

ARTIGO ORIGINAL

MOTIVOS PARA INGRESSAR E PERMANECER NA UNIVERSIDADE DA TERCEIRA IDADE: ESTUDO QUALITATIVO TRANSVERSAL

REASONS FOR JOINING AND STAYING AT THE UNIVERSITY OF THE THIRD AGE: A QUALITATIVE CROSS-SECTIONAL STUDY

Pedro Alvarez¹Patrícia Bet²Paula Costa Castro³

¹ Graduado em Gerontologia. E-mail: pedrodosreis1996@gmail.com

² . Graduada em Gerontologia. Doutora em Ciência. Pós-doutoranda vinculada a Escola de Artes, Ciências e Humanidades da Universidade de São Paulo (EACH-USP). E-mail: patriciabet95@gmail.com

³ Graduada em Fisioterapia. Doutora em Fisioterapia. Professora Associada da Universidade Federal de São Carlos (UFSCar) vinculada ao Departamento de Gerontologia. E-mail: castro@ufscar.br

Resumo

O crescente número de pessoas idosas alavanca desafios e oportunidades para ações coletivas de promoção de qualidade de vida, e nesse contexto, a educação permanente pode ser um pilar para o envelhecimento saudável. Deste modo compreender peculiaridades, experiências, vontades, o que, quando e como pessoas mais velhas desejam aprender, passa a ser o ponto de partida das Universidades da Terceira Idade (U3I), possibilitando que o estudante mais velho, seja o principal responsável pelo seu aprendizado, tornando importante a iniciativa de compreender os motivos de adesão e aderência em U3Is. **Objetivo:** mapear os motivos de adesão dos participantes de um programa de U3I. **Método:** Esse estudo teve um delineamento qualitativo transversal de questionário semiestruturado autoaplicável. A amostra de 118 participantes foi composta por demanda espontânea dos alunos matriculados em uma U3I, com média de idade de 70,45 ($\pm 9,88$) anos, no qual majoritariamente a participação foi do público feminino (86%). As respostas foram transcritas para uma planilha de Excel e os dados foram submetidos à análise temática de conteúdo indutiva, categorização e contagem de frequência. **Resultados:** O principal motivo de adesão para os alunos, é a atividade física, porém de acordo com sua vivência e experiência dentro do programa, as percepções dos usuários comumente se modificam, sendo as “relações sociais” o motivo mais importante para permanecer dentro da U3I, principal razão da aderência. **Conclusão:** Os resultados encontrados neste estudo podem ser capazes de fomentar e expandir os conhecimentos sobre os fatores de adesão e aderência de pessoas idosas a U3Is, ampliando ainda mais o crescente movimento dessas universidades no país.

PALAVRAS-CHAVE

Pessoa idosa. U3I. Adesão. Aderência. Envelhecimento Saudável.

Abstract

The growing number of older people due to demographic transition pose challenges and opportunities for collective actions to promote quality of life in old age, and in this context, permanent education can be a pillar for healthy aging. In this way, to understand their peculiarities, experiences, wishes, which, when and how they want to learn, becomes the starting point of the Universities of the Third Age (U3A). Allowing the older student to be the main responsible for their learning process, making the initiative to understand the reasons for enrollment and adherence in U3As is therefore, quite important. Objective: to map the reasons for membership of participants in a U3A program. Method: This study had a qualitative cross-sectional design with a self-administrated questionnaire (survey). The sample of 118 participants was composed of spontaneous demand from students enrolled in a U3A, with a mean age of 70.45 (± 9.88) years, in which the majority of the participants were female (86%). The answers were transcribed to an excel spreadsheet and the data were subjected to thematic analysis of inductive content, categorization and frequency counting. Results: The main

reason for enrollment is "Physical Activity", but according to their experience within the program, the perceptions of users commonly change, with "Social Relations" being the most important reason to stay within the U3A, main reason for adherence. Conclusion: The results of this study may contribute to a better understanding of the factors influencing older people's adherence to U3As, further promoting the growth of these universities in the country.

KEYWORDS

Older person. U3A. Enrollment. Adherence. Healthy Aging.

1 Introdução

Considerando um contexto de transição demográfica mundial e brasileiro, o movimento das Universidades da Terceira Idade (U3Is) foi criado e vem acompanhando este momento, representando relevância tanto no desenvolvimento social, quanto científico na área do envelhecimento. No Brasil, aproximadamente 42% da atual população é de maiores de 40 anos e 16% de maiores de 60 anos (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística [IBGE], 2023). Dados de 2022 demonstram que o número de indivíduos com 60 anos ou mais cresceu 56% em relação a 2010. Projeções do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2018) apontam que até 2060 haverá uma inversão na pirâmide populacional brasileira.

Como resposta ao crescente envelhecimento mundial, a Organização Mundial da Saúde [OMS] (2015) elaborou um plano de ação a fim de promover o envelhecimento saudável, um dos principais desafios frente à transição demográfica. Desta forma, a OMS (2015) define o envelhecimento saudável como: "o processo de desenvolvimento e manutenção da capacidade funcional que permite o bem-estar em idade avançada". E este é relacionado não apenas com as escolhas ao longo do curso de vida, como adoção e manutenção de hábitos saudáveis, mas também com o acesso aos serviços de saúde, assistência, educação e lazer, com as relações com o ambiente e com a rede de suporte e apoio social.

O novo paradigma de velhice concretiza a superação dos estereótipos já atribuídos à pessoa idosa. O envelhecimento saudável define um novo grupo de pessoas idosas, que usufruem e aproveitam dos avanços no campo da saúde, educação, trabalho e lazer, e tendem a viver com mais qualidade de vida a própria velhice (Da Silva Oliveira, 2017).

Neste arcabouço teórico, a educação é um domínio que ganha sua devida importância, sendo uma alternativa que pode contribuir de forma positiva para o envelhecimento bem-sucedido e ativo. Além disso, a participação social das pessoas idosas traz um ganho para todos que passam a usufruir do capital social advindo do trabalho produtivo desta participação (Rowe; Kahn, 2015).

Com esta perspectiva, se faz necessário a criação de equipamentos e a atuação de políticas públicas que possam promover um processo de educação permanente e envelhecimento saudável/ativo. O próprio Estatuto da Pessoa Idosa (Lei N° 10.741/2003), entre outros certifica o direito à cultura, esporte, lazer, diversão, espetáculos, educação, produtos e serviços que respeitam as peculiaridades e condições da idade e afirma que o Poder Público deve criar oportunidades para as pessoas idosas terem acesso à educação (Brasil, 2003).

Em Seu Capítulo V, que dispõe sobre a Educação, Cultura, Esporte e Lazer, o artigo 25 traz que: "o Poder Público apoiará a criação de Universidade Aberta para as Pessoas Idosas". Em 2017 este artigo 25° foi modificado, sendo acrescentado que "as instituições de educação superior devem apresentar ofertas às pessoas idosas, na perspectiva da educação ao longo da vida, cursos e programas de extensão, presenciais ou à distância, constituídos por atividades formais e não formais" (Brasil, 2003).

Deste modo, a criação de U3Is surge com o objetivo de promover experiências e novos conhecimentos, em vistas a alcançar o envelhecimento saudável deste público (adultos maduros e pessoas idosas), apontando o indivíduo como protagonista de sua vida, o inserindo como cidadão ativo na sociedade, promovendo bem-estar físico, mental e social, a partir das oportunidades presentes das universidades (Veras; Caldas, 2004). Em suma, as U3Is possuem o objetivo de promover a atenção à saúde, melhora da qualidade de vida e educação permanente (Gunder, 2014; Lima-Silva *et al.*, 2012; Beckett; Jones, 2011; Veras; Caldas, 2004; Swindell, 2011; Swindell, 1990a; Swindell, 1990b; Castro *et al.*, 2007). Os efeitos dessas universidades são, de maneira geral, positivos para as variáveis: qualidade de vida, capacidade funcional, humor, bem-estar, satisfação, relações pessoais e sociais, ajustamento psicológico e parâmetros físicos (Da Silva *et al.*, 2015).

As U3Is devem partir de um levantamento de suas necessidades de acordo com os alunos, sendo assim os usuários mais velhos os principais parceiros na elaboração do programa. Devido à heterogeneidade da população mais velha e da diversidade de experiência de diferentes grupos de pessoas, precisamos entender a influência de diferentes eventos e crenças sobre a trajetória de vida e considerar suas experiências como aprendizes. Os principais motivos que levam pessoas mais velhas a aprender são a necessidade de contribuir de volta com a sociedade, a busca por um maior auto entendimento e percepção individual bem como por razões de autorrealização e prazer (Boulton-Lewis, 2010).

Compreender por que motivos os adultos maduros procuram as U3Is, e qual o motivo de sua aderência nos programas, considerando o que gostariam de aprender, o que o usuário acredita que a U3I tem a oferecer pode fomentar e ampliar o movimento destas universidades. Deste modo, este estudo teve como objetivo mapear os motivos de adesão dos participantes de um programa da Universidade da Terceira Idade. Para entender os motivos de aderência também investigamos a satisfação com o programa de educação permanente de uma U3I e generalizamos estas discussões para levantar elementos para embasar a estrutura e possíveis novas U3Is.

2 Método

O delineamento do estudo foi qualitativo transversal com questionário semiestruturado autoaplicável. A amostra do estudo foi recrutada a partir da demanda espontânea dos participantes frequentadores da Universidade Aberta da Terceira Idade da Fundação Educacional São Carlos - UATI/FESC no início do ano letivo de 2019. Incluímos os alunos matriculados em 2019, que frequentaram por mais de quatro meses o programa.

A UATI é um programa educacional da FESC que é integrante da administração indireta do Município de São Carlos, sendo uma autarquia, diferente da maioria das U3Is que são vinculadas a instituições de ensino superior, com ensino informal. De acordo com seu regimento interno:

A UATI/FESC tem por objetivo a educação permanente nas áreas de saúde, cultura, esporte, lazer, cidadania e trabalho, além da melhoria da qualidade de vida e participação social, permitindo assim a constante atualização de conhecimentos e participação plena na sociedade; tendo como público alvo homens e mulheres com mais de 40 anos (UATI, 2011).

A missão da UATI/FESC se volta para promoção de educação qualificadora e permanente do seu público-alvo, objetivando assegurar a cidadania em todos os seus aspectos; civis, políticos, socioculturais e econômicos. A UATI, ainda, visa alcançar resultados relevantes em termos de impacto local de suas iniciativas em prol da cidadania dos segmentos em situação de risco pessoal e social, além de pretender um avanço na qualidade da atuação do serviço público municipal. (UATI, 2011). No momento deste estudo, a UATI ofertava 61 disciplinas como: grupos de coral, práticas instrumentais, teatro, literatura, grupos de dança, entre outras atividades. Além dessas disciplinas também são oferecidas aulas de ginástica e hidroginástica, natação iniciante e avançado e bocha. As atividades se concentram nas áreas de saúde, cultura, esporte, lazer,

cidadania e trabalho, permitindo assim a constante atualização de conhecimentos e participação plena na sociedade (Castro *et al.*, 2007).

O estudo foi realizado perante os princípios éticos que regem as pesquisas. Este projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética com parecer número 1.104.750 de 09/06/2015. A execução da coleta de dados também foi aprovada pela direção da UATI/FESC. Todos os participantes do estudo assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Realizamos a avaliação no campus da UATI/FESC, no mês de junho. Para os alunos que não puderam participar no dia da avaliação, os educadores da própria UATI entregaram o questionário semiestruturado de caracterização dos participantes, acompanhado de 5 perguntas abertas sobre os motivos de adesão durante os meses de junho e julho.

- I. “Por qual motivo você procurou a UATI?”
- II. “O que você gostaria de aprender na UATI?”
- III. “O que é mais importante para você na UATI?”
- IV. “O que você acha que a UATI tem a oferecer para você?”
- V. “Você tem alguma sugestão para o programa da UATI?”

Neste questionário, também havia perguntas sobre Envelhecimento Ativo, Qualidade de Vida, Participação Política, Vida independente, saudável e segura, Sono e Humor, mas para este estudo, utilizamos apenas as questões criadas para os motivos de adesão.

Os dados foram submetidos à análise temática de conteúdo (Bardin, 2009). As informações declaradas foram transcritas, observadas e categorizadas. A delimitação das categorias foi direcionada por dimensões da análise que foram definidas após a observação das declarações coletadas (método indutivo). Todas as transcrições das respostas dos questionários foram lidas por dois investigadores, que se familiarizaram com os dados por meio da leitura e reflexão. Os pesquisadores se reuniram para chegar a um acordo sobre uma série de códigos temáticos que descreviam uma série de categorias e subcategorias. Depois de definidas as dimensões, os dados foram analisados e interpretados e submetidos à estatística descritiva e análise de frequência. Realizamos as análises estatísticas utilizando o Excel.

3 Resultados

Participaram da pesquisa 118 alunos do programa UATI/FESC no ano de 2019. A amostra foi majoritariamente feminina (86%), na qual 1 dos participantes absteve-se de responder seu sexo. A média de idade foi de 70,45 ($\pm 9,88$) anos, tendo o aluno mais jovem 48 anos, e o mais velho 95 anos.

As respostas às cinco questões sobre adesão foram analisadas e subcategorias foram criadas para cada uma das questões da entrevista.

Motivos de adesão

Da primeira pergunta: “*Por qual motivo você procurou a UATI?*” emergiram nove principais categorias para que o aluno procurasse o programa descritas a seguir e analisadas quanto à frequência no gráfico da Figura 1. Estes principais motivos foram:

Atividade física: A categoria de atividade física é relacionada ao desejo ou motivação para prática de atividades e exercícios físicos, apesar de suas definições serem diferentes; consiste no movimento corporal e gasto de energia dos participantes. Podemos encontrar nesta categoria, frases como: “*Fazer exercício físico*”, “*Tem muitas atividades físicas...*”, “*Exercícios físicos e sociabilidade*”, “*Pra ter atividades físicas...*”.

Saúde/Envelhecimento Saudável: Esta categoria representa a busca pelo novo paradigma de velhice com um conceito mais amplo de saúde em depoimentos sobre bem estar, autocuidado e prevenção de doenças crônicas. Os participantes descreviam motivos relacionados a este novo conceito com palavras chave, em seus depoimentos, tais como: *“Pela saúde”, “Saúde”, “Ordem médica”, “Por motivos de saúde”, “Procurei pra ter vida saudável”*.

Participação Social: Ser ativo e atuante com ampliação da rede de contatos sociais próximos e participação social plena, inclusive para cidadania e formação de vínculos, foram motivos que apareceram com grande valor agregado nos depoimentos e respostas dos participantes. Além disso, alguns relatam usar estes grupos como mecanismo de enfrentamento de desafios presentes na velhice, como isolamento e diminuição da rede de suporte. Ilustram estes tópicos... *“Para fazer exercício e para conviver com pessoas mais ou menos da mesma idade”, “Exercícios físicos e sociabilidade”, “Convívio social”, “Para não ficar muito sozinha...”, “... fazer amigos”*.

Atividades/Cursos e Oficinas: A UATI/FESC, é um programa que oferta muitas disciplinas, voltadas à Cultura, Esporte e Lazer, Saúde, Cidadania e Trabalho. Muitos alunos participam de diversas disciplinas e não definiram quais suas atividades favoritas, porém demonstrando que o fato de possuir atividades, cursos e oficinas variadas, voltadas para o público mais velho, eram o principal motivo para sua adesão. Frases que ilustram esta premissa são: *“Atividades voltadas ao idoso”, “Para atividades, bem estar...”, “Para fazer atividades e fazer amigos”, “Para frequentar um grupo de terceira idade e ter atividades que promovam saúde”, “Atividades diversas”*.

Ocupar o Tempo: Este motivo, surge com a intenção de evitar momentos “improdutivos”, ocupar o tempo ocioso de forma positiva, mantendo o nível de atividade e participação. Frases dos participantes que deixam claro este tópico são: *“Exercitar o corpo, ocupar o tempo”, “Para me distrair...”, “... uma forma de me ocupar depois da aposentadoria”, “Para não ficar ociosa”*.

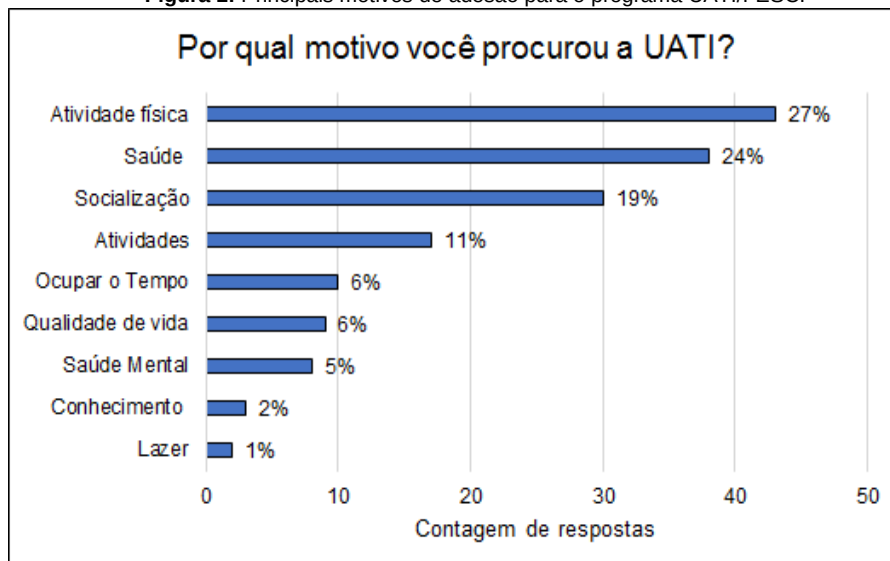
Qualidade de Vida: O conceito de qualidade de vida é abrangente, compreendendo não apenas a saúde física, como também estado psicológico, nível de independência, relações sociais e meio ambiente. Relaciona-se a qualidade de vida com “sentir-se bem”, deste modo, os participantes que se encaixaram neste item foram aqueles que definiram que seu real motivo para adesão era de fato a Qualidade de Vida como um todo, com citações como: *“Melhor qualidade de vida”, “Qualidade de vida”, “Para uma qualidade de vida melhor”*.

Saúde Mental: Este termo está relacionado com a forma como as pessoas reagem aos desafios, mudanças em suas vidas e suas emoções. A saúde mental está relacionada à capacidade de sensação de bem-estar e harmonia, habilidade em manejar de forma positiva as adversidades e conflitos. Palavras chaves no depoimento dos participantes foram: *“Para melhorar minha atividade física e mental”, “cursos e atividades para a memória”, “Estava no limite da depressão”*.

Conhecimento: Este motivo abordava o interesse dos alunos em aprender, definido pelos participantes como: *“Para atividades... aprender mais com os professores”, “Para aprender e atualizar...”*.

Lazer: Este tópico é demarcado por participantes que buscavam diversão, alegria ou entretenimento dentro do programa, alguns exemplos são: *“Dança, gosto muito”, “Para fazer trabalhos manuais... me ocupar”*

As categorias foram analisadas de acordo com sua frequência e estão apresentadas na Figura 1. Dentre os 118 alunos que aceitaram participar do estudo, 9 não responderam à questão. A principal razão pela qual os alunos buscam adentrar o programa UATI/FESC, é a Atividade Física, seguida pela Saúde/Envelhecimento Saudável e a Participação Social.

Figura 1: Principais motivos de adesão para o programa UATI/FESC.

Fonte: De autoria própria.

O motivo Atividades/Oficinas e Cursos, emergiu devido à grande gama de atividades e cursos que a UATI dispõe, deste modo, muitos dos participantes não definiram/restringiram qual a atividade ou curso eles buscavam no momento de adesão ao programa. As respostas podiam se enquadrar em mais de um motivo, exemplo: *“Para frequentar um grupo de terceira idade e ter atividades que promovam saúde, bem estar e qualidade de vida”*

Conteúdo de aprendizado

Na segunda pergunta - *“O que você gostaria de aprender na UATI”*, os usuários demonstraram maior interesses em: Informática e Computação, assim como aulas para *smartphones* e tecnologias, novos idiomas e instrumentos musicais, aulas sobre a terceira idade, e além destes, se interessam também por atividades como pilates, natação, musculação, artesanato e bordado, equilíbrio emocional e atividades cognitivas.

Este resultado nos mostra como um aumento no interesse desta população de pessoas mais velhas em aprender sobre novas tecnologias e formas atuais de se comunicar. Também fica evidente o interesse em atividades e exercícios físicos diferentes dos habituais, além do interesse em atividades voltadas à saúde mental.

Fatores importantes no programa

Em relação à terceira pergunta - *“O que é mais importante para você na UATI”*, tivemos o número de 107 participantes respondentes (onze alunos deixaram em branco, ou responderam de forma não compreensível; Exemplo: *“Benefício”*). Emergiram então, sete categorias como fatores mais importantes para os alunos, quando já participam do programa. Devido à similaridade de respostas desta pergunta, com às da pergunta número 1, alguns dos motivos que emergiram se coincidem com os já apresentados, nos quais utilizamos o mesmo método de definição.

Participação Social: Algumas frases que ilustram a importância deste tópico para os alunos participantes são: *“A convivência com os colegas”, “encontro com colegas”, “...e a parte social”, “Amizade, educadores e amigos”, “as atividades, encontro com pessoas”, “... e a convivência com mais pessoas”, “As atividades físicas e as amigas”, “A convivência com pessoas da mesma idade”.*

Atividades/Cursos: Assim como na pergunta de número 1 (um), muitos dos participantes não definiram quais as aulas, oficinas ou cursos eram os mais importantes, deste modo as palavras-chave que se

enquadravam nestes motivos, foram: “As atividades...”, “As aulas”, “Os cursos...”, “Atividades e alongamentos”, “Além das aulas...”, “Cursos e Atividades físicas”, “Gostar dos cursos”, “Todas as aulas”.

Atividade Física: Prática de atividades e exercícios físicos, movimentos corporais e gasto de energia dos participantes. Citações que ilustram este item foram: “Atividade física”, “Prática de atividade física...”, “Aulas de atividade física”, “Estar em atividade física, mental...”.

Docentes: Este motivo emergiu devido ao nível de satisfação com o corpo docente, desempenho profissional, e ao relacionamento entre aluno e professor. Frases exemplo que demonstram este nível de satisfação, são: “Qualidade do corpo docente...”, “As amizades dos professores e colegas”, “A dedicação dos funcionários...”, “... as amizades, os professores...”, “... bons professores”, “Amizade educadores e amigos”.

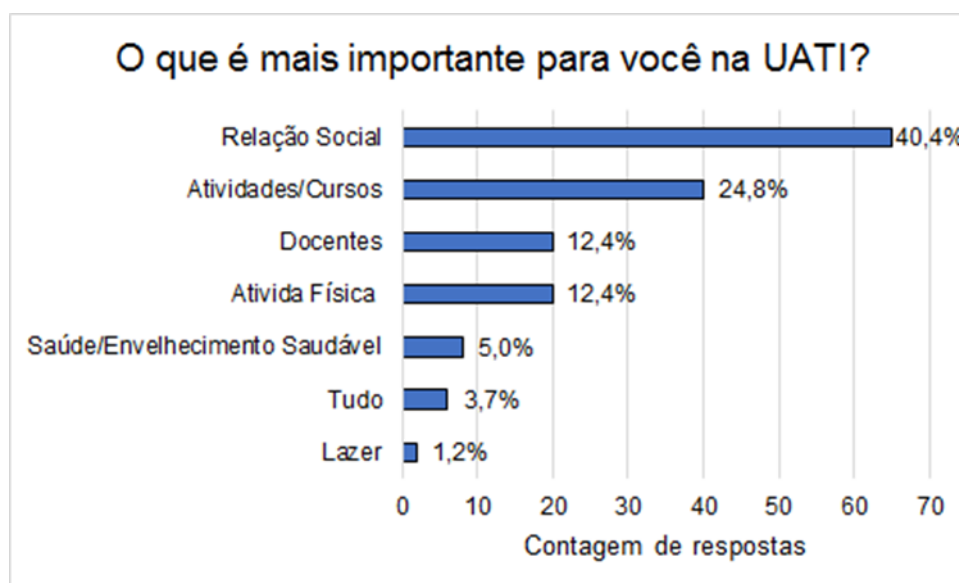
Saúde/Envelhecimento Saudável: Exemplos de frases que explicitam este tópico: “Para melhorar dor...”, “... proporcionam um envelhecimento mais digno”, “Estar em atividade física, mental, intelectual”, “A hidro para minha saúde...”, “... uma melhor qualidade de vida”.

“Tudo”: O motivo “Tudo” se deu ao fato de que alguns participantes não definiram qual o motivo mais importante ou essencial para participar da UATI, expondo que o motivo mais importante era a totalidade do programa, sendo alguns exemplos: “Tudo”, “Tudo é importante, faço tudo o que eu gosto na UATI”, “Curto bem como um “todo”.

Lazer: Assim como na primeira pergunta, este item era composto por indivíduos que buscavam diversão, alegria ou entretenimento dentro do programa, “... convívio social, lazer”, “Horas agradáveis”.

Considerando a análise de frequência dos fatores mais importantes para os alunos da UATI/FESC, exibida no gráfico da Figura 2, a categoria mais prevalente é a Participação Social, apesar de ser o terceiro motivo pelo qual os usuários procuraram o programa. Outro motivo importante, e que também pode ser relacionado a Participação Social, são os “Docentes”. Este item demonstra a importância da relação humanizada entre os docentes e estudantes, para os quais é importante não apenas um “bom serviço prestado”, mas a amizade também é valorizada.

Figura 2: Motivos mais importantes no programa UATI/FESC.



Fonte: De autoria própria.

Vale ressaltar que por serem perguntas abertas e subjetivas, os participantes tiveram a liberdade de incluir mais de um motivo em suas respostas (Exemplo: “As atividades em grupos, as amizades, os professores...”).

Ofertas da UATI

Na quarta questão da pesquisa - *“O que você acha que a UATI tem a oferecer para você?”*, 12 participantes não responderam à pergunta (n de 106 respondentes para essa questão). Algumas subcategorias coincidiram com os motivos de adesão (primeira pergunta) e sobre o que era mais importante dentro da UATI (terceira pergunta), demonstrando que realmente o programa proporciona aquilo que os usuários buscam e se importam. Foram então levantadas oito principais subcategorias nas ofertas da UATI/FESC:

Atividades/Cursos e Oficinas: Algumas frases dos participantes: *“Muitas oficinas”, “... tem cursos para todos os gostos”, “Várias atividades...”, “Cursos excelentes”, “Oportunidade de se ocupar com várias atividades”*.

Qualidade de Vida: Assim como nas outras perguntas, se encaixavam neste motivo aqueles que citavam a qualidade de vida como um “todo”, exemplos: *“Qualidade de vida”, “Uma condição de vida melhor”, “Qualidade de vida, saúde e disposição”, “Boa qualidade de vida”*.

Atividade Física: Utilizamos as mesmas palavras chaves das questões anteriores, como: *“Tudo, atividades físicas...”, “Hidro e exercício físico”, “Lazer, atividade física”, “Oportunidade de atividades físicas...”*.

Participação Social: Palavras chaves encontradas dentro deste tópico eram: *“Equilíbrio e saúde, amizade”, “Atividades físicas e sociais”, “há 20 anos faço parte da UATI me ajuda muito na convivência”, “Um lugar de muitos amigos...”, “... amizade e entretenimento”*.

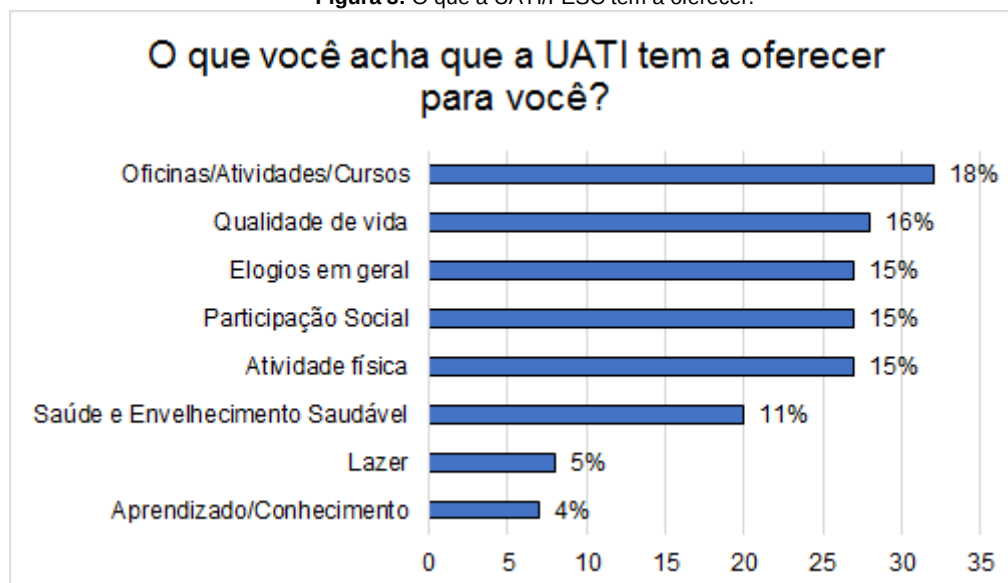
Elogios em Geral: Este motivo emergiu de forma diferente, alguns participantes acreditavam que a UATI já oferecia tudo que eles buscavam, deste modo, muitos apenas elogiaram o programa, utilizando palavras como: *“Tudo de bom”, “Coisas ótimas”, “Só coisas boas”, “Muitas coisas boas”, “Tudo de bom para minha idade”, “Tudo, desde que comecei a participar só tenho alegria”*.

Saúde/Envelhecimento Saudável: Frases que se encaixavam neste motivo eram: *“Equilíbrio e saúde”, “Atividades que fazem bem a saúde”, “Muitos benefícios a saúde”, “Uma condição de vida melhor”, “Saúde, relacionamentos...”*.

Lazer: Utilizamos o mesmo método das questões anteriores para enquadrar as respostas neste tópico, alguns exemplos são: *“Lazer, atividade física”, “Entretenimento”, “...amizades, divertimentos...”, “...artes, passeios”, “...relacionamentos, entretenimento”*.

Conhecimento/Aprendizados: Algumas das frases que enquadraram neste motivo: *“Muito conhecimento”, “Um lugar de muitos amigos, aprendizado...”, “Conhecimento e lazer”, “Além das atividades, temos a oportunidade de conhecimentos gerais”*.

Diferente das outras questões respondidas, esta questão obteve maior regularidade entre as respostas, com menor discrepância da primeira colocada para as demais na contagem de respostas e análise de frequência demonstradas no gráfico da Figura 3. Podemos perceber, que assim como na questão 3, na qual alguns alunos citaram que para eles “Tudo” era importante no programa, muitos também responderam nesta alternativa (quatro), que o que a UATI/FESC tem a oferecer, é “Tudo”, destrinchando “Elogios em geral” para o programa. Acreditamos que estes elogios surgem devido ao fato de que eles encontram no programa aquilo que procuram, atividades físicas, amizades com colegas e professores, diversas atividades, envelhecimento saudável, lazer, entre outros motivos, que fazem com que eles tenham a percepção de que o programa é realmente ótimo.

Figura 3: O que a UATI/FESC tem a oferecer.

Fonte: De autoria própria.

Sugestões

Na última questão - “*Você tem alguma sugestão para o programa da UATI?*”, obtivemos o n de 113 participantes respondentes. O intuito da questão era realmente captar sugestões e opiniões de como a UATI/FESC poderia otimizar e customizar suas ofertas e demandas para seu público, no qual o interesse em Viagens e Passeios, foi o emergente principal desta pergunta, como descrito na Tabela 1.

Tabela 1. Sugestões para o programa.

Você tem alguma sugestão para o programa da UATI?	
Maior Divulgação	3
Coral	4
Viagens e Passeios	18
Cursos Grátis	2
Mais vagas em alguns cursos	3
Atividades nas Férias	2
Mais cursos	3
Atividades Cognitivas	2
Idiomas	3
Computação e Informática	2
Informações sobre Nutrição	2
Sem Sugestões	51
Outros	18

Fonte: Dados da pesquisa e de autoria própria.

4 Discussão

Considerando os dados descritos por da Silva (2015) em uma revisão que caracteriza os participantes e programas de U3Is no Brasil e no mundo, o perfil de participantes da amostra deste estudo, em grande parte menores de 80 anos e majoritariamente feminino, é uma característica das U3Is, podendo ser considerado uma boa representação deste público. Os maiores de 90 anos raramente buscam estes programas enquanto os homens tendem a se cuidar menos e ser menos engajados em programas de convivência (Veras; Caldas, 2004). Homens também procuram menos programas de educação permanente, pois tradicionalmente eles estão mais ligados a grupos de identidade profissional e esportes do que atividades de cunho mais cultural, educacional e lúdico (Medeiros, 2014; Ordonez; Cachioni, 2011; Silva, 1999; Cachioni *et al.*, 1998).

Nosso resultado aponta que o principal motivo de adesão para a UATI/FESC, é a prática de “Atividade Física”, seguida pela categoria “Saúde”, ambas somando mais da metade dos motivos de adesão dos participantes. Necessidade de “Socialização” fica muito abaixo das anteriores, com apenas 19% e “procura por novos conhecimentos” ou “ocupação do tempo livre” são motivos de adesão para uma porcentagem bem pequena destes participantes. Em oposição, uma amostra muito parecida no estudo de Ordonez e Cachioni (2009) relatou que os principais motivos para frequentar uma U3I (da Universidade de São Paulo) são aumentar o conhecimento (sendo este o motivo principal), aumentar o contato social em segundo lugar, seguido por investir no aperfeiçoamento pessoal e ocupar o tempo livre. Em outro estudo, Fernandes (2011) relata que os principais motivos de adesão para o Programa da Universidade Aberta à Maturidade (UAM) do Centro de Ciências da Saúde e Desporto (CEFID) da Universidade do Estado de Santa Catarina (UDESC) foram a busca de conhecimentos, contato social e troca de experiências, atualização cultural e ocupação do tempo livre. Esta discrepância pode ser devida tanto às características do programa do nosso estudo e espaço que ocupa, quanto ao próprio paradigma de envelhecimento saudável e saúde para pessoas mais velhas.

O programa da UATI/FESC é composto de oficinas, muitas das quais são voltadas a atividades físicas, enquanto os outros programas geralmente são compostos por um equilíbrio entre oficinas em diferentes áreas e disciplinas de cursos de graduação, além de acesso a serviços e pesquisas das instituições de ensino superior (Da Silva, 2015). O espaço físico do programa do nosso estudo é um campus que historicamente foi um campo de futebol e hoje é voltado a atividades físicas, como caminhadas, corridas, prática de esportes e academia ao ar livre, além das salas de aula, sendo uma área conhecida e característica da cidade por estes fatores ligados à prática de atividades físicas. Já as outras U3Is funcionam em ambientes acadêmicos, *campi* ligados a instituições de ensino superior.

Compreendemos de acordo com nossos resultados, que muitas pessoas mais velhas ainda veem a saúde prioritariamente como o bem estar físico, e devido a este fato, muitos deles procuram inicialmente as atividades e exercícios físicos, sendo este o motivo de adesão à UATI/FESC, em nosso estudo. Estudos demonstram que pessoas idosas altamente ativas se consideram com maior qualidade de vida em comparação a aqueles com baixo nível de atividade física, além disto, os que julgam seu domínio físico como melhor do que os outros têm maior probabilidade de manter sua autoavaliação de saúde (Cachioni *et al.*, 2017; Krzepota *et al.*, 2015). Tendo em vistas o alto valor associado à atividade física pelas pessoas idosas e no antigo conceito de “envelhecimento bem sucedido” (Rowe; Kahn, 1997), é notável sua importância para a saúde física e psicológica desta população. Pesquisas realizadas em diferentes países mostram que a atividade pode melhorar a qualidade de vida em adultos mais velhos (Ku *et al.*, 2007; Rejeski; Mihalko, 2001). Os benefícios dos exercícios físicos são inquestionáveis, e estudos apontam que a atividade física regular (moderada ou vigorosa) influência de forma positiva na satisfação com a vida de pessoas idosas (Brown *et al.*, 2005).

Muitos indivíduos do nosso estudo ainda encaravam a saúde apenas como “*bem-estar físico*”, devido a isso, muitos deles procuraram o programa a fim de realizar apenas as atividades físicas, porém ao decorrer de

suas experiências no programa mudam suas prioridades. Na terceira pergunta, a razão mais importante para o público permanecer no programa foi “Participações Sociais”, apesar desta categoria ser apenas o terceiro motivo para procurarem o programa. Outra questão pertinente aos motivos de adesão, indagava sobre o que o aluno acreditava que a UATI tinha a oferecer. Nesta questão, os motivos que emergiram não possuíam muita disparidade, e novamente entre eles se fez presente a Relação Social, como um fator importante para os participantes. Além disso, nesta questão emergem muitas temáticas diferentes, principalmente voltadas ao aprendizado do uso de tecnologias de informação e comunicação e novas habilidades de trabalho e ocupação. Nas sugestões, podemos ver uma alta frequência de resposta de desejo de realizar passeios e viagens culturais em grupo.

Deste modo, identificamos que apesar de grande parte buscar o programa com o objetivo de participar de atividades e exercícios físicos, o mais importante para que eles permaneçam no programa são suas relações sociais adquiridas, contato com os docentes e a variedade de atividades oferecidas para aquisição de novos conhecimentos e experiências.

Estes resultados estão alinhados com o que podemos verificar na literatura, uma migração do paradigma de envelhecimento e uma visão de velhice diferente para participantes de U3Is (Zielińska-Więczkowska, 2011). Autores apontam que quando este público está feliz com sua rede de relações sociais, ficam mais motivados a aprender. As pessoas mais velhas buscam assegurar boas experiências com suas redes de relacionamento social, evitando situações que provoquem sentimentos negativos. Demonstrando que as Relações Sociais estão atreladas significativamente aos pensamentos positivos (Charles; Carstensen, 2010; Cachioni *et al.*, 2017).

Um estudo realizado comparando um programa interdisciplinar de U3A com um programa de atividades físicas e educação em saúde concluiu que o programa interdisciplinar de U3I tem melhores efeitos para aumentar a qualidade de vida de uma maneira mais ampla no envelhecimento (Castro *et al.*, 2007). Outro estudo (Lindsay-Smith, 2019) mais qualitativo, comparando três modelos diferentes, conclui que mesmo um programa de atividades físicas pode ser adaptado para oferecer o que as pessoas idosas valorizam, nomeadamente, grupos com os quais se identificassem, a fim de desenvolver novos contatos sociais, com atividades que lhes conferissem controle, alegria, sentido e desafio em suas vidas. Os contatos e relações sociais para o público de pessoas idosas são motivados por eventos que proporcionam bem-estar e interações sociais significativas, que possam oferecer suporte emocional para eles. As relações sociais que são mantidas regularmente são aquelas que possuem maior significado para o suporte social (Cachioni *et al.*, 2017).

Programas de educação em saúde e educação permanente, realizados ao público com 60 anos ou mais, contribuem para uma melhor compreensão e melhoria dos comportamentos de saúde dos participantes (Huang *et al.*, 2002). Pesquisas apontam que o acesso à aprendizagem, cursando U3As por exemplo, influenciam positivamente na qualidade de vida (Hebestreit, 2008). Ordonez et al. (2011) aponta que os alunos que frequentavam há seis meses ou mais determinada U3I, demonstravam-se altamente satisfeitos com a vida, além de possuírem ajustamento psicológico maior comparado a alunos que tinham ingressado recentemente a instituição. Deste modo, além de auxiliar no desenvolvimento intelectual, as U3As participam do desenvolvimento físico, da integração social e novas amizades, proporcionando uma forma agradável de passar o tempo livre (Krzepota *et al.*, 2016; Zielińska-Więczkowska, 2011).

Podemos generalizar este conceito aprimorado de programas de intervenção para o envelhecimento saudável, inclusive em ambientes de atenção em saúde, em que a base não seja apenas a prática de atividades físicas e prevenção, mas sim a educação gerontológica ligada a equipes interdisciplinares, considerando acolhimento e humanização nas metodologias integrativas de aprendizado com os docentes e colegas, e fortalecimento de vínculos entre participantes para um programa sustentável. Os participantes tendem a

formar relações próximas e significativas entre si, valorizar as experiências e conhecimentos adquiridos, ampliando seus valores sobre qualidade de vida e saúde.

Estudos futuros com populações maiores e comparação de diferentes modelos de programas de U3I poderiam ampliar esta discussão com maior variabilidade de temáticas e grupos controle comparativos. Além disso, entrevistas mais abertas face a face poderiam trazer resultados mais ricos que o questionário autoaplicável aqui implementado.

Limitações

É importante salientar que o presente estudo foi conduzido em um contexto anterior a pandemia da doença de coronavírus (COVID-19), decretada pela OMS em 12 de março de 2020. Este período levou as pessoas mais velhas a um isolamento e distanciamento de seus grupos de U3I. Estudos como o de Tavares et al. (2023) demonstraram a importância da continuidade dos projetos de uma U3I durante o período de isolamento social por meio de atividades *online*, como forma de substituir o contato físico e diminuir a sensação de solidão. Entretanto, outro estudo pós-pandemia de COVID-19 com participantes de uma U3I identificou que os usuários relataram com unanimidade que sentiram falta das atividades durante o período de isolamento, mesmo estas sendo mantidas de forma *online*. Além disso, sentimentos de tristeza e angústia foram causados pela falta do convívio social com colegas, monitores e professores (Silva *et al.*, 2023).

Apesar de necessária, a discussão sobre o retorno de participantes às U3Is após o período da pandemia ainda é escassa, deste modo, não sabemos como este longo período impactou no enfraquecendo os vínculos antes construídos por estas experiências, e nos motivos de adesão e aderência destes programas. Novos estudos nesta temática devem ser realizados para compreensão destes fatores.

5 Conclusão

Pesquisar, estudar e conhecer a pessoa idosa é um modo de oferecer um envelhecimento saudável, digno e com melhor qualidade de vida a esta população. Deste modo, a promoção da saúde, esporte, lazer, trabalho, cidadania e cultura se faz presente nos projetos e programas que visam atender as pessoas idosas. Compreender o que lhes agrada e desagrada se torna fundamental para o sucesso deste objetivo (envelhecimento saudável e qualidade de vida).

Neste estudo, visamos compreender quais os motivos que levam a população mais velha a procurar um programa de U3I. O principal motivo de adesão foi a atividade física, seguida pela saúde/envelhecimento saudável e a participação social. Os participantes buscaram o programa para praticar atividades físicas e melhorar sua saúde física, mas o principal motivo para sua aderência e permanência ao programa foi a participação social.

Deste modo, esperamos que os resultados encontrados neste estudo sejam capazes de fomentar e expandir os conhecimentos sobre os fatores de adesão e aderência de pessoas idosas a U3Is, ampliando ainda mais o crescente movimento dessas universidades no país.

Referências

BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. 3. ed. Lisboa: Edições 70, 2009.

BECKETT, Ronald C.; JONES, Michael. Active Ageing: Using an ARCON framework to study U3A (University of the Third Age) in Australia. In: CAMARINHA-MATOS, Luis; PEREIRA-KLEN, Alexandra. & AFSARMANESH, Hamideh. **12h IFIP Working Conference on Virtual Enterprises**. Springer, Berlin, Heidelberg, 2011, p. 189-196.

BOULTON-LEWIS, G. M. Education and learning for the elderly: Why, how, what. **Educational Gerontology**, United Kingdom, v. 36, n. 3, p. 213-228, 2010.

BRASIL, Lei n. 10741 de 1 de outubro de 2003. **Estatuto da Pessoa Idosa**. Brasília (DF): Senado Federal, 2003.

BROWN, David R. et al. Physical activity among adults ≥ 50 yr with and without disabilities, BRFSS 2001. **Medicine and science in sports and exercise**, Indianapolis, v. 37, n. 4, p. 620-629, 2005.

CACHIONI, Meire et al. Subjective and psychological well-being among elderly participants of a University of the Third Age. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro, v. 20, n. 3, p. 340-351, 2017.

CACHIONI, Meire. **Envelhecimento bem-sucedido e participação numa Universidade para a terceira idade**: a experiência dos alunos da Universidade São Francisco. 1998. 104f. Dissertação (mestrado) - Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação, Campinas, São Paulo. 1998.

CASTRO, Paula Costa et al. Influência da universidade aberta da terceira idade (UATI) e do programa de revitalização (REVT) sobre a qualidade de vida de adultos de meia-idade e idosos. **Brazilian Journal of Physical Therapy**, Brasil, v. 11, p. 461-467, 2007.

CHARLES, Susan T.; CARSTENSEN, Laura L. Social and emotional aging. **Annual review of psychology**, United States, v. 61, p. 383-409, 2010.

DA SILVA OLIVEIRA, Rita de Cássia; SCORTEGAGNA, Paola Andressa; DA SILVA, Flávia Oliveira Alves. A educação permanente protagonizada pelo idoso na Universidade Aberta para a Terceira Idade/UEPG. **Extensio: Revista Eletrônica de Extensão**, Florianópolis, v. 14, n. 27, p. 19-33, 2017.

DA SILVA, Paula Fernanda Carlos et al. O papel do bacharel em Gerontologia na Universidade da Terceira Idade: um relato de experiência. **Revista Kairós: Gerontologia**, São Paulo, v. 18, n. Especial19, p. 149-165, 2015.

FERNANDES, Sabrina et al. MOTIVOS DE ADESÃO E DE PERMANÊNCIA AO PROGRAM DA UNIVERSIDADE ABERTA À MATURIDADE DO CEFID/UDESC. **Estudos interdisciplinares sobre o envelhecimento**, Rio Grande do Sul, v. 16, n. 1, 2011.

GÜNDER, Esma Esgin. Third age perspectives on lifelong learning: third age university. **Procedia-Social and Behavioral Sciences**, United Kingdom, v. 116, p. 1165-1169, 2014.

HEBESTREIT, Lydia. The Role of the University of the Third Age in Meeting Needs of Adult Learners in Victoria, Australia. **Australian Journal of Adult Learning**, Australia, v. 48, n. 3, p. 547-565, 2008.

HUANG, Lian-Hua et al. The effectiveness of health promotion education programs for community elderly. **The Journal Of Nursing Research: JNR**, Taiwan, v. 10, n. 4, p. 261-270, 2002.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. Censo Demográfico 2022. Disponível em: <https://censo2022.ibge.gov.br/panorama/>. Acesso em: 11 jul. 2024.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. Projeção da população do Brasil e das Unidades da Federação, 2018. Disponível em <https://www.ibge.gov.br/apps/populacao/projecao/index.html>. Acesso em: 20 jun. 2021

KRZEPOTA, Justyna; BIERNAT, Elzbieta; FLORKIEWICZ, Beata. The relationship between levels of physical activity and quality of life among students of the University of the Third Age. **Central European journal of public health**, Czech Republic, v. 23, n. 4, p. 335, 2015.

KRZEPOTA, Justyna; SADOWSKA, Dorota; FLORKIEWICZ, Beata. Healthy aging: Quality of life and health behaviours in students of the University of the Third Age—A preliminary study. **Baltic Journal of Health and Physical Activity. The Journal of Gdansk University of Physical Education and Sport**, Gdansk v. 8, n. 4, 2016.

KU, Po-Wen; MCKENNA, Jim; FOX, Kenneth R. Dimensions of subjective well-being and effects of physical activity in Chinese older adults. **Journal of aging and physical activity**, United States, v. 15, n. 4, p. 382-397, 2007.

LIMA-SILVA, Thais Bento et al. Atuação do gerontólogo em atividades no Programa de Universidade Aberta à Terceira Idade. **Revista Kairós: Gerontologia**, São Paulo, v. 15, n. Especial14, p. 277-292, 2012.

LINDSAY-SMITH, Gabrielle. **Active Ageing in The Community**. Exploring the Role of Community Activity Groups for Older Adults for Physical Activity, Health and Wellbeing. Tese (Doutorado) - Victoria University, Australia, 2019.

MEDEIROS, Paulo Adão de et al. Participação masculina em modalidades de atividades físicas de um Programa para idosos: um estudo longitudinal. **Ciência & Saúde Coletiva**, Brasil, v. 19, p. 3479-3488, 2014.

OMS, Organização Mundial da Saúde. **Relatório Mundial de Saúde e Envelhecimento**. Saúde. USA: Organização Mundial de Saúde, 2015.

ORDONEZ, Tiago Nascimento; CACHIONI, Meire. Motivos para frequentar um programa de educação permanente: relato dos alunos da universidade aberta à terceira idade da Escola de Artes, Ciências e Humanidades da Universidade de São Paulo. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro, v. 14, n. 3, p. 461-474, 2011.

ORDONEZ, Tiago Nascimento; CACHIONI, Meire. Universidade aberta à terceira idade: a experiência da Escola de Artes, Ciências e Humanidades—EACH USP. **Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano**, Brasil, v. 6, n. 1, 2009.

ORDONEZ, Tiago Nascimento; LIMA-SILVA, Thaís Bento; CACHIONI, Meire. Subjective and psychological well-being of students of a university of the third age: benefits of continuing education for psychological adjustment in the elderly. **Dementia & neuropsychologia**, Brazil, v. 5, n. 3, p. 216-225, 2011.

REJESKI, W. Jack; MIHALKO, Shannon L. Physical activity and quality of life in older adults. **The Journals of Gerontology Series A: Biological sciences and medical sciences**, United Kingdom, v. 56, n. suppl_2, p. 23-35, 2001.

ROWE, John; KAHN, Robert L. Successful aging 2.0: Conceptual expansions for the 21st century. **The Journals of Gerontology: Series B**, United Kingdom, v. 70, n. 4, p. 593-596, 2015.

ROWE, John; KAHN, Robert L. Successful aging. **The gerontologist**, United States, v. 37, n. 4, p. 433-440, 1997.

SILVA, Flavia Pereira da et al. **Crenças em relação à velhice: bem-estar subjetivo e motivos para frequentar Universidade da Terceira Idade**. 1999. 88f. Dissertação (Mestrado em Gerontologia) - Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação, Campinas, São Paulo. 1999.

SILVA, Refferson Lima et al. Covid-19: implicações em estudantes idosos de uma universidade aberta à terceira idade em tempos de distanciamento social. **Kairós-Gerontologia**, v. 26, n. 33, 2023.

SWINDELL, Rick et al. University of the Third Age in Australia and New Zealand: Capitalising on the cognitive resources of older volunteers. **Australasian Journal on Ageing**, United States, v. 30, n. 4, p. 196–201, 2011.

SWINDELL, Rick. Characteristics and aspirations of older learners in an Australian university of the third age program: Part 1, survey results. **Educational Gerontology: An International Quarterly**, United Kingdom, v. 16, n. 1, p. 1-13, 1990a.

SWINDELL, Rick. Characteristics and aspirations of older learners in an Australian university of the third age program: Part 2, **Educational Implications**. **Educational Gerontology**, United Kingdom, v. 16, n. 1, p. 15-26., 1990b.

TAVARES, Bárbara Cristina, et al. Atividades educativas on-line no NETI Universidade Aberta para as Pessoas Idosas na pandemia Covid-19. **Extensio: Revista Eletrônica de Extensão**, 2023, 20.46: 106-119.

VERAS, Renato Peixoto; CALDAS, Célia Pereira. Promovendo a saúde e a cidadania do idoso: o movimento das universidades da terceira idade. **Ciência & Saúde Coletiva**, Brasil, v. 9, p. 423-432, 2004.

UATI. FUNDAÇÃO EDUCACIONAL SÃO CARLOS. Resolução N°06-2011. **Regimento Interno** da Universidade Aberta da Terceira Idade. São Carlos, 2011.

ZIELIŃSKA-WIĘCZKOWSKA, Halina; KĘDZIORA-KORNATOWSKA, Kornelia; CIEMNOCZOŁOWSKI, Waldemar. Evaluation of quality of life (QoL) of students of the University of Third Age (U3A) on the basis of socio-demographic factors and health status. **Archives of gerontology and geriatrics**, Ireland, v. 53, n. 2, p. e198-e202, 2011.

Submissão: 20/09/2021

Aceite: 17/08/2024

Como citar o artigo:

ALVAREZ, Pedro; BET, Patrícia; CASTRO, Paula Costa. Motivos para ingressar e permanecer na Universidade da Terceira Idade: estudo qualitativo transversal. **Estudos interdisciplinares sobre o Envelhecimento**, Porto Alegre, v. 29, e118595, 2024. DOI: 10.22456/2316-2171.118595

