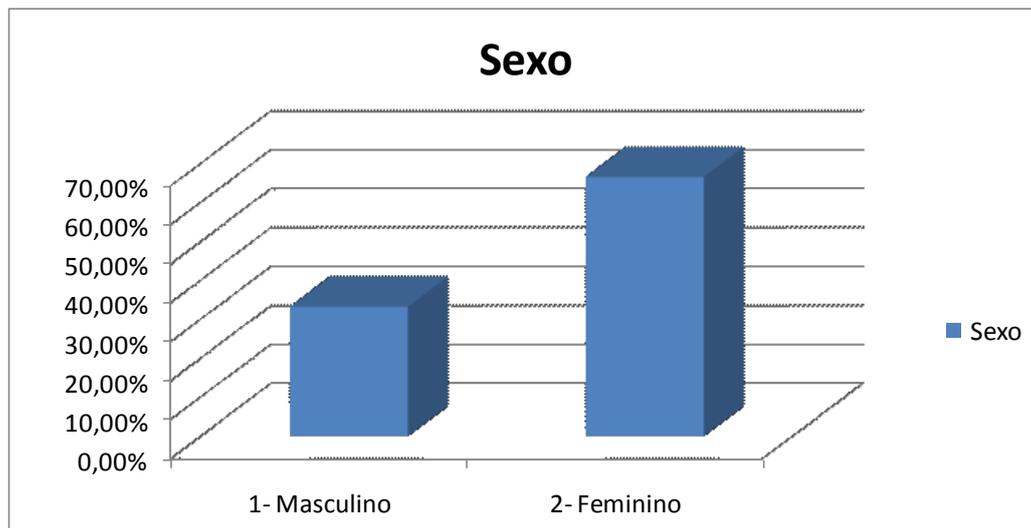


Gráfico 3 - Distribuição dos participantes quanto ao sexo  
 Fonte: Dados de pesquisa

Observa-se no Gráfico 3 que 33,33% da amostra dos participantes são homens e constata-se que 66,67% são mulheres.

A diferença entre o número de homens e mulheres reflete o que diz o IBGE (2010). Ao acusar o número dos idosos no Brasil entre 65 a 69 anos, onde há nesta faixa, 1.792.798 (um milhão setecentos e noventa e dois mil e setecentos e noventa e oito) homens para 2.247.218 (dois milhões duzentos e quarenta e sete mil e duzentos e dezoito) mulheres.

### 3 - Em que estado/região do Brasil nasceu?

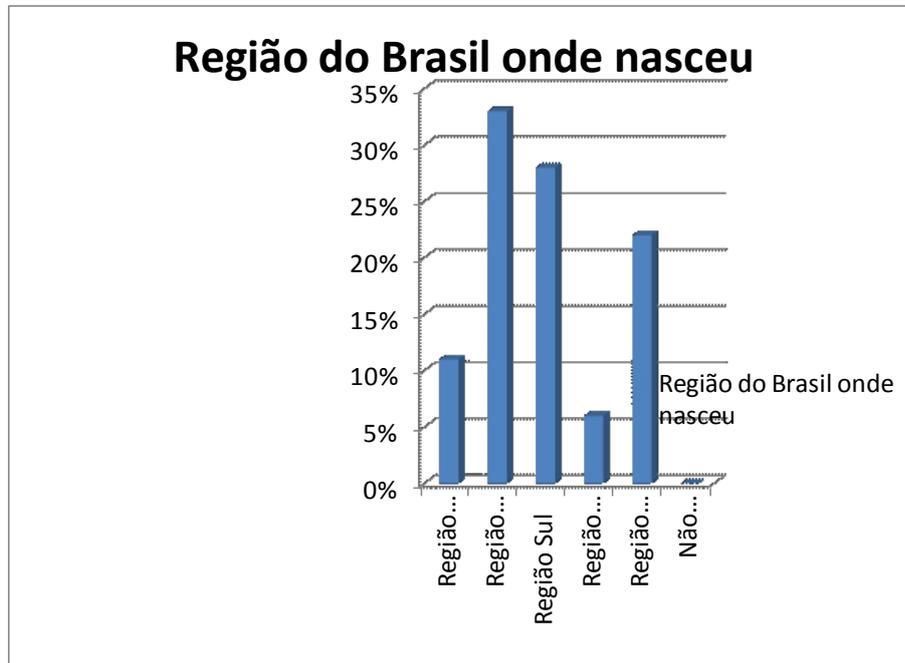


Gráfico 4 - Distribuição dos participantes quanto à região do Brasil onde nasceu  
Fonte: Dados de pesquisa

Observa-se no Gráfico 4 que 28% da amostra dos participantes são oriundos dos estados do sul do Brasil e constata-se que 22% são do centro – oeste brasileiro, 33% do nordeste, 06% do sudeste e somente 11% são nascidos no Norte, região da qual o Tocantins faz parte. Conforme Censo de 2010 do IBGE há 9.978 idosos moradores em Palmas/TO (IBGE, 2010).

Explica-se o fato de muitos dos participantes serem oriundos de outras regiões do Brasil é porque o Tocantins é um estado novo, criado em 1988, que teve e tem movimentos migratórios.

#### 4- Qual sua escolaridade?

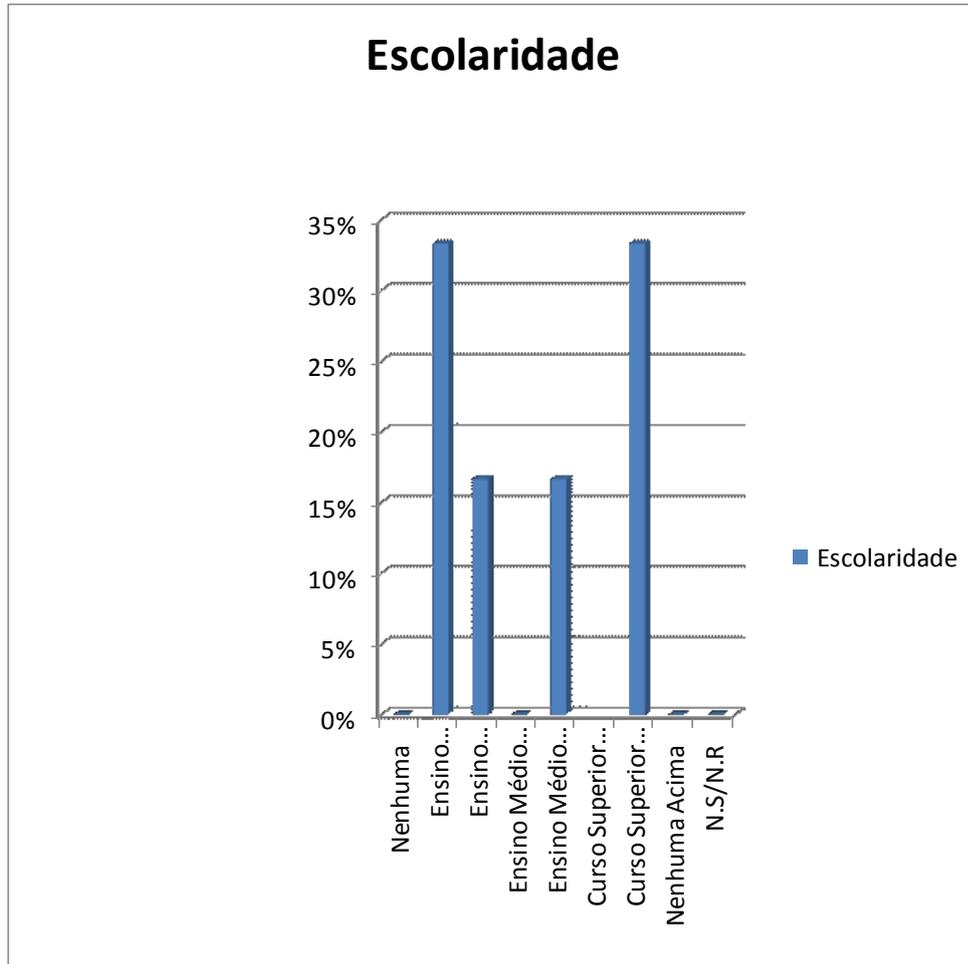


Gráfico 5 - Distribuição dos participantes quanto à escolaridade  
 Fonte: Dados de pesquisa

Quanto ao grau de escolaridade, três participantes (16,6%) com Ensino Fundamental Completo e três (16,6%) com Ensino Médio Completo. Seis (33,3%) com Ensino Fundamental Incompleto e seis (33,3%) com Ensino Superior Completo. Observou-se não haver nenhum entrevistado com Ensino Médio Incompleto ou com Ensino Superior Incompleto.

Se comparado com o Brasil, a surpresa neste grupo é o fato de haver seis participantes com Ensino Superior Completo, um terço da amostra. Conforme dados disponibilizados pela Fundação Perseu Abramo (FPA) em 2006 somente 3% da população idosa brasileira tem superior completo.

## 5 - Estado Civil

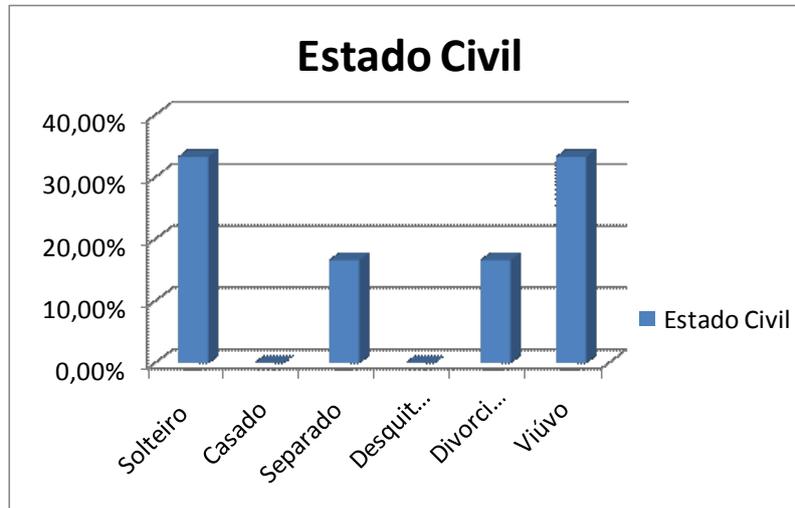


Gráfico 6 - Distribuição dos participantes quanto ao estado civil  
Fonte: Dados de pesquisa

Dentre os 33,3% de solteiros, 16,6% de separados, 16,6% de divorciados e 33,3% viúvos, há os que vivem em união estável e não marcaram no questionário.

A Fundação Perseu Abramo (FPA) em 2006 chegou aos seguintes resultados de situação conjugal dos idosos no Brasil: 52% casados/amigados, 6% solteiros, 34% viúvos e 8% desquitados/separados/divorciados. Há semelhança no número de viúvos desta pesquisa e no da FPA.

## 5. A – Há quanto tempo o (a) Sr.(a) está casado(a)/ morando junto?

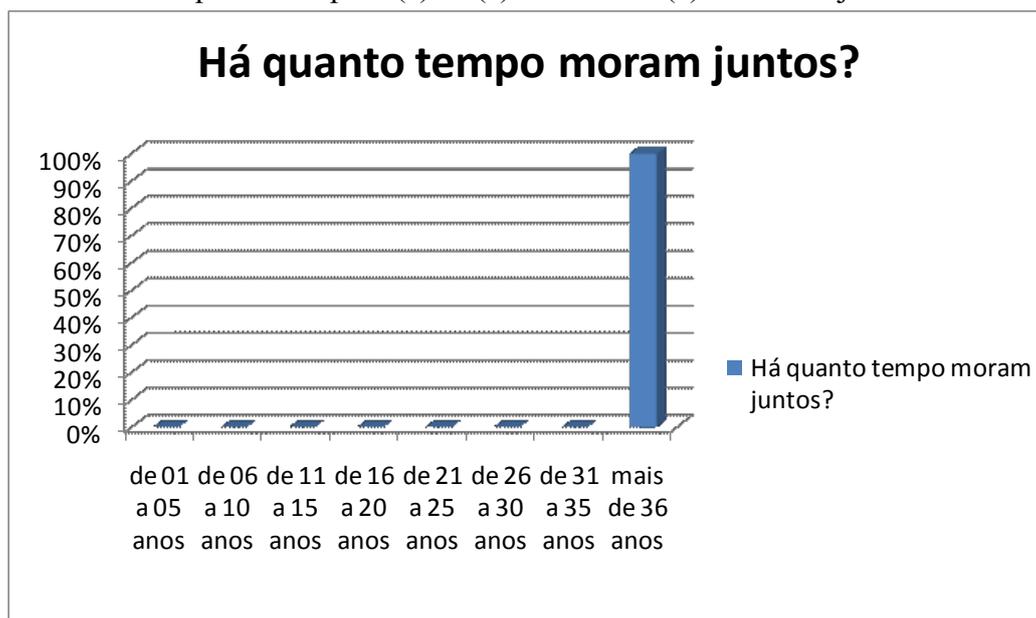


Gráfico 7 - Distribuição dos participantes quanto ao tempo de casamento/união estável

Fonte: Dados de pesquisa

Uma ocorrência interessante no preenchimento do QIA foi que todos os entrevistados responderam a idade do cônjuge/companheiro e o tempo morando junto, mesmo os viúvos, divorciados e separados. Isto se deve ao fato de eles fazerem questão de colocar o tempo em que moraram juntos e a idade dos falecidos ou ex- cônjuges/companheiros.

Araújo e Bachion (2004) dizem que talvez pelas suas características mais conservadoras, os idosos crêem que o casamento deve durar toda a vida considerando o apoio familiar e o valor moral, bastante presente, em suas vidas.

5.B – Qual a idade de sua(seu) esposa(o) ?

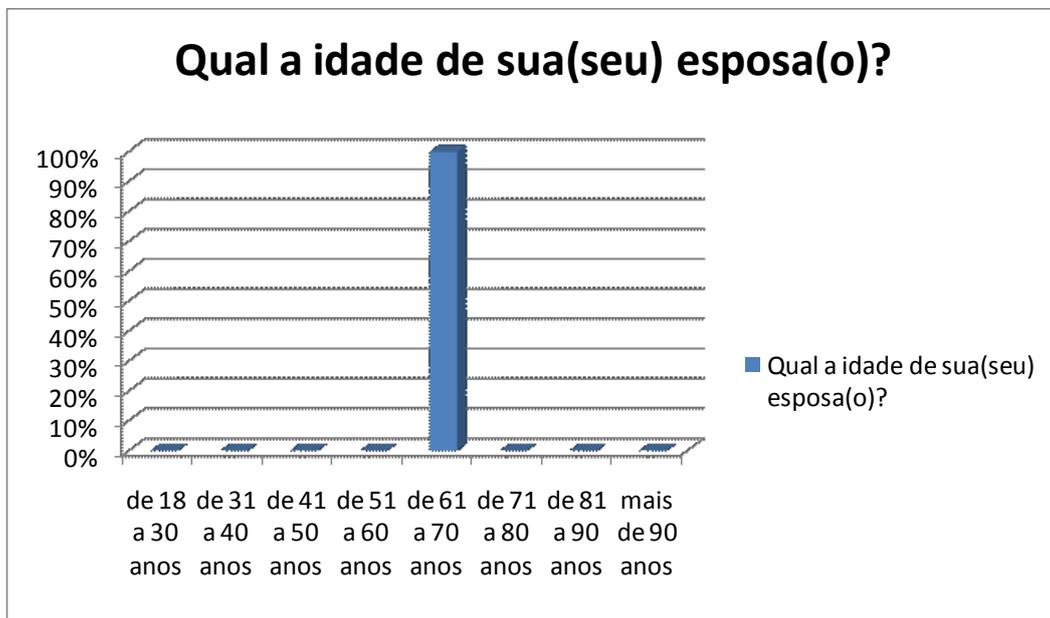


Gráfico 8 - Distribuição dos participantes quanto à idade do cônjuge/ companheiro

Fonte: Dados de pesquisa

Como um dos requisitos da amostra era ter mais de 60 anos, não surpreende o fato de nenhum respondente ter idade abaixo, entretanto, todos ficaram na faixa de 61 a 70 anos.

6 – O (a) Sr.(a) teve filho? Em caso positivo quantos?

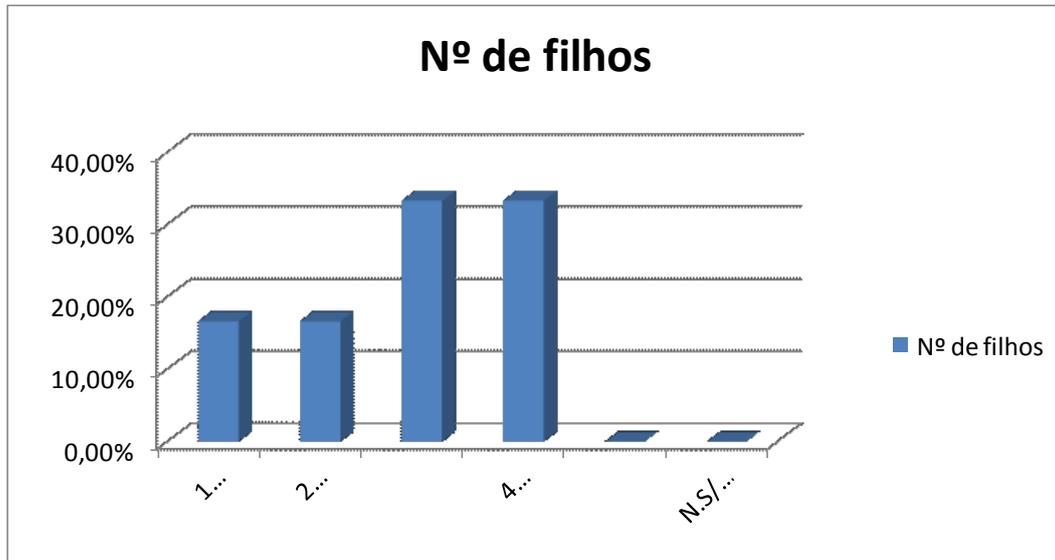


Gráfico 9 - Distribuição dos participantes quanto ao número de filhos  
Fonte: Dados de pesquisa

Esta geração ainda tem um número alto de filhos. Nenhum dos respondentes tem zero filhos. Sendo que uma das participantes tem dez filhos.

Segundo o IBGE (2010), a quantidade de filhos por mulher era de 6,28 em 1960, e em 2000 passou a ser 2,38. Ainda que a área urbana tenha apresentado um decréscimo de 2,18 filhos em 2000 para 1,7 em 2010, foi a área rural que teve influência em uma menor diminuição da taxa de fecundidade, mesmo tendo diminuído de 3,4 filhos em 2000 para 2,6, em 2010.

7 – Quantas pessoas vivem com o (a) Sr.(a) na sua casa?

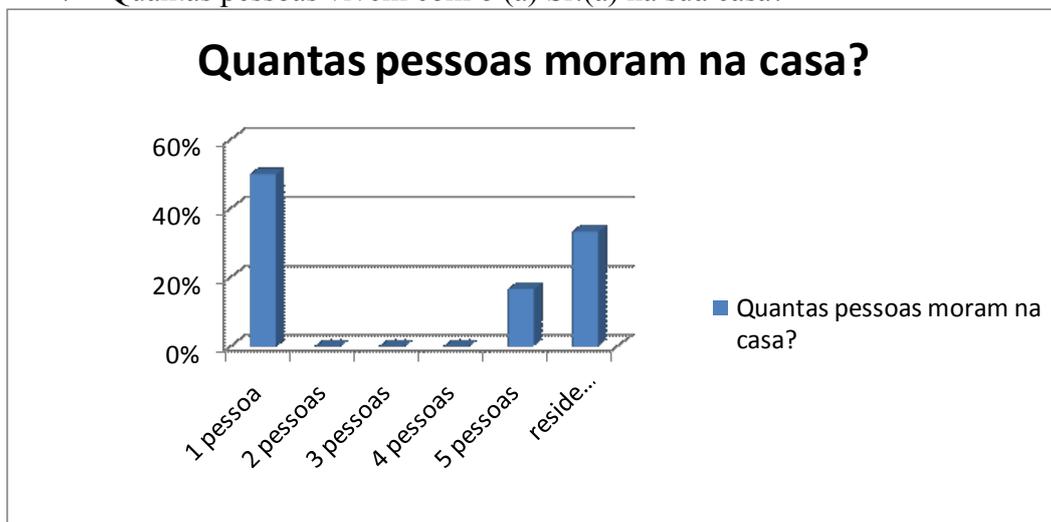


Gráfico 10 - Distribuição dos participantes quanto aos residentes no domicílio  
Fonte: Dados de pesquisa

Nove dos participantes residem com o cônjuge/companheiro, seis moram sozinhos e três com mais de cinco pessoas na mesma casa.

Este resultado coincide com o da Fundação Perseu Abramo (FPA) em 2006. Entre os idosos pesquisados, 29% residem com mais uma pessoa, 15% reside sozinho e 5% reside com mais de cinco pessoas na mesma casa.

#### 8 – Participa de algum grupo além da UMA/UFT?

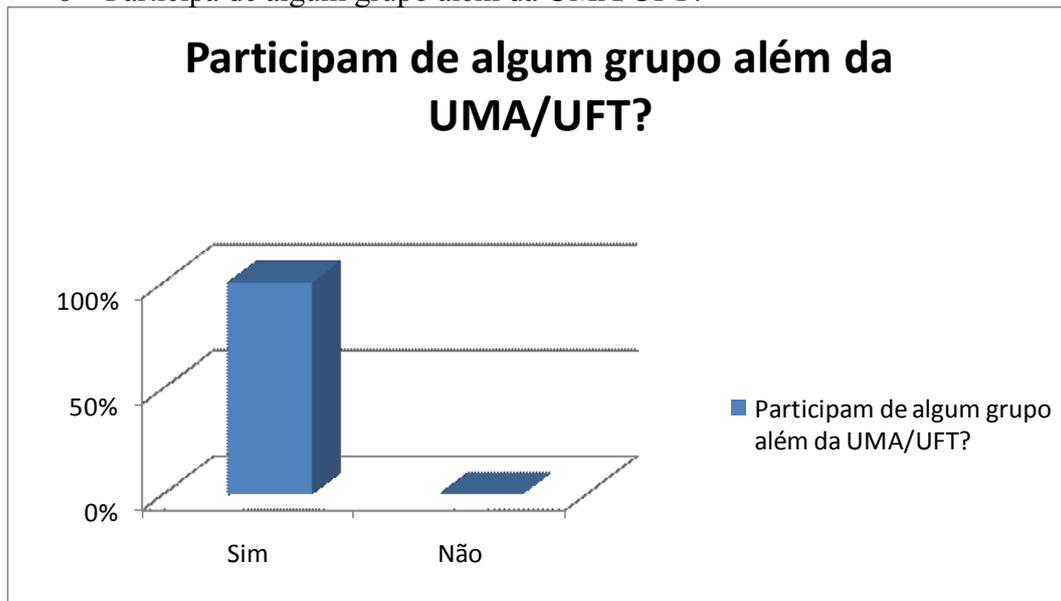


Gráfico 11 - Distribuição dos participantes quanto à participação em grupos além da UMA/UFT  
Fonte: Dados de pesquisa

Na pesquisa de Wathier et al (2007) denominada ‘Eventos de Vida e Estratégias de *Coping* de Idosos Socialmente Ativos’, **foi constatado que idosos socialmente ativos utilizam estratégias de enfrentamento mais adaptadas para a ação.** “Possivelmente esses resultados estão ligados aos fatores que influenciam o envelhecimento bem-sucedido encontrados na literatura, uma vez que os participantes eram socialmente ativos” (WATHIER ET AL, 2007, p. 01).

Todos os respondentes participam de algum grupo além da UMA/UFT. Como Associações e Igrejas entre outras.

## 9 – Segundo sua classificação econômica:

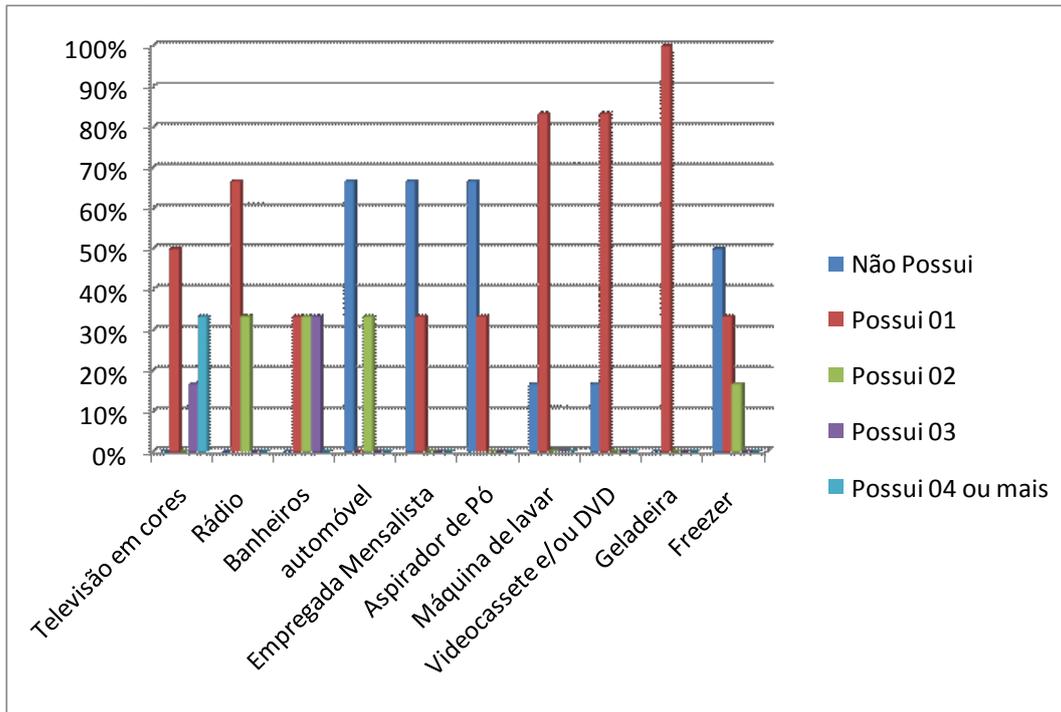


Gráfico 12 - Distribuição dos participantes quanto à sua classificação econômica

Fonte: Dados de pesquisa

POSSE DE ITENS	NÃO POSSUI X 00 PONTOS	POSSUI 01 X 01 PONTOS	POSSUI 02 X 02 PONTOS	POSSUI 03 X 03 PONTOS	POSSUI 04 OU MAIS X 04 PONTOS	PONTOS	ESTRATO
1. TELEVISÃO EM CORES	00	09 x 1	00	03 x 3	06 x 4	42	A1
2. RÁDIO	00	12	06	00	00	24	B2
3. BANHEIRO	00	06	06	06	00	36	A2
4. AUTOMÓVEL	12	00	06	00	00	12	D
5. EMPREGADA MENSALISTA	12	06	00	00	00	06	E
6. ASPIRADOR DE PÓ	12	06	00	00	00	06	E
7. MÁQUINA DE LAVAR	03	15	00	00	00	15	C2
8. VIDEOCASSETE E/OU DVD	03	15	00	00	00	15	C2
9. GELADEIRA	00	18	00	00	00	18	C1
10. FREEZER (APARELHO INDEPENDENTE OU PARTE DA GELADEIRA)	09	06	03	00	00	12	D
TOTAL DE PONTOS E ESTRATO MÉDIO						186 ÷ 10 = 18.6	C1

Quadro 4 - Classificação econômica

Fonte: Dados de pesquisa

Vê-se pelo Quadro 4 de classificação econômica que o grupo pesquisado, por ter alcançado 18,06, pertence ao estrato C1, equivale de 18 a 22 pontos. A meta da Classificação Econômica não é mensurar classe social e sim, a capacidade de compra do participante da pesquisa.

#### 4.1.2 Resultados do Inventário de Estratégias de Enfrentamento (*Coping*) de Lazarus e Folkman (IEC)

Segundo Bretas (2011) a aplicação do questionário é focada no processo de Estratégias de Enfrentamento (*Coping*) de uma situação e não na Estratégia de Enfrentamento (*Coping*) como estilos ou traços da personalidade de cada um.

A situação (problema) determinará o padrão de estratégias de enfrentamento (*Coping*) e não as variáveis individuais.

A Tabela 9 apresenta as respostas dadas pelos entrevistados, quanto às Estratégias de Enfrentamento (*Coping*) de Lazarus e Folkman.

Tabela 2 - Respostas do Inventário de Estratégias de Enfrentamento (*Coping*) de Lazarus e Folkman (IEC)

<b>Estratégias de Enfrentamento utilizadas pelos 18 idosos da UMA/UFT.</b>	<b>Nº de idosos que utilizou</b>	<b>%</b>
<b>Autocontrole</b> (Concentrei-me no que deveria ser feito em seguida, no próximo passo; tentei analisar o problema para entendê-lo melhor)		
Concentrei-me no que deveria ser feito em seguida no próximo passo	18	100
Tentei analisar o problema para entendê-lo melhor	00	00
<b>Suporte Social</b> (conversei com outras pessoas sobre o problema; procurei ajuda profissional; procurei um amigo para pedir conselhos)		
Conversei com outras pessoas sobre o problema	18	100
Procurei ajuda profissional	18	100
Procurei um amigo para pedir conselhos	18	100
<b>Resolução de Problemas</b> (fiz um plano de ação e o segui; concentrei-me no que deveria ser feito em seguida)		
Fiz um plano de ação e o segui	18	100
Concentrei-me no que deveria ser feito em seguida	18	100
<b>Reavaliação Positiva</b> (cresci positivamente como pessoa; saí da experiência melhor do que esperava; redescobri o que é importante na vida)		
Cresci positivamente como pessoa	18	100
Saí da experiência melhor do que esperava	18	100
Redescobri o que é importante na vida	18	100

<b>Estratégias de Enfrentamento utilizadas pelos 18 idosos da UMA/UFT.</b>	<b>Nº de idosos que utilizou</b>	<b>%</b>
<b>Confronto</b> (mostrei minha raiva; extravasei meus sentimentos; fiz algo arriscado)		
Mostrei minha raiva	15	83,3
Extravasei meus sentimentos	06	33,3
Fiz algo arriscado	15	83,3
<b>Fuga</b> (desejei que a situação acabasse; tinha fantasias de como as coisas iriam acontecer)		
Desejei que a situação acabasse	18	100
Tinha fantasias de como as coisas iriam acontecer	15	83,3
<b>Esquiva</b> (fiz como se nada tivesse acontecido; dormi mais que o normal; procurei esquecer a situação)		
Fiz como se nada tivesse acontecido	12	66,6
Dormi mais que o normal	03	16,6
Procurei esquecer a situação	12	66,6
<b>Aceitação de Responsabilidade</b> (critiquei-me; repreendi-me)		
Critiquei-me; Repreendi-me	09	50

Fonte: Dados coletados na pesquisa

Os respondentes indicaram a forma como utilizaram cada um dos itens apresentados, em uma escala de 0 a 3, na qual 0 significa “não usei esta estratégia”; 1, “usei um pouco”; 2, “usei bastante”; 3, “usei em grande quantidade”.

No presente estudo foram adotados o agrupamento em duas categorias, utilizadas por Martins et al, (2011):

a) Estratégias funcionais que correspondem aos fatores autocontrole, suporte social, resolução de problemas e reavaliação positiva. Os participantes enfrentam o problema de maneira positiva.

b) Estratégias disfuncionais que correspondem aos fatores confronto, fuga, esquiva e aceitação de responsabilidade. Os participantes enfrentam o problema de forma negativa.

Foram separadas as respostas dos participantes por tipos de estratégias.

Primeiro as Estratégias de enfrentamento funcionais ou positivas e depois as Estratégias de enfrentamento disfuncionais ou negativas.

Para correlacionar o perfil sócio-demográfico dos idosos com as variáveis do estudo, foi usada a metodologia de Regressão Linear Múltipla em que se busca relacionar as informações sócio demográficas às 08 estratégias de enfrentamento. Foram ajustadas 08 regressões, considerando-se as seguintes variáveis - resposta: Autocontrole, Suporte Social, Resolução de Problemas, Reavaliação Positiva, Confronto, Fuga, Esquiva e Aceitação.

Devido à existência de alguns valores faltantes os mesmos foram substituídos por zero e posteriormente foi feita a soma da pontuação de todas as perguntas de um mesmo grupo de estratégia de enfrentamento para cada pessoa.

Somou-se zero para o caso de resposta “não usei essa estratégia”, 1 para o caso de resposta “usei um pouco”, 2 para “usei bastante” e 3 para “usei em grande quantidade”.

Também se fez a soma das pontuações para obter a variável Classe econômica. O valor somado foi sempre o número em posse de cada item, para o caso de resposta “possui 4 ou mais” somou-se 4 pontos e para itens que apresentaram valores faltantes a quantidade foi substituída por zero.

Para utilizar a metodologia de regressão, é necessário que a variável resposta satisfaça a suposição de normalidade, o que ocorreu em todas as 08 variáveis resposta analisadas, considerando uma significância de 5% (p-valor igual a 0,65, 0,17, 0,06, 0,08, 0,13, 0,32, 0,28 e 0,41, respectivamente).

As variáveis preditoras de cada uma das regressões foram idade, sexo, região, escolaridade, estado civil, número de pessoas na casa, participação em algum grupo e classe social. As variáveis sócio-demográficas tempo de casado (a) / união estável, idade de esposa (o) / companheira (o), número de filhos não foram consideradas na análise de regressão devido ao excesso de dados faltantes (*missings*).

A variável sexo não foi significativa em nenhuma regressão.

Os resultados de cada regressão foram analisados, um a um, de forma a entender qual a relação de cada variável sócio-demográfica com as 08 variáveis do estudo, bem como a significância estatística dessa relação. Foram descritas apenas as relações que apresentaram significância estatística (considerou-se uma significância de 15%).

#### Auto controle (Estratégia de enfrentamento funcional ou positiva)

1 – Concentrei-me no que deveria ser feito em seguida, no próximo passo – 50% dos participantes da pesquisa utilizam bastante deste tipo de estratégia.

2 – Tentei analisar o problema para entendê-lo melhor - 50% dos participantes da pesquisa utilizam pouco desta estratégia.

10 – Tentei não fazer nada que fosse irreversível, procurando deixar outras opções- Nota-se que para esta determinada resposta 50% dos participantes responderam que não usam esta estratégia enquanto os outros 50% responderam que a utilizam em grande quantidade.

35 – Procurei não fazer nada apressadamente ou seguir o meu primeiro impulso- 33% dos participantes da pesquisa não costumam utilizar esta estratégia e 33% dos participantes da pesquisa utilizam pouco desta estratégia.

48 – Busquei nas experiências passadas uma situação similar- 50% dos participantes da pesquisa utilizam pouco desta estratégia.

54 – Procurei não deixar que meus sentimentos interferissem muito nas outras coisas que eu estava fazendo- 50% dos participantes da pesquisa não costumam utilizar esta estratégia.

61 – Analisei mentalmente o que fazer e o que eu dizer- 50% dos participantes da pesquisa utilizam esta estratégia em grande quantidade.

62 – Pensei em uma pessoa que admiro e a tomei como modelo- 50% dos participantes da pesquisa utilizam esta estratégia em grande quantidade.

63 – Procurei ver as coisas sob o ponto de vista da outra pessoa- 33% dos participantes da pesquisa não costumam utilizar esta estratégia e 33% dos participantes da pesquisa utilizam esta estratégia em grande quantidade.

A primeira regressão, da variável Autocontrole, apresentou  $R^2$  de 0,71. Os solteiros e os respondentes da região nordeste apresentaram menor Autocontrole (p-valor igual a 0,001 e 0,012, respectivamente). Quanto maior o número de pessoas na casa, menor o Autocontrole (p-valor=0,017).

#### Suporte Social (Estratégia de enfrentamento funcional ou positiva)

7 – Tentei encontrar a pessoa responsável para mudar suas ideias- 50% dos participantes da pesquisa utilizam bastante deste tipo de estratégia.

8 – Conversei com outra(s) pessoa(s) sobre o problema procurando mais dados sobre a situação- 83% dos participantes da pesquisa utilizam esta estratégia em grande quantidade.

22 – Procurei ajuda profissional- 66% dos participantes da pesquisa utilizam esta estratégia em grande quantidade.

31 – Falei com alguém que poderia fazer alguma coisa concreta sobre o problema- 66% dos participantes da pesquisa utilizam esta estratégia em grande quantidade.

42 – Procurei um amigo ou parente para pedir conselhos- 33% dos participantes da pesquisa não costumam utilizar esta estratégia e 33% dos participantes da pesquisa utilizam bastante deste tipo de estratégia.

45 – Falei com alguém sobre como estava me sentindo- 33% dos participantes da pesquisa utilizam bastante deste tipo de estratégia e 33% dos participantes da pesquisa utilizam esta estratégia em grande quantidade.

59 – Rezei- 50% dos participantes da pesquisa utilizam esta estratégia em grande quantidade.

A regressão da variável Suporte Social apresentou  $R^2$  de 0,66. Respondentes da região sul apresentaram maior Suporte Social (p-valor=0, 075), enquanto respondentes da região sudeste e respondentes que participam de algum grupo possuem menor Suporte Social (p-valor igual a 0, 046 e 0,06, respectivamente). Quanto maior a idade, menor o Suporte Social (p-valor=0, 067).

#### Resolução de Problemas (Estratégia de enfrentamento funcional ou positiva).

26 – Fiz um plano de ação e o segui- 66% dos participantes da pesquisa utilizam esta estratégia em grande quantidade.

39 – Modifiquei aspectos da situação para que tudo desse certo no final- 50% dos participantes da pesquisa não costumam utilizar esta estratégia.

46 – Recusei recuar e batalhei pelo que eu queria- 50% dos participantes da pesquisa utilizam pouco desta estratégia.

49 – Eu sabia o que deveria ser feito, portanto dobrei meus esforços para fazer o que fosse necessário- 50% dos participantes da pesquisa utilizam esta estratégia em grande quantidade.

52 – Encontrei algumas soluções diferentes para o problema- 33% dos participantes da pesquisa não costumam utilizar esta estratégia e 33% dos participantes da pesquisa utilizam bastante deste tipo de estratégia.

60 – Preparei-me para o pior- 83% dos participantes da pesquisa não costumam utilizar esta estratégia.

A regressão da variável Resolução de Problemas apresentou  $R^2$  de 0,45. Respondentes da região sudeste e nordeste, bem como respondentes que participam de algum grupo possuem menor Resolução de Problemas (p-valor igual a 0, 054, 0,10 e 0, 118, respectivamente).

#### Reavaliação Positiva (Estratégia de enfrentamento funcional ou positiva)

5 – Procurei tirar alguma vantagem da situação- 67% dos participantes da pesquisa não costumam utilizar esta estratégia.

6 – Fiz alguma coisa que acreditava não daria resultados, mas ao menos estava fazendo alguma coisa- 50% dos participantes da pesquisa utilizam esta estratégia em grande quantidade.

15 – Procurei encontrar o lado bom da situação- 66% dos participantes da pesquisa utilizam esta estratégia em grande quantidade.

20 – Inspirou-me a fazer algo criativo- 83% dos participantes da pesquisa utilizam esta estratégia em grande quantidade.

27 – Tirei o melhor da situação, o que não era esperado- 33% usam bastante e 33% usam em grande quantidade este tipo de estratégia.

23 – Mudei ou cresci como pessoa de uma maneira positiva- 83% dos participantes da pesquisa utilizam esta estratégia em grande quantidade.

30 – Saí da experiência melhor do que eu esperava – 100% dos participantes da pesquisa utilizam bastante deste tipo de estratégia.

36 – Encontrei novas crenças- 66% dos participantes da pesquisa não costumam utilizar esta estratégia.

38 – Redescobri o que é importante na vida – 50% dos participantes da pesquisa utilizam bastante deste tipo de estratégia.

56 – Mudei alguma coisa em mim, modifiquei-me de alguma forma- 50% dos participantes da pesquisa utilizam esta estratégia em grande quantidade.

64 – Eu disse a mim mesmo (a) que as coisas poderiam ter sido piores- 50% dos participantes da pesquisa utilizam pouco desta estratégia.

A regressão da variável Reavaliação Positiva apresentou  $R^2$  de 0,64. Respondentes da região sul possuem maior Reavaliação Positiva (p-valor=0, 018). Respondentes que participam de algum grupo possuem menor Reavaliação Positiva (p-valor=0, 013). Quanto maior a idade, menor a Reavaliação Positiva (p-valor=0,03).

#### Confronto (Estratégia de enfrentamento disfuncional ou negativa)

17 – Mostrei a raiva para as pessoas que causaram o problema- 50% dos participantes da pesquisa utilizam pouco desta estratégia.

18 – Aceitei a simpatia e a compreensão das pessoas - Esta pergunta obteve 33% de respostas dizendo que não usam, enquanto 33% dizem que usam bastante e 33% utilizam em grande quantidade.

28 – De alguma forma extravasei os meus sentimentos- 50% dos participantes da pesquisa utilizam bastante deste tipo de estratégia.

34 – Enfrentei como um grande desafio. Fiz algo muito arriscado- 50% dos participantes da pesquisa utilizam pouco desta estratégia.

47 – Descontei minha raiva em outra (s) pessoa (s)- 83% dos participantes da pesquisa não costumam utilizar esta estratégia.

A regressão da variável Confronto apresentou  $R^2$  de 0,65. Respondentes com maior escolaridade apresentaram maior Confronto (p-valor=0,071), bem como os respondentes de classe D (p-valor=0,14). Respondentes que participam de algum grupo possuem menor Confronto (p-valor=0,025).

Fuga (Estratégia de enfrentamento disfuncional ou negativa)

3 – Procurei trabalhar ou fazer alguma atividade para me distrair- 50% dos participantes da pesquisa não costumam utilizar esta estratégia.

4 – Deixei o tempo passar, a melhor coisa que poderia fazer era esperar. O tempo é o melhor remédio- 67% dos participantes da pesquisa não costumam utilizar esta estratégia.

19 – Disse coisas a mim mesmo (a) que me ajudassem a sentir- 50% dos participantes da pesquisa utilizam esta estratégia em grande quantidade.

33 – Procurei me sentir melhor, comendo, fumando, utilizando drogas ou medicação- 83% dos participantes da pesquisa não costumam utilizar esta estratégia.

40 – Procurei fugir das pessoas em geral – 100% dos participantes da pesquisa não costumam utilizar esta estratégia.

50 – Recusei acreditar que aquilo estava acontecendo- 50% dos participantes da pesquisa não costumam utilizar esta estratégia.

51 – Prometi a mim mesmo que as coisas serão diferentes da próxima vez- 50% dos participantes da pesquisa utilizam bastante deste tipo de estratégia.

55 – Gostaria de poder mudar o que tinha acontecido ou como me senti- 50% dos participantes da pesquisa utilizam esta estratégia em grande quantidade.

57 – Sonhava acordado (a) ou imaginava um lugar ou tempo melhores do que aqueles em que eu estava- 50% dos participantes da pesquisa utilizam esta estratégia em grande quantidade.

58 – Desejei que a situação acabasse ou de alguma forma desaparecesse- 33% dos participantes da pesquisa não costumam utilizar esta estratégia, 33% dos participantes da pesquisa utilizam bastante deste tipo de estratégia e 33% dos participantes da pesquisa utilizam esta estratégia em grande quantidade.

A regressão da variável Fuga apresentou  $R^2$  de 0,43. Respondentes que participam de algum grupo possuem menor Fuga (p-valor=0,05). Já os respondentes de classe D apresentaram maior Fuga (p-valor=0,10).

Esquiva (Estratégia de enfrentamento disfuncional ou negativa)

11 – Esperei que um milagre acontecesse- 50% dos participantes da pesquisa utilizam esta estratégia em grande quantidade.

12 – Concordei com o fato, aceitei o meu destino- 66% dos participantes da pesquisa não costumam utilizar esta estratégia.

13 - Fiz como se nada tivesse acontecido- 66% dos participantes da pesquisa não costumam utilizar esta estratégia.

14 – Procurei guardar para mim mesmo (a) os meus sentimentos- 33% dos responderam usar bastante e 33% afirmaram usar em grande quantidade.

16 – Dormi mais que o normal- 83% dos participantes da pesquisa não costumam utilizar esta estratégia.

24 – Esperei para ver o que acontecia antes de fazer alguma coisa- Para esta pergunta as respostas foram equitativas em 33% dizendo que não usam, 33% respondendo que usam pouco e 33% utilizam em bastante quantidade.

32 – Tentei descansar, tirar férias a fim de esquecer o problema- 50% dos participantes da pesquisa utilizam bastante deste tipo de estratégia.

37 – Mantive meu orgulho não demonstrando os meus sentimentos- 66% dos participantes da pesquisa não costumam utilizar esta estratégia.

41 – Não deixei me impressionar, recusava-me a pensar muito sobre essa situação- 50% dos participantes da pesquisa não costumam utilizar esta estratégia.

43 – Não deixei que os outros soubessem da verdadeira situação – 83% dos participantes da pesquisa não costumam utilizar esta estratégia.

44 – Minimizei a situação recusando-me a me preocupar seriamente com ela – 50% dos participantes da pesquisa não costumam utilizar esta estratégia.

65 – Corri ou fiz exercícios- 50% dos participantes da pesquisa não costumam utilizar esta estratégia.

A regressão da variável Esquiva apresentou  $R^2$  de 0,76. Respondentes que participam de algum grupo possuem menor Esquiva (p-valor=0,044), bem como os respondentes da região norte (p-valor=0,009) e respondentes casados e separados, (p-valor igual a 0,001 e 0,001, respectivamente).

Aceitação de Responsabilidade (Estratégia de enfrentamento disfuncional ou negativa)

9 – Critiquei-me, repreendi-me- 50% dos participantes da pesquisa não costumam utilizar esta estratégia.

25 – Desculpei ou fiz alguma coisa para repor os danos- 50% dos participantes da pesquisa utilizam bastante deste tipo de estratégia.

29 – Compreendi que o problema foi provocado por mim- Para esta pergunta as respostas foram equitativas em 33% dizendo que não usam, 33% respondendo que usam pouco e 33% utilizam em bastante quantidade.

53 – Aceitei. Nada poderia ser feito- 83% dos participantes da pesquisa não costumam utilizar esta estratégia.

A regressão da variável Aceitação apresentou  $R^2$  de 0,69. Respondentes que participam de algum grupo possuem menor Aceitação (p-valor=0,039), bem como os respondentes da classe D (p-valor=0,017). Respondentes da região sul apresentaram maior Aceitação. Quanto maior a idade, menor a Aceitação (p-valor=0,031) e quanto maior o número de pessoas na casa, maior a Aceitação (p-valor=0,127).

	Autocontrole ( $R^2=0,71$ )		Suporte Social ( $R^2=0,66$ )		Resolução de Problemas ( $R^2=0,45$ )		Reavaliação Positiva ( $R^2=0,64$ )		Confronto ( $R^2=0,65$ )		Fuga ( $R^2=0,43$ )		Esquiva ( $R^2=0,76$ )		Aceitação ( $R^2=0,69$ )	
	Relação	p-valor	Relação	p-valor	Relação	p-valor	Relação	p-valor	Relação	p-valor	Relação	p-valor	Relação	p-valor	Relação	p-valor
Escolaridade									+	0,071						
Idade			-	0,067			-	0,03							-	0,031
Número de pessoas na casa	-	0,017													+	0,127
Participa de algum grupo			-	0,06	-	0,118	-	0,013	-	0,025	-	0,05	-	0,044	-	0,039
Região nordeste	-	0,001			-	0,107										
Região norte													-	0,009		
Região sudeste			-	0,046	-	0,054										
Região sul			+	0,075			+	0,018							+	0,007
Separado													-	0,001		
Solteiro	-	0,012														
Casado													-	0,001		
Classe D									+	0,14	+	0,10			-	0,017
Sexo																

Quadro 5: Relação das variáveis sócio-demográficas com as 08 variáveis do estudo e os respectivos p-valor. O sinal negativo (-) representa uma relação negativa e o sinal positivo (+) representa uma relação positiva

Fonte: Dados da pesquisa

Para descrever as respostas relativas às estratégias de enfrentamento, foi desenvolvido o Quadro 5, onde cada linha é uma questão (1 a 65) e nas colunas temos as quatro possíveis respostas (não usei essa estratégia, usei um pouco, usei bastante e usei em grande quantidade). Foram gerados os percentuais de cada uma das respostas (coluna “%”) e a quantidade absoluta de respondentes (coluna “N”).

Para testar se houve diferença estatisticamente significativa nas respostas, foi utilizado o Teste Exato de Qui-Quadrado, sob a hipótese nula de que todas as respostas apresentam a mesma proporção, ou seja, rejeitar a hipótese nula significa que as respostas não apresentam a mesma proporção (há ao menos uma diferença) a uma significância de 5% ( $\alpha=0,05$ ).

Das 65 questões relativas às estratégias de enfrentamento, 21 não apresentaram proporções de respostas significativamente diferentes. São as questões 3, 7, 10, 23, 26, 28, 31, 39, 49, 57, 58, 61 e 64 (p-valor = 0, 1283) e 15, 20, 25, 35, 42, 45, 52 e 63 (p-valor=0, 6795). Todas as outras 44 questões apresentaram proporções de respostas significativamente diferentes, com os p-valores que podem ser observados no Quadro 6.

Questão	Não usei essa estratégia		Usei um pouco		Usei bastante		Usei em grande quantidade		Estatística Qui-Quadrado	p-valor
	%	N	%	N	%	N	%	N		
1	0%	0	33%	6	0%	0	67%	12	22,00	<0,0001
2	0%	0	0%	0	33%	6	67%	12	22,00	<0,0001
3	33%	6	33%	6	0%	0	33%	6	6,00	0,1283
4	50%	9	0%	0	50%	9	0%	0	18,00	<0,0001
5	83%	15	0%	0	17%	3	0%	0	34,00	<0,0001
6	83%	15	0%	0	17%	3	0%	0	34,00	<0,0001
7	33%	6	0%	0	33%	6	33%	6	6,00	0,1283
8	33%	6	0%	0	17%	3	50%	9	10,00	0,0177
9	17%	3	50%	9	0%	0	33%	6	10,00	0,0177
10	33%	6	33%	6	33%	6	0%	0	6,00	0,1283
11	67%	12	17%	3	17%	3	0%	0	18,00	<0,0001
12	67%	12	17%	3	17%	3	0%	0	18,00	<0,0001
13	67%	12	17%	3	17%	3	0%	0	18,00	<0,0001
14	67%	12	17%	3	17%	3	0%	0	18,00	<0,0001
15	17%	3	33%	6	33%	6	17%	3	2,00	0,6795
16	100%	18	0%	0	0%	0	0%	0	54,00	<0,0001
17	67%	12	17%	3	17%	3	0%	0	18,00	<0,0001
18	17%	3	50%	9	0%	0	33%	6	10,00	0,0177
19	17%	3	33%	6	50%	9	0%	0	10,00	0,0177
20	17%	3	33%	6	33%	6	17%	3	2,00	0,6795
21	83%	15	17%	3	0%	0	0%	0	34,00	<0,0001
22	33%	6	0%	0	50%	9	17%	3	10,00	0,0177
23	17%	3	17%	3	17%	3	50%	9	6,00	0,1283
24	50%	9	17%	3	33%	6	0%	0	10,00	0,0177
25	33%	6	17%	3	33%	6	17%	3	2,00	0,6795
26	0%	0	33%	6	33%	6	33%	6	6,00	0,1283
27	50%	9	33%	6	17%	3	0%	0	10,00	0,0177
28	33%	6	33%	6	33%	6	0%	0	6,00	0,1283
29	50%	9	0%	0	33%	6	17%	3	10,00	0,0177
30	17%	3	0%	0	33%	6	50%	9	10,00	0,0177
31	17%	3	17%	3	50%	9	17%	3	6,00	0,1283
32	83%	15	0%	0	17%	3	0%	0	34,00	<0,0001
33	83%	15	17%	3	0%	0	0%	0	34,00	<0,0001
34	33%	6	50%	9	0%	0	17%	3	10,00	0,0177
35	33%	6	33%	6	17%	3	17%	3	2,00	0,6795
36	67%	12	0%	0	33%	6	0%	0	22,00	<0,0001
37	67%	12	17%	3	0%	0	17%	3	18,00	<0,0001
38	0%	0	33%	6	50%	9	17%	3	10,00	0,0177
39	50%	9	17%	3	17%	3	17%	3	6,00	0,1283
40	100%	18	0%	0	0%	0	0%	0	54,00	<0,0001
41	50%	9	33%	6	17%	3	0%	0	10,00	0,0177
42	33%	6	17%	3	33%	6	17%	3	2,00	0,6795
43	83%	15	17%	3	0%	0	0%	0	34,00	<0,0001
44	50%	9	17%	3	33%	6	0%	0	10,00	0,0177
45	17%	3	17%	3	33%	6	33%	6	2,00	0,6795
46	0%	0	50%	9	17%	3	33%	6	10,00	0,0177
47	83%	15	17%	3	0%	0	0%	0	34,00	<0,0001
48	33%	6	50%	9	17%	3	0%	0	10,00	0,0177
49	17%	3	17%	3	17%	3	50%	9	6,00	0,1283
50	50%	9	33%	6	17%	3	0%	0	10,00	0,0177
51	0%	0	17%	3	50%	9	33%	6	10,00	0,0177
52	33%	6	17%	3	33%	6	17%	3	2,00	0,6795
53	83%	15	17%	3	0%	0	0%	0	34,00	<0,0001
54	50%	9	17%	3	0%	0	33%	6	10,00	0,0177
55	17%	3	33%	6	0%	0	50%	9	10,00	0,0177
56	17%	3	33%	6	0%	0	50%	9	10,00	0,0177
57	17%	3	17%	3	17%	3	50%	9	6,00	0,1283
58	33%	6	0%	0	33%	6	33%	6	6,00	0,1283
59	33%	6	17%	3	0%	0	50%	9	10,00	0,0177
60	83%	15	17%	3	0%	0	0%	0	34,00	<0,0001
61	17%	3	17%	3	17%	3	50%	9	6,00	0,1283
62	33%	6	0%	0	17%	3	50%	9	10,00	0,0177
63	33%	6	17%	3	17%	3	33%	6	2,00	0,6795
64	17%	3	50%	9	17%	3	17%	3	6,00	0,1283
65	50%	9	17%	3	33%	6	0%	0	10,00	0,0177

Quadro 6 - proporção e valor absoluto das respostas de cada uma das 65 estratégias de enfrentamento, com a respectiva Estatística Qui-Quadrado e o p-valor

Fonte: Dados da pesquisa

Como ainda há controvérsias sobre o conceito de Estratégias de Enfrentamento, esta pesquisa irá usar o conceito de Fernandes e Inocente (2010) que “consiste no conjunto de

estratégias utilizadas pelas pessoas para se adaptarem a circunstâncias adversas e os esforços que são despendidos para lidar com o estresse” Fernandes e Inocente (2010, p. 01).

A pergunta 21 trata sobre procurar a situação desagradável, ir atrás da situação ruim, portanto, apesar de ser um comportamento considerado disfuncional, ou negativo, ela não se encaixa em nenhum dos fatores de estratégias de enfrentamento. Por isso, ficou à parte:

21 – Procurei a situação desagradável - Essa foi uma das três respostas (as outras foram as de nº 30 e 40) às 65 perguntas do questionário que obteve 100% da mesma reação dos entrevistados. Nenhum deles procura uma situação desagradável.

Neste estudo, as estratégias positivas, a resolução de problemas, autocontrole, suporte social e a reavaliação positiva fazem parte do enfrentamento de 100% dos idosos.

Enquanto que, os resultados, quanto às estratégias de enfrentamento negativas, os mais frequentes foram: confronto (83,33%), esquiva (66%), aceitação de responsabilidade (50%) e fuga (100%).

Em estudo feito por Folkman et al. (1987 apud MARTINS, SILVA FILHO e PIRES, 2011) descobriu-se que os mais jovens costumam utilizar estratégias mais ativas, focalizando no problema, eles usam confronto, apoio social e resolução de problemas, já as pessoas mais velhas usam estratégias consideradas mais passivas, tal como aceitação de responsabilidade e reavaliação positiva.

Teixeira (2002), Carvalho e Garcia, (2003), Bosi, (1994) e Lima (2006) comentam sobre o aumento da quantidade de idosos nos dias atuais. Por isso, as estratégias positivas serem utilizadas pelos participantes da pesquisa é notícia alvissareira, tendo em vista a apreensão deste comportamento pelos mais novos, que os rodeiam. A busca pelo autocontrole e suporte social dos que responderam é de 100%. Este resultado encontra o pensamento de Guedea, Albuquerque, Tróccoli, et al. (2006), que ensinam que o enfrentamento direto e o de reavaliação são os que aludem aos esforços cognitivos e comportamentais de um sujeito para lidar com seus problemas, bem como às mudanças cognitivas criadas para mudar a abordagem de sua percepção do problema num sentido mais positivo.

Os que apresentaram menor Autocontrole foram os solteiros, os respondentes da região nordeste e os que possuem maior número de pessoas na casa.

Os respondentes da região sul apresentaram maior Suporte Social.

Os mais velhos, os respondentes da região sudeste e aqueles que participam de algum grupo possuem menor Suporte Social.

Os provenientes da região sudeste e nordeste, bem como os que participam de algum grupo possuem menor Resolução de Problemas.

Respondentes da região sul possuem maior Reavaliação Positiva.

Os mais velhos e os que participam de algum grupo possuem menor Reavaliação Positiva.

Respondentes com maior escolaridade e os de classe D apresentaram maior Confronto.

Os que participam de algum grupo possuem menor Confronto.

Os que utilizam menos a variável Fuga são aqueles que participam de algum grupo.

Já os respondentes de classe D apresentaram maior Fuga.

Respondentes que participam de algum grupo, os da região norte e casados e separados possuem menor Esquiva.

A regressão da variável Aceitação apresentou que os mais velhos, os da classe D e os que participam de algum grupo possuem menor Aceitação.

Já quanto maior o número de pessoas na casa e os da região sul apresentaram maior Aceitação.

Vê-se que dos dezoitos idosos pesquisados 83,3% utilizam a estratégia de enfrentamento com confronto. Conforme Faria (2006), Guedea, Albuquerque, Tróccoli, et al. (2006), Barbosa (2006) e Pizzato (2007), a estratégia de confronto é emocional, resposta ao estresse com tentativa de mudança.

A esquiva é usada por 66,6% dos entrevistados. Leite Júnior (2009) considera a esquiva como tipo de defesa já que evita pensar no problema e conseqüentemente em sua solução. Esta atitude é também vista pelos que rodeiam o idoso e consideram-no não efetivo. Este comportamento da sociedade é apontado por Beauvoir (1990), Resende (2001) e Sousa (2004) que dizem que o indivíduo passa a ser socialmente relegado, à medida em que ele se isola ou quando a sociedade não vê nele mais utilidade.

Quanto à estratégia de aceitar responsabilidade, observa-se que foi freqüente em 50% dos participantes. Nisto condiz Lima (2006), ao opinar sobre o idoso não se permitir ser dominado pelo medo, não ceder ao impulso da inatividade, autopiedade, ausência de afetividade, falta de interesse e coragem e reconhecer que a saúde física e psíquica pode ser consequência da capacidade ação de acordo com seu verdadeiro interesse.

Todos os respondentes (100%) apresentaram reações de fuga-esquiva. Este fator, de enfrentamento de esquiva ou fuga, segundo Guedea et al. (2006), é o concernente às tentativas, cognitivas ou comportamentais intentadas em se evitar ou escapar do problema.

Enquanto que, nas duas estratégias positivas seu uso é de 100%. Percebe-se nas estratégias negativas que há uma variação de utilização pelos pesquisados que vai de 50% a

100%. Folkman e Lazarus (1980) dizem que ambos os gêneros (masculino e feminino) apresentam comportamento semelhante no que diz respeito às estratégias emocionais.

Esta pesquisa chegou à uma conclusão similar, haja vista a variável sexo não ter sido significativa.

O conteúdo a ser trabalhado na estratégia de enfrentamento deve ser, preferencialmente, a memória porque fortalece o presente e projeta o futuro.

## 4.2 Da Análise qualitativa

Foram realizados 03 (três) grupos focais de 06(seis) participantes cada.

### 4.2.1 Perfil sociodemográfico da Amostra

O Quadro 7 demonstra o perfil dos dezoito entrevistados e variáveis como idade média, sexo, região do Brasil na qual nasceu, grau de escolaridade, estado civil, tempo morando junto, idade do cônjuge/companheiro, número de filhos, quantas pessoas vivem na sua casa e se participa de algum grupo além da UMA/UFT.

Quanto ao grau de escolaridade, observa-se não haver nenhum entrevistado com Ensino Médio Incompleto ou com Ensino Superior Incompleto (Quadro 7).

VARIÁVEIS	DESCRIÇÃO
Idade média	Entre 66 a 70 anos
Sexo	- 11 Mulheres - 07 Homens
Região do Brasil na qual nasceu	- 09 Centro Oeste - 09 Sul
Grau de escolaridade	-05 Ensino Fundamental Incompleto - 04 Ensino Fundamental Completo - 05 Ensino Médio

	Completo - 04 Ensino Superior Completo
Estado Civil	- 05 Solteiro - 03 Casado - 03 Separado - 04 Divorciado - 03 Viúvo
Tempo morando junto	- 05 de 01 a 05 anos - 03 de 31 a 35 anos - 10 mais de 36 anos
Idade do cônjuge/companheiro	- 05 de 51 a 60 anos - 11 de 61 a 70 anos - 02 de 71 a 80 anos
Número de filhos	- 01 teve nenhum filho - 01 teve 01 filho - 03 tiveram 02 filhos - 05 tiveram 03 filhos - 04 tiveram 04 filhos - 01 teve 05 filhos - 01 teve 06 filhos - 01 teve 10 filhos - 01 teve 11 filhos
Quantas pessoas vivem na sua casa	- 07 moram sozinhos - 06 moram com mais 01 pessoa - 01 mora com mais 02 pessoas - 01 mora com mais 03 pessoas - 01 mora com mais 04 pessoas - 01 mora com mais 05 pessoas - 01 mora com mais 06 pessoas
Participa de algum grupo além da UMA/UFT	- 17 participam - 01 não participa

Quadro 7: Perfil dos entrevistados

Fonte: Pesquisa

As características que predominaram foram: idade entre 66 a 70 anos, sexo feminino, 06 entrevistados nasceram no nordeste e 05 entrevistados nasceram no sul do país, 05 entrevistados tem ensino fundamental incompleto e 05 entrevistados ensino médio completo, 05 são solteiros e, os 10 acadêmicos da UMA/UFT que tem cônjuge/companheiro estão há mais de 36 anos morando juntos, a faixa etária dos cônjuges/companheiros ficou entre 61 a 70 anos, 05 dos entrevistados tiveram 03 filhos, 07 dos participantes moram sozinhos em casa e 17 participam de algum grupo além da UMA/UFT.

#### 4.2.2 Da análise do Grupo Focal

As gravações dos grupos focais ocorreram entre os meses de outubro e novembro de 2012 e tiveram duração média de 90 minutos. Os quadros entre os números 05 e 08 correspondem às 04 categorias de análise, criadas para este estudo. Todos os quadros são sucedidos por discussão.

Os dados foram agrupados em subcategorias. Nas subcategorias estão condensados os indivíduos que mostraram semelhanças em suas repostas.

- **Categoria de Análise 01: Conceito do acadêmico sobre empoderamento**

Sub Categoria	Respostas	Idéia Geral
<b>Fator externo</b>	“Bem, empoderamento é quando a gente tem uma ancoragem né... Por exemplo, a gente tem essa associação, a gente também pertence a essa universidade, tem os professores também, tem todo mundo”	Relaciona o termo com a ideia de receber apoio. Independente de ser pessoa física ou jurídica.
	“Eu acredito que a gente tem poder para ajudar ou prejudicar em certas situações indicado no respeito né, ou uma situação.”	O termo está ligado a ser o suporte ou não, de outrem.
	“Na minha função, eu sou servidor público e eu tenho um cargo, que me da o poder de tomar algumas decisões,”	Acredita que tem somente o poder delegado, por outro, a ele.
<b>Fator Interno</b>	“em querer ser mais do que os outros, eu acho que isso é muito, muito errado, ninguém é melhor do que o outro, somos iguais, não importa se é preto, se é branco, qualquer cor, quanto à raça, sexo também”	Relaciona o termo com o poder do outro. Associa o termo à idéia de quantidade de poder.
	“Eu acho que tenho. Eu acho não, tenho certeza que tenho poder porque quando a gente quer alguma coisa, eu queria poder né... No momento que a gente quer e a gente corre atrás e foca naquilo que a gente quer e não desiste né, até o momento que consegue.”	Relaciona o termo à vontade.
	“Eu tenho o poder de tomar minhas decisões”	Associa o termo às escolhas.

Quadro 8 - Categoria de Análise 01: Conceito do acadêmico sobre empoderamento

O Quadro 8 apresenta a Categoria de Análise 01: Conceito do acadêmico sobre empoderamento.

No qual está contido o que os participantes entendem pelo tema. Após a transcrição foi possível identificar pensamentos distintos.

Pelas respostas obtidas, percebe-se que 03(três) dos 16 (dezesseis) que quiseram responder, consideraram que o empoderamento é um fator externo, dado por outrem. Os outros participantes consideraram o empoderamento como fator interno, subjetivo. Ex:

R - Eu acho que o querer é meu e o poder é de Deus, se eu quero, Deus me dá esse poder.

R - Isso ai é empoderamento cultural, é uma delicada situação que você se vê, fala situação de empoderamento... Empoderamento econômico, empoderamento cultural. Eu venho aprender esse negócio de empoderamento quando entrei na UMA, porque se a gente entendesse que a gente tinha poder, que a gente tinha tudo isso, que a gente precisava acreditar, dizer não, dizer sim na hora certa né. E é muito bom pra mim, eu aprendo muito. (Informação verbal).

Durante a aplicação desta pergunta, observou-se que vários participantes tiveram que digerir a informação recebida porque nunca tinham pensado nisto. Ao menos pelo prisma apresentado. Após uns momentos, começaram a elaborar suas respostas.

Em sua maioria, acreditam que o poder lhes é dado, ofertado por meio externo, mesmo que acreditem ter seus próprios méritos ou capacidade. Não levaram muito em consideração, a emanção de seu próprio poder, mas crêem que suas habilidades aumentam devido ao que o meio oferece.

- **Categoria de Análise 02:** Reação do acadêmico aos problemas que surgem em seu dia a dia

Sub Categoria	Respostas	Idéia Geral
<b>Desafio</b>	“Eu não encaro a vida como um problema, eu encaro assim como um desafio né.”	Associa a expressão ‘problemas do dia a dia’ com a vida e transforma para a palavra ‘desafio’.
<b>Pede ajuda</b>	“dependendo do problema ai eu vou, eu paro, coloco o joelho no chão e peço a Deus,”	Pede a um Ente Superior que forneça as respostas.
	“eu devo procurar, mediador, conciliador, marketing pra resolver.”	Procura quem acha que pode ajudar.
<b>Resolve</b>	“se é problema eu tenho que resolver, eu não deixo passar, eu não deixo pra outro dia, se eu posso resolver hoje eu corro atrás”	Resolve rapidamente o problema.

Quadro 9 - Categoria de Análise 02: Reação do acadêmico aos problemas que surgem em seu dia a dia

Com a **Categoria de análise 02:** Reação do acadêmico aos problemas que surgem em seu dia a dia.

Objetivou-se identificar que fatores, os entrevistados julgam ser necessários para que consigam resolver seus problemas.

Pelas respostas obtidas, todos responderam que lidam com os problemas no dia a dia e disseram lidar com os problemas tentando resolvê-los.

E alguns responderam como lidam com os problemas quer seja via oração, mediação, buscando ajuda, cantando, caminhando. Ex: Então os desafios de cada dia né, aí sim... Eu encaro todos os desafios com muita tranquilidade, mas com muita acidade, eu vou pra cima mesmo e também com muita oração. São três coisas que eu faço né, e eu realmente quando tenho um desafio eu vou pra oração, mas depois eu ajo, não deixo pra depois, é a minha maneira de fazer as coisas. Mas eu não encaro nada como um problema, eu encaro tudo como desafio. (Informação verbal).

Durante o Grupo Focal, todos os participantes deram à esta pergunta, respostas que são consideradas estratégias de enfrentamento positivas, no entanto, os questionários que foram respondidos, pelos mesmos participantes do grupo focal, apresentaram também estratégias de enfrentamento negativas. Acredita-se que isto se deve ao fato deles, por estar em grupo, fornecerem respostas que sabem, ainda que intuitivamente, ser estratégias positivas de enfrentamento perante um problema e no preenchimento individual do questionário, responder com mais franqueza.

- **Categoria de análise 03:** Reação do acadêmico quando surge um problema em sua rua ou bairro

Sub Categoria	Unidade de Contexto	Idéia Geral
Encaminha	“presidente da associação, ele já tem aquele cargo, então a nossa obrigação é ir lá.”	Identifica o problema e encaminha para a pessoa, jurídica ou física, pertinente.
	“Quando surge o problema, primeira coisa é analisar é... O grau desse problema é identificar se for coisa que esteja ao alcance daqueles que estão presenciando o problema, a nossa idéia é que apareça uma pessoa ou mais para tentar resolver, não resolvendo procura-se as autoridades procura-se meios que possam solucionar o problema.”	Identifica o problema e, se outra (s) pessoa (s) não puder resolver, encaminha para a pessoa, jurídica ou física, pertinente.
	“Eu creio que sim, se for uma situação que envolva polícia ou justiça, é o que a colega colocou a colega presidente da associação de moradores, tomar conhecimento do problema e propor uma solução”	Este diz ‘propor solução’ mas não, necessariamente, resolver ele mesmo.
Não se envolve	“Que eu me lembre eu nunca procurei me envolver em nada assim né...”	Não toma conhecimento ou se afasta.
	“mas depois que eu mudei pra cá eu nem sei o que acontece com minha quadra, nem em meu bairro e nem nada, então fico mais na minha.”	Não toma conhecimento.

Quadro 10 - Reação do acadêmico quando surge um problema em sua rua ou bairro

O Quadro 10 traz a Categoria de análise 03: Reação do acadêmico quando surge um problema em sua rua ou bairro.

Nele os entrevistados explicaram o que eles fazem quando aparece um problema na sua rua ou bairro, verificou-se que dos 18 (dezoito) que responderam somente 02 (dois) disseram ficar neutros. Um explicou como se faz para resolver este problema, sem, contudo deixar claro se ele pratica o que ensinou.

O restante disse que procuraria, ou procurou ativamente, a pessoa capacitada para resolver o problema. Ex: R – Dependendo do problema, eu tenho de resolver. Se for um de ordem pública. Se for uma briga de casal, aí não.

Nesta questão, que falou de ‘um problema’ de forma vaga, somente um abordou a possibilidade de que poderia ser algo que ele mesmo pudesse resolver, outros não se envolvem e os restantes partiram da premissa, ou quiseram partir, de que era um problema que não seria da alçada deles e terceirizaram a solução.

- **Categoria de análise 04:** Considerar sua resolução de problemas como exemplo

Sub Categoria	Unidade de Contexto	Idéia Geral
Tem certeza que sim	“que eu vejo que os jovens, as outras pessoas sempre perguntam pra gente né”	Identifica a procura das pessoas para dar sugestões como confiança.
	“Meus parentes tudo moram por aqui comigo, que eu resolvia todas né...”	Considera que resolver o problema dos outros pode ser seguido como exemplo pelos outros.
	“Agradeço a Deus que ele me deu a oportunidade de ser um exemplo para alguns.”	Este tem certeza que é seguido.
Acha que sim	“Eu acho que sim.”	Acha que deveriam seguir seu exemplo, mas não está certa se o fazem.
	“De resolver eu acho assim, eu sou matriarca, eu que faço toda minha família.”	Acha que pela posição que ocupa deveria ser seguida.
	“Eu acho que sim né, eu creio que sim. Porque se a pessoa vê que você teve facilidade de se sair de problemas sem colocar empecilhos as pessoas vão tomar como exemplos, porque é que aquela pessoa faz e eu não posso?”	Espera que os outros a sigam por ver que tem bons resultados.

Quadro 11: Considerar sua resolução de problemas como exemplo

O Quadro 11 traz a **Categoria de análise 04:** Considerar sua resolução de problemas como exemplo.

Pelas respostas obtidas, indagando se eles acham que sua forma de resolver seus problemas pode ser seguida como exemplo pelos outros, todos os 18 (dezoito) que responderam, consideraram que a forma deles resolverem problemas, pode sim, ser seguida como exemplo por outras pessoas.

Relatório - O grupo focal tem a subjetividade como norteadora nas respostas dadas pelos entrevistados, ou seja, trata-se do que a pessoa acha, pensa, percebe. Não é e nem há a espera de objetividade conceitual, mesmo por que isto muda conforme a época e local.

Conforme Morgan (1988 apud OLIVEIRA; FREITAS, 1999) no grupo focal sua principal unidade de análise é o próprio grupo, que devem ser considerados nos aspectos de tamanho do grupo (número dos que participam; composição do grupo, ou seja, quais as características de seus integrantes; número de grupos focais a serem realizados e a escolha da amostra, quem e o porquê participará deste grupo.

Logo, trata-se do entendimento pessoal do entrevistado, naquela ocasião, sobre o tema.

Os acadêmicos participantes entraram na UMA/UFT em agosto de 2012, esta pesquisa foi feita em outubro de 2012, ou seja, três meses depois do início das aulas. Os resultados poderiam ser diferentes e comparativos se a mesma pesquisa houvesse sido feita, também, ao final do curso.

Nota-se neste grupo estudado em questão, que alguns dos idosos entrevistados recorrem às instituições existentes para sanar problemas que eles consideram fora do alcance deles.

Para reiterar o comentário, abaixo vai depoimento de um acadêmico da UMA/UFT sobre o assunto.

“Sou de Recife. Foi muito importante minha decisão de ingressar na UMA, o lucro de uma escolha como esta para minha pessoa, é evidenciada nas minhas atitudes atuais, apesar de ter um aprendizado auto-didata, que me bastou por longo período de minha existência, alguma coisa estava faltando para completar minha vida, era justamente o direcionamento pedagógico liderado pela batuta da nossa ilustre coordenadora, Dra. Neila Osório, que nos dá o suporte para que tenhamos o empoderamento necessário para encarar envelhecimento digno. Ser um educador político-social do envelhecimento humano nos dá uma perspectiva de sermos alguém que pode influir na política social, não só da minha cidade, como também de meu país, e ter a certeza de que minha contribuição terá uma utilidade positiva. Sou acadêmico da UMA, e isso me faz feliz.” Acadêmico J. C. S.

De acordo com Carl et al (2000) apud Santos et al, (2002) sobre ser o empoderamento qualquer outro processo que refere-se à grande quantidade de experiências, encontros e eventos, que dão oportunidades às pessoas para usarem capacidades preexistentes, assim como para aprenderem novas habilidades. Estas oportunidades são dadas aos indivíduos por meio de fatores externos.

Outro exemplo do empoderamento ganho via fator externo é o depoimento abaixo:

“Sou professora primária do Rio de Janeiro. Quando entrei na UMA, era uma pessoa com cultura ampla, porém de uma timidez imensa, altamente envergonhada. Sabia todas as respostas das perguntas feitas pelos professores, mas, não conseguia sequer levantar a mão para respondê-las. Sentia-me como um feto, ainda no útero da coordenadora, sendo preparado, gerado, na expectativa do que viria. Com a aprendizagem, as aulas sobre assuntos variados e importantes, e a dança, eu mudei. Mudei muito, mudei radicalmente minha atitude. Hoje danço com um parceiro ou com o grupo, há dois anos era extremamente tímida, hoje rebolo na frente de um auditório lotado. Posso dizer: Sou feliz. I. O. F.”

Abaixo, fotografia retirada de sítio público dos dois acadêmicos depoentes dançando em público:



Figura 6 - Acadêmicos da UMA/UFT em apresentação de dança aula (2012)  
Fonte: *On-line*, 2013

Exemplo de oportunidade dada ao indivíduo propiciada por fator externo é o sair de casa para ganhar acesso às informações.



Figura 7 - Acadêmicos da UMA/UFT no Congresso Pensar 2012 em Palmas/TO  
Fonte: *On-line*, 2013

Alguns se percebem com poder, empoderados devido à sua participação em instituições governamentais e outros depois de haver entrado na UMA/UFT que é um curso de qualificação.

A maioria acredita ter força interna motivadora e insere Deus como agente fornecedor de força e circunstâncias.

Sobre religião, diz Neri (2008) “Estratégias de enfrentamento focalizadas na emoção, entre elas a religiosidade, favorecem a adaptação dos idosos em situações de incontabilidade, cuja probabilidade de ocorrência aumenta com o passar dos anos.”

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O objetivo geral e também a questão central deste trabalho foi caracterizar o empoderamento do acadêmico da UMA/UFT e as estratégias de enfrentamento que utilizam para lidar com os desafios do cotidiano na fase do envelhecimento humano.

A pessoa considerada idosa no Brasil é a que tem mais de 60 anos. Este grupo vem recebendo mais atenção do governo e estudiosos por sua ‘vulnerabilidade’ tendo sido feito, inclusive, uma regulamentação específica para esta coletividade, chamada estatuto do idoso.

Para cumprir com o objetivo específico de identificar o empoderamento destes idosos acadêmicos utilizou-se o grupo focal para detectar o empoderamento. Este instrumento tem a subjetividade como norteadora nas respostas dadas pelos participantes, ou seja, trata-se da visão do participante sobre o empoderamento.

Notou-se no grupo estudado em questão, que alguns dos idosos participantes recorrem às instituições existentes para sanar problemas que eles consideram fora do alcance deles. A maioria acredita ter força interna motivadora e insere Deus como agente fornecedor de força e circunstâncias.

Os participantes consideram que tem poder. Alguns se percebem com poder, empoderados devido à sua participação em instituições governamentais e outros depois de haver entrado na UMA/UFT que é um curso de qualificação.

Esta crença pode ser adquirida por vias externas ou internas. O poder dado pelas instituições de ensino, como a UMA/UFT, assim como por outras instituições governamentais, ou mesmo não governamentais, aumenta a sensação de poder da pessoa, por meio de sua participação ativa.

Outro dos objetivos específicos desta pesquisa era conhecer o perfil sociodemográfico e a classificação econômica dos acadêmicos idosos pesquisados.

Verificou-se que o perfil do idoso estudado é o que tem de 66 a 70 anos, mulher, nascido no nordeste, com ensino fundamental incompleto e ensino médio completo, solteira, com três filhos, morando sozinha e participante de algum grupo, pertence ao estrato C1, conforme a Classificação Econômica Brasil.

Nas respostas obtidas dos participantes, quanto à utilização de estratégias positivas e negativas de enfrentamento à uma determinada situação, cumpriu-se um dos objetivos

específicos que é o de identificar as estratégias de enfrentamento utilizadas pelos idosos pesquisados.

Neste caso, observou-se que as estratégias positivas, a resolução de problemas, autocontrole, suporte social e a reavaliação positiva fazem parte do enfrentamento dos idosos. Quanto às estratégias de enfrentamento negativas, confronto, aceitação de responsabilidade, fuga e esquiva, indicam o uso de 50% a 100% das vezes.

As estratégias de enfrentamento são recursos utilizados pelas pessoas para administrar os problemas que surgem. Elas podem ser negativas, como a negação ou positivas, quando há um ataque ao problema com vistas a solucioná-lo.

E o último objetivo específico a ser alcançado foi o de relacionar as variáveis empoderamento com as estratégias de enfrentamento dos participantes.

Em relação às estratégias funcionais ou positivas os que as utilizam mais são os respondentes da região sul, com maior suporte social e maior reavaliação positiva.

E quem menos utiliza estratégias disfuncionais ou negativas são os que participam de algum grupo, pois foram os que tiveram menor índice de confronto, fuga, esquiva e aceitação.

Em suma, os participantes da região Sul e de algum grupo, dentre os entrevistados, são os que gerenciam melhores estratégias para enfrentar seus problemas.

Durante esta pesquisa não houve o menor indício de que, ser proveniente de uma determinada região do país pudesse afetar o empoderamento e as estratégias de enfrentamento do participante, por isso, opina-se que ao se fazer nova pesquisa atente-se para este viés cultural/regional na fase da coleta e análise dos dados.

Já em relação a participar de algum grupo ficou bem claro, desde o começo deste trabalho que isto afeta, positivamente, o empoderamento e as estratégias de enfrentamento dos pesquisados.

O idoso entrevistado recebe da Universidade da Maturidade, meios externos para se empoderar. Resta saber se ele entrou na UMA/UFT já com o intuito de utilizá-la como estratégia para resolver seus problemas ou se, por nela ter ingressado, ele aprendeu a melhorar suas estratégias de enfrentamento.

Como a UMA é um curso de 18 meses de duração, interessante seria fazer um estudo longitudinal com uma turma de acadêmicos da UMA sobre empoderamento a cada seis meses.

Sugere-se, para novos estudos, saber como o idoso empoderado vem aplicando poder em outras áreas de sua vida e, também, se há impacto em seus descendentes.

## REFERÊNCIAS

- ALONSO, F. R. B. O idoso ontem, hoje e amanhã: o direito como alternativa para a consolidação de uma sociedade para todas as idades. **Revista Kairós**, São Paulo, v.8, n. 2, dez. 2005.
- ANDRADE C. M., OSÓRIO N. B. et al. **Avô – Neto: uma relação de risco e afeto**. Santa Maria: Biblos, 2008. 58p.
- ARAÚJO L.A. O. BACHION M. M. Programa Saúde da Família: perfil de idosos assistidos por uma equipe. **Rev Bras Enferm.** n. 57. p. 586-590. 2004.
- ATLAS do Desenvolvimento Humano no Brasil 2013. **Perguntas Frequentes**. Disponível em: < [http://atlasbrasil.org.br/2013/o\\_atlas/perguntas\\_frequentes](http://atlasbrasil.org.br/2013/o_atlas/perguntas_frequentes)>. Acesso em: 16 nov. 2013.
- AZEVEDO, F. **Procurando sua identidade: a difícil trajetória da vice-província do Brasil setentrional da Companhia de Jesus nos anos de 1937 a 1952**. Recife: FASA, 2006. 10 p.
- BANCO MUNDIAL. **Relatório sobre o desenvolvimento mundial. Equidade e desenvolvimento**. Washington, D. C.: BIRD/Banco Mundial, 2006.
- BAQUERO, R. V. A. Empoderamento: instrumento de emancipação social? uma discussão conceitual. **Revista Debates**. v.6, n.1, 2012.
- BARBOSA. J. **Avaliação da qualidade de vida e das estratégias de enfrentamento em idosos com incontinência fecal**. 2006. 115f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Reabilitação) - Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, MG, 2006.
- BEAUVOIR, S. A **Velhice**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1990.
- BERRY, K. J., “*An APL function for Radlow and Alf’s exact chi-square test*”, BehaviourResearchMethods, Instruments& Computers, 1985, 17(1), 131-132.
- BOSI, E. **Memória e sociedade: lembranças de velhos**. 3. ed. São Paulo: Cia das letras, 1994. 484p.
- BRASIL. Agência Nacional de Saúde Suplementar. **Experiências de financiamento da saúde dos idosos em países selecionados: relatório executivo / Agência**

**Nacional de Saúde Suplementar (Brasil)** – Dados eletrônicos. – Rio de Janeiro: ANS, 2010. 44 p. Disponível em:

<[http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/experiencias\\_financiamento\\_saude\\_idosos.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/experiencias_financiamento_saude_idosos.pdf)>. Acesso em: 7 abr. 2013.

\_\_\_\_\_. Constituição (1988). **Constituição da República Federativa do Brasil de 1988**: promulgada em 05 de outubro de 1988. 37. ed. São Paulo: Saraiva, 2011.

\_\_\_\_\_. Lei nº 10.741, de 01 de outubro de 2003. **Dispõe sobre o Estatuto do Idoso e dá outras providências**. Disponível em:

<<http://www.planalto.gov.br/ccivil/LEIS/2003/L10.741.htm>>. Acesso em: 28 fev. 2010.

\_\_\_\_\_. Lei nº 08.212, de 24 de julho de 1991. **Dispõe sobre a organização da Seguridade Social, institui Plano de Custeio, e dá outras providências**. Disponível em: <

[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/L8212cons.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/L8212cons.htm)>. Acesso em: 07 set. 2012.

\_\_\_\_\_. Ministério Da Saúde. Atenção à saúde da pessoa idosa e envelhecimento. Série B. Textos Básicos de Saúde. **Série Pactos pela Saúde**, 2006, v. 12, 1ª edição – 2010.

\_\_\_\_\_. **Resolução nº 196 de 10 de outubro de 1996**. Conselho Nacional de Saúde. Dispõe sobre diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos.

Disponível em:<[conselho.saude.gov.br/resolucoes/1996/Reso196.doc](http://conselho.saude.gov.br/resolucoes/1996/Reso196.doc)>. Acesso em: 29 jul. 2011.

CARVALHO, J. A. M; GARCIA R. A. O Envelhecimento da população brasileira: um enfoque demográfico. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, n. 19 v. 3, p.725-733, mai-jun, 2003.

CRUZ NETO, O.; MOREIRA, M.R.; SUCENA, L. Grupos Focais e Pesquisa Social Qualitativa: o debate orientado como técnica de investigação. **Anais**. XIII Encontro da Associação Brasileira de Estudos Populacionais. 2002. Ouro Preto: MG.

DIAS, C. A. **Grupo focal: técnica de coleta de dados em pesquisas qualitativas**. Universidade de Brasília. [199-]. 12p.

FARIA, J.; SEIDL, E. Religiosidade e enfrentamento em contextos de saúde e doença: revisão de literatura. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, n.18, v.3, p 381-389, 2005.

FERNANDES, G. INOCENTE. N. J. Estratégias para enfrentamento (*coping*): um levantamento bibliográfico. **Anais**. X Encontro Latino Americano de Pós-Graduação – Universidade do Vale do Paraíba. 2010. SP. Disponível em: <

[http://www.inicepg.univap.br/cd/INIC\\_2010/anais/arquivos/0570\\_0609\\_01.pdf](http://www.inicepg.univap.br/cd/INIC_2010/anais/arquivos/0570_0609_01.pdf)> Acesso em: 27 mai. 2012.

FERREIRA. A. B. de H. **Novo Dicionário Eletrônico Aurélio versão 7.0**. 5. ed. Paraná : Editora Positivo, 2010.

FOLKMAN, S.; LAZARUS, R. GRUEN, R. et al. *Appraisal, coping, health status and psychological symptoms*. **Journal of personality and Social Psychology**, 50, p. 571-579. 1986.

FORTES-BURGOS. A. C. G.; A. NERI; CUPERTINO. A. P. **Eventos estressantes, Estratégias de Enfrentamento, auto-eficácia e sintomas depressivos entre idosos residentes na comunidade**. 2007. Disponível em: < [www.scielo.br/prc](http://www.scielo.br/prc)>. Acesso em: 07 mai. 2012.

FREITAS, M. C. QUEIROZ, T. A. SOUSA, J. A. V. O significado da velhice e da experiência de envelhecer para os idosos. **Rev. esc. enferm. USP**, v.44, n.2, p. 407-412, 2010. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/reecusp/v44n2/24.pdf>>. Acesso em: 11 mai. 2013.

FUNDAÇÃO PERSEU ABRAMO. **Idosos no Brasil. Vivências, desafios e expectativas na 3ª idade**. Disponível em: <[http://www2.fpa.org.br/uploads/1\\_perfil\\_sociodemografico\\_idosos\\_brasileiros.pdf](http://www2.fpa.org.br/uploads/1_perfil_sociodemografico_idosos_brasileiros.pdf)>. Acesso em: 25 nov. 2013.

GALVÃO, D. **UMA é contemplada como Tecnologia Social pela fundação Banco do Brasil**. Disponível em: <[http://www.uft.edu.br/uma/index.php?option=com\\_content&view=article&id=334:uma-e-contemplada-como-tecnologia-social-pela-fundacao-banco-do-brasil&catid=12:noticias&Itemid=34](http://www.uft.edu.br/uma/index.php?option=com_content&view=article&id=334:uma-e-contemplada-como-tecnologia-social-pela-fundacao-banco-do-brasil&catid=12:noticias&Itemid=34)>. Acesso em: 18 nov. 2013.

GIL, A.C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 5. ed. São Paulo: Altos, 1999.

GOHN, M. G. Empoderamento e participação da comunidade em políticas sociais. **Saúde e Sociedade**, v.13, n.2, p. 20-31, 2004.

GUEDEA, M. T. D.; ALBUQUERQUE, F. J. B.; TRÓCOLLI, B. T. et al. Relação do Bem-Estar Subjetivo, Estratégias de Enfrentamento e Apoio Social em Idosos. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, n.19, v. 2, 301-308. 2006.

GUIANET. **Mapa do Estado do Tocantins**. Disponível em: <<http://www.guianet.com.br/to/mapato.htm>>. Acesso em: 18 nov. 2013.

HETERONOMIA. In: FERREIRA, A. B. H. **Dicionário Aurélio da Língua Portuguesa**. 5. ed. rev.atual. Curitiba: Positivo, 2010. P. 1085.

HOROCHOVSKI, R. R.; MEIRELLES, G. Problematizando o conceito de empoderamento. **Anais do II Seminário Nacional Movimentos Sociais Participação e Democracia**. 25 a 27 de abril de 2007, UFSC, Florianópolis, Brasil.

IBGE. Fundação Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Censo Demográfico 2010: Características da População e dos Domicílios: Resultados do Universo**. Disponível em: <<http://www.ibge.gov.br/cidadesat/link.php?codmun=172100>>. Acesso em: 05 mar. 2012.

\_\_\_\_\_. Fundação Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **População residente, por sexo e grupos de idade, segundo as Grandes Regiões e as Unidades da Federação – 2010**. Disponível em: <[http://www.censo2010.ibge.gov.br/sinopse/index.php?dados=12&uf=00#topo\\_piramide](http://www.censo2010.ibge.gov.br/sinopse/index.php?dados=12&uf=00#topo_piramide)>. Acesso em: 16 nov. 2013.

\_\_\_\_\_. Fundação Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **População residente, por situação do domicílio e sexo, segundo os grupos de idade - Brasil – 2010**. Disponível em: <[http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/censo2010/caracteristicas\\_da\\_populacao/caracteristicas\\_da\\_populacao\\_tab\\_brasil\\_zip\\_xls.shtm](http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/censo2010/caracteristicas_da_populacao/caracteristicas_da_populacao_tab_brasil_zip_xls.shtm)>. Acesso em: 10 mar. 2013.

\_\_\_\_\_. Fundação Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Estado do Tocantins - Brasil – 2010**. Disponível em: <<http://www.ibge.gov.br/estadosat/perfil.php?sigla=to>>. Acesso em: 17 nov. 2013.

IFTO. Instituto Federal do Tocantins. **Mapa Palmas**. Disponível em: <[http://www.ifto.edu.br/connepi/docs/MapaPalmas\\_verso.pdf](http://www.ifto.edu.br/connepi/docs/MapaPalmas_verso.pdf)>. Acesso em: 17 nov. 2013.

IERVOLINO, S. A.; PELICIONI, M. C. F. A utilização do grupo focal como metodologia qualitativa na promoção da saúde. **Rev Esc Enf USP**, v. 35, n.2, p.115-21, jun, 2001.

IORIO, C. Algumas considerações sobre estratégias de empoderamento e de direitos. *In*: ROMANO, J. O; ANTUNES, M. (Orgs.). **Empoderamento e direitos no combate à pobreza**. Rio de Janeiro: *ActionAid* Brasil, 2002. p. 21-44.

KRAN, F. FERREIRA, F. P. M. **Qualidade de vida na cidade de Palmas - TO: uma análise através de indicadores habitacionais e ambientais urbanos**. *Ambient. soc.* [online]. 2006, vol.9, n.2, pp. 123-141. ISSN 1809-4422. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/S1414-753X2006000200007>>. Acesso em: 18 nov. 2013.

LEITE JÚNIOR. J. A. P. **Estresse, estratégias de enfrentamento e qualidade de vida no ambiente de trabalho: um estudo em um instituto de pesquisas**. 2009. 216f. Dissertação (Mestrado em Gestão e Desenvolvimento Regional) - Universidade de Taubaté. Taubaté, SP, 2009.

LIMA, L. H. P. **Eu e o envelhecimento**. Porto Alegre: Age. 2006.

MARTINS. C. H. B. **Trabalhadores na reciclagem do lixo: dinâmicas econômicas, sócio-ambientais e políticas na perspectiva de empoderamento**. 2003. 211f. Tese (Doutorado em Sociologia) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre, RS, 2003.

MARTINS C. B.; SILVA FILHO N.; PIRES M. L. N. Estratégias de *coping* e o impacto sofrido pela família quando um dos seus está em tratamento contra o câncer. **Mudanças – Psicologia da Saúde**, 19 (1-2), p. 11-18, jan/ jun. 2011.

MARCONI, M. LAKATOS, E. M. **Fundamentos de metodologia científica**. 7.ed. São Paulo: Atlas, 2010.

MOREIRA, V. NOGUEIRA, F. N. N. Do indesejável ao inevitável: a experiência vivida do estigma de envelhecer na contemporaneidade. **Psicol. USP**, São Paulo, 19(1), p. 59-79. jan./mar. 2008.

MORIN, E. **Por uma reforma do pensamento**. In: PENA-VEJA, A.; NASCIMENTO, E. P. (Org.) O pensar complexo: Edgar Morin e a crise da modernidade. Rio de Janeiro: Garamond, 1999.

\_\_\_\_\_. **Os sete saberes necessários à educação do futuro**. Tradução de Catarina Eleonora F. da Silva e Jeanne Sawaya. 9. ed. São Paulo: Cortez ; Brasília DF: Unesco, 2004.

NERI, A. L. **As necessidades afetivas dos idosos**. DF. 2009. p.103.  
Disponível em: <[http://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2009/05/livro\\_envelhecimentoFINAL.pdf](http://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2009/05/livro_envelhecimentoFINAL.pdf)>. Acesso em: 11 ago. 2013.

\_\_\_\_\_. Seminário Nacional Envelhecimento e Subjetividade – Universidade de Campinas. **As necessidades afetivas dos idosos**. SP. 2008. Disponível em: <<http://www2.pol.org.br/envelhecimento/docs/Anita%20Neri%20-%20As%20necessidades%20afetivas%20dos%20idosos.pdf>>. Acesso em: 11 ago. 2013.

OLIVEIRA A. L. Comportamento Organizacional e pesquisa qualitativa: Algumas reflexões metodológicas. In: CHAMON E. M. Q. O. (Org.). **Gestão e comportamento humano nas organizações**. Rio de Janeiro: Brasport, 2007.

OLIVEIRA, M.; FREITAS, H. Uma aplicação de grupo focal: planejamento *versus* realização. **Revista de Administração da USP – RAUSP**. p.19. 1998/99.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. **Definition of an older or elderly person**. Disponível em:< <http://www.who.int/healthinfo/survey/ageingdefnolder/en/>>. Acesso em: 17 mar. 2013.

OSÓRIO, N. B. **Sobre a UMA**. Disponível em:< [http://www.uft.edu.br/uma/index.php?option=com\\_content&view=article&id=189&Itemid=61](http://www.uft.edu.br/uma/index.php?option=com_content&view=article&id=189&Itemid=61)>. Acesso em: 08 mai. 2012.

PERKINS, D.D.; ZIMMERMAN, M.A. *Empowerment meets narrative: listening to stories and creating settings. American Journal of Community Psychology. Oct. v. 23. n. 5. p. 569-79. 1995.*

PIZZATO, M. I. G. Estratégias de *Coping*. In: CHAMON, E. M. Q. O. (org.). **Gestão de Organizações Públicas e Privadas: uma abordagem interdisciplinar**. Rio de Janeiro: Brasport, 2007.

RESENDE, M. C. **Atitudes em relação ao idoso, à velhice pessoal e ao portador de deficiência física em adultos portadores de deficiência física**. 2001. 165f. Dissertação. (Mestrado em Gerontologia) – Universidade de Campinas. Campinas, SP, 2001.

RICHARDSON, R.J.; PERES, J.A.S. *et al.* **Pesquisa Social: métodos e técnicas**. 3. ed. São Paulo: Atlas, 1999, Revista e ampliada.

SANTOS, C. L.; LORETO, M. D. S.; SILVA, N. M.; FOGAÇA, A. **Avaliação do Projeto Pró-Sertão: uma questão do empoderamento das mulheres beneficiárias pelo Programa de Microcrédito para atividades não-agrícolas de Sergipe**. *Oikos*, v. 13, n. 2, p. 19-53, 2002.

SAVOIA, M. G. Escalas de eventos vitais e de estratégias de enfrentamento (*Coping*). **Revista Psiquiatria de Clínica**. Disponível em: <[http://hcnet.usp.br/ipq/revista/vol26/n2/artigo\(57\).htm](http://hcnet.usp.br/ipq/revista/vol26/n2/artigo(57).htm)>. Acesso em: 08 mai. 2012.

SAVOIA, M.G.; SANTANA, P.; MEJIAS, N.P. Adaptação do Inventário de Estratégias de *Coping* de Folkman e Lazarus para o Português. **Revista de Psicologia USP 6**, 1996.

SCHIRRMACHER, F. **A revolução dos idosos: o que muda no mundo com o aumento da população mais velha**. Rio de Janeiro: Campus, 2005.

SEN, A. **Desenvolvimento como liberdade**. São Paulo: Companhia das Letras, 2010.460p.

SEN, A.; KLIKSBERG, B. **As pessoas em primeiro lugar: a ética no desenvolvimento e os problemas do mundo globalizado**. São Paulo: Companhia das Letras, 2010.

SILVEIRA M. Prefácio do Magnífico Reitor da UFT. **Revista da UMA/UFT**. Palmas, ed. Especial, p. 02-31. 2013.

SILVEIRA, D. R.; MAHFOUD, M. Contribuições de Viktor Emil Frankl ao conceito de resiliência. **Estud. psicol. (Campinas)**, Campinas, v. 25, n. 4, Dec. 2008. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-166X2008000400011&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-166X2008000400011&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 27 Nov. 2013. <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-166X2008000400011>.

SIKOTA, C. S. S.; BRÊTAS, A. C. P. O significado de envelhecimento e trabalho para vendedor ambulante idoso. **REUFISM –Rev. Enfermagem da UFSM**, v.2, n.1, 2012.

Disponível em:

<<http://cascavel.ufsm.br/revistas/ojs2.2.2/index.php/reufsm/article/view/4471/3147>> Acesso em: 04 jun.2013.

SOUSA, A. M. V. **Tutela Jurídica do Idoso: assistência e a convivência familiar.**

Campinas, SP: Editora Alínea, 2004.

SOUZA, I. ; SOUZA, M.A. Validação da Escala de Auto-eficácia Geral Percebida. **Rev. Univ. Rural. Seropédica.** RJ, EDUR, v.26, no. 1-2 jan-dez, 2004, p.12-17.

TALARICO, J. N. S. et al . Sintomas de estresse e estratégias de *coping* em idosos saudáveis. **Rev. esc. enferm. USP**, São Paulo, v. 43, n. 4, Dec. 2009. Disponível em:

<[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0080-62342009000400010&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342009000400010&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 27 nov. 2013.  
<http://dx.doi.org/10.1590/S0080-62342009000400010>.

TEIXEIRA, M. B. **Empoderamento de idosos em grupos de Promoção da Saúde.** 2002.

145 f. Dissertação. (Mestrado em Saúde Pública) - Escola Nacional de Saúde Pública da Fundação Oswaldo Cruz. Rio de Janeiro, RJ, 2002. Disponível em:

<[http://portalteses.iciet.fiocruz.br/transf.php?script=thes\\_cover&id=000034&lng=pt&nrm=iso](http://portalteses.iciet.fiocruz.br/transf.php?script=thes_cover&id=000034&lng=pt&nrm=iso)> Acesso em: 11 mai. 2013.

UNIVERSIDADE FEDERAL DO TOCANTINS. **Laboratório de informática da UMA/UFT.** Disponível em:

<[http://cajui.uft.edu.br/uma/index.php?option=com\\_rsgallery2&page=inline&id=448](http://cajui.uft.edu.br/uma/index.php?option=com_rsgallery2&page=inline&id=448)>. Acesso em: 18 nov. 2013.

\_\_\_\_\_. **Acadêmicos da UMA/UFT em apresentação de dança.** Disponível em: <[http://cajui.uft.edu.br/uma/index.php?option=com\\_rsgallery2&page=inline&id=5063](http://cajui.uft.edu.br/uma/index.php?option=com_rsgallery2&page=inline&id=5063)>. Acesso em: 18 nov. 2013.

\_\_\_\_\_. **Acadêmicos da UMA/UFT assistindo aula.** Disponível em: <[http://cajui.uft.edu.br/uma/index.php?option=com\\_rsgallery2&page=inline&id=4042](http://cajui.uft.edu.br/uma/index.php?option=com_rsgallery2&page=inline&id=4042)>. Acesso em: 18 nov. 2013.

\_\_\_\_\_. **Acadêmicos da UMA/UFT no Congresso Pensar 2012.** Disponível em: <[http://cajui.uft.edu.br/uma/index.php?option=com\\_rsgallery2&page=inline&gid=209&limit=1&limitstart=12](http://cajui.uft.edu.br/uma/index.php?option=com_rsgallery2&page=inline&gid=209&limit=1&limitstart=12)> Acesso em: 18 nov. 2013.

VEIGA, L. GONDIM, S.M.G. A utilização de métodos qualitativos na ciência política e no marketing político. **Opinião Pública.** Universidade de Campinas, SP, v.2, n.1, p. 1-15, 2001.  
VILLACORTA, A. E; RODRIGUEZ, M. Metodologias e ferramentas para implementar estratégias de empoderamento. *In:* ROMANO, J. O; ANTUNES, Marta (Org.).

**Empoderamento e direitos no combate à pobreza.** Rio de Janeiro: *ActionAid* Brasil, 2002. p. 45 -66.

WATHIER, J. L. et al. Eventos de Vida e Estratégias de *Coping* de Idosos Socialmente Ativos. **Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento**, v. 12, p. 35-52. 2007. Disponível em: <<http://seer.ufrgs.br/RevEnvelhecer/article/view/4978/2847>>. Acesso em: 27 nov. 2013.