

UM RELATO SOBRE O FAZER ARTÍSTICO NA TERCEIRA IDADE

A REPORT ON ARTISTIC PRACTICE BY ELDERLY

*Thaís Regina Ueno Yamada*¹ – UNESP
*Ruty Ferreira Bertoti da Cunha*² – UNESP
*Sofia Alves Rodrigues Dourado*³ – UNESP
*Juliana Cardoso Esteves*⁴ – UNESP
*Kenzo Ootsuki*⁵ – UNESP
*Ana Clara Caldeira*⁶ – UNESP
*Leticia Pelosi Silva*⁷ – UNESP

Resumo

O envelhecimento populacional é uma realidade em muitos países que destaca a importância de oferecer oportunidades de aprendizado e socialização para os idosos. O projeto UNATI - Universidade Aberta a Terceira Idade da Unesp - Universidade Estadual Paulista, em Bauru, tem como objetivo atender a essa demanda. Dentre várias atividades oferecidas, encontra-se o Rejuvenescendo com Arte, que proporciona experiências que estimulam a criatividade, promovem a interação social e contribuem para o bem-estar geral dos participantes. Este relato descreve as atividades desenvolvidas ao longo do ano de 2023, que incluíram cerâmica, prensa botânica, gravura em E.V.A, entre outras. Os benefícios percebidos pelos participantes vão desde o desenvolvimento criativo à facilitação da relação intergeracional.

Palavras-chave: Idoso; atividades artísticas; envelhecimento saudável; relação intergeracional.

¹ Graduação em Desenho Industrial (1997), Mestrado (2003) e Doutorado em Design (2016) pela Universidade Estadual Paulista (Unesp), e docente do Depto. de Artes e Representação Gráfica da Fac. de Arquitetura, Artes, Comunicação e Design (FAAC), UNESP Bauru desde 2010. <http://lattes.cnpq.br/7619408274055992> ORCID <https://orcid.org/0000-0002-0112-8845>.

² Estudante de Artes Visuais na Faculdade de Arquitetura, Artes, Comunicação e Design (FAAC), UNESP Bauru. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/0121641846293229>. E-mail: ruty.b.cunha@unesp.br.

³ Estudante de Artes Visuais na Faculdade de Arquitetura, Artes, Comunicação e Design (FAAC), UNESP Bauru. E-mail: sofia.alves@unesp.br

⁴ Graduação em Arquitetura e Urbanismo, Mestrado e Doutorado em Engenharia Urbana pela Universidade Federal de São Carlos, docente do Depto. de Artes e Representação Gráfica da Fac. de Arquitetura, Artes, Comunicação e Design (FAAC), UNESP Bauru. ID Lattes: 8180214459480752. E-mail: juliana.c.esteves@unesp.br.

⁵ Técnico em Administração, estudante de Bacharelado em Artes Visuais na Faculdade de Arquitetura, Artes, Comunicação e Design (FAAC), UNESP Bauru. E-mail: kenzo.ootsuki@unesp.br.

⁶ Licenciatura em Artes Visuais na Fac. de Arquitetura, Artes, Comunicação e Design (FAAC), UNESP Bauru. Lattes: <https://lattes.cnpq.br/4489802722242963>. E-mail: ac.caldeira@unesp.br

⁷ Graduanda em Psicologia na Unesp de Bauru. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/2967012723533963>. E-mail: leticia.pelosi@unesp.br.

Abstract

The population aging is a reality in many countries, which highlights the importance on offering learning and socialization opportunities for elderly people. The UNATI project - Open University for the Elderly People at Unesp - Sao Paulo State University, in Bauru, aims to meet this demand. Among the various activities offered, there is Rejuvenating with Art, which provides experiences that stimulate creativity, promote social interaction and contribute to the general well-being of participants. This report describes the activities carried out throughout the year of 2023, which included ceramics, botanical press, E.V.A engraving, among other. The benefits perceived by participants range from creative development to facilitating intergenerational relationships.

Keywords: Elderly; artistic activities; healthy aging; intergenerational relationship.

Introdução

Segundo o IBGE, no Brasil, a esperança de vida aumentou de 73,9 anos em 2010 para 77 anos em 2021 (Silveira; Cavallini, 2022), com uma alta de 57,4% do total de pessoas com 65 anos ou mais no país, fazendo com que o índice de envelhecimento da população, calculado pela razão entre o grupo de idosos de 65 anos ou mais de idade em relação à população de 0 a 14 anos pulasse de 30,7 para 55,2 (Gomes; Brito, 2023). O quadro atual necessita que a população se conscientize que o envelhecimento é uma realidade, por isso a importância de transformações e de reflexões do meio social. Estudos relatam que a prática de atividades coletivas traz benefícios, diminuindo o progresso de algumas doenças e melhorando a habilidade mental e a socialização, como em Guedes et al (2011) e Almeida et al (2010). No âmbito das atividades artísticas, o que se estabelece por meio da comunicação de sentimentos e sensações é o estímulo ao exercício criativo e a capacidade de criação, enriquecendo a vida do ser humano. A arte então, segundo Aragão (2005), permite o autoconhecimento, influenciando tanto o nível intelectual como contribuindo para uma experiência emocional prazerosa.

É neste cenário que a Universidade Aberta à Terceira Idade (Unati) da Unesp de Bauru foi criada, em 2008. Dentre várias atividades oferecidas, encontra-se o Rejuvenescendo com Arte, que tem como objetivo principal proporcionar oportunidades de aprendizado, expressão criativa e interação social para idosos. Procuramos promover durante o ano letivo cursos diversificados de artes, palestras e visitas monitoradas, a fim de contribuir para o desenvolvimento criativo, estimulando intelectual e artisticamente os idosos.

Este projeto propõe beneficiar esse público, integrando professores, pesquisadores e alunos para o desenvolvimento de atividades ligadas às questões relacionadas ao processo de envelhecimento saudável.

Neste relato, descrevemos as atividades realizadas ao longo do ano de 2023, destacando as dificuldades e os resultados alcançados pelos envolvidos. As aulas são ministradas no campus da UNESP de Bauru, uma vez por semana, com duração de 2 horas. São gratuitas ou com taxas de inscrição com valores bem acessíveis, e ministradas por estudantes do curso de Artes Visuais, bolsistas do projeto de extensão, ou voluntários desse curso e de outros, como Design e Psicologia. Divulgamos nossas atividades por meio de redes sociais (Instagram e Facebook) e em instituições parceiras (Associação dos Aposentados de Bauru e Associação dos Diabéticos de Bauru), e também há a participação de profissionais colaboradores eventuais no projeto. Os professores desenvolvem uma metodologia adequada para o público, e a aplicam nas oficinas, sempre com base em conceitos pedagógicos adquiridos no curso de Artes Visuais e pesquisas relacionadas às artes plásticas, artesanato e arte como terapia.

Relato das experiências realizadas em 2023

O planejamento das atividades é realizado constantemente em reuniões semanais, com bolsistas, voluntários e colaboradores, que se divide em três equipes: 1) acadêmica - organiza, prepara, aplica e avalia as atividades, em relação ao tempo de duração, os materiais necessários (para providenciar a compra e preparação das mesmas a tempo das oficinas), e se haverá taxa de inscrição; 2) financeira – realiza a pesquisa de materiais e compras dentro do orçamento do projeto, realiza o recolhimento e gestão financeira; 3) divulgação - planeja, prepara materiais para as redes sociais e canais, e divulga as atividades. Em 2023, a equipe geral era formada por três bolsistas e seis voluntárias. Em relação aos idosos, tivemos a participação de cerca de dez (um homem e nove mulheres) sendo uma delas uma senhora com Alzheimer.

O primeiro curso de 2023 foi o de **Mosaico**, e ocorreu logo após um pequeno recesso de final de ano, nos dias 11 e 25 de janeiro e 2 de fevereiro. Os participantes já haviam decorado uma placa de MDF redonda com pastilhas de mosaico em 2022, mas eles mostraram interesse em trabalhar em bandejas de madeira. No primeiro dia, foram apresentados vários exemplos, e, com as

bandejas e lápis em mãos, eles desenharam rascunhos de base para onde as peças seriam coladas. Nesse momento houve uma certa dificuldade, pois eles se julgavam incapazes de fazer um desenho por conta própria, mas a equipe os encorajou e os auxiliou. Vários pedaços de azulejo para mosaico foram previamente cortados pela equipe a fim de ajudar no processo, especialmente para os que tinham menos força nas mãos e para evitar que se machucassem. Ao posicionar e colar com cola branca as pastilhas, alguns encontraram dificuldade por serem pequenas e difíceis de manusear, e para que isso, alguns utilizaram pinças. Depois de seco, o mosaico foi rejuntado, e lavado para tirar o excesso de rejunte. Os idosos finalizaram pintando as bandejas com tinta PVA.

No dia 31 de janeiro, organizamos uma **oficina de dança**, ministrada especialmente por Rafael Edgar, colaborador externo dançarino profissional de companhias de dança contemporânea na cidade de São Paulo, além de possuir expertise como professor de dança e expressão corporal. Foi uma atividade singular realizada na sala de dança do Departamento de Educação Física da Unesp, em que todos os participantes do projeto tiveram a oportunidade de explorar suas capacidades corporais. Inicialmente, a equipe e os alunos encontraram alguma dificuldade em executar certos movimentos devido à timidez. No entanto, após alguns minutos, todos estavam se movimentando livremente pela sala, resultando em uma experiência proveitosa e divertida. Abordando a parte cognitiva e social, essa aula propiciou uma oportunidade valiosa para os educandos se expressarem, visto que vários deles chegaram introvertidos e saíram da aula mais extrovertidos, alegres e cheios de energia. Imagens destas duas oficinas podem ser vistas a seguir (figura 1).

Fig 1 – Bandejas finalizadas com os mosaicos (esq.) e oficina de dança (dir.).



Fonte: arquivo pessoal

Após um período de férias, reiniciamos nossas atividades com uma oficina de **Contação de histórias** no dia 05/04, onde tanto os idosos como a equipe realizaram uma dinâmica em que todos contavam uma história juntos. Primeiramente, várias palavras aleatórias foram escritas em papel, dobradas e

colocadas em um pote. Em seguida, sentados em roda, o primeiro sorteava uma palavra e começava uma história, e os próximos tinham que continuá-la, sempre encaixando uma nova palavra sorteada até todas terem sido utilizadas. Este foi um ótimo exercício de criatividade, de comunicação oral, de interação e integração, rendendo boas risadas. Já nos dias 19 e 26 de abril, foi realizada a **Oficina de impressão de folhas em placas de argila**. Após uma orientação inicial sobre argila, suas propriedades, e como trabalhar com ela, foram distribuídas tábuas de madeira, panos, instrumentos, e argila para cada um. Em seguida, foi proposto que saíssem pelo campus coletando folhas e galhos com texturas interessantes para gravar nas peças. Inspirados por um conjunto de imagens fornecidas pela equipe, ou referências próprias, eles começaram a moldar a argila e a imprimir essas folhas e galhos (figura 2). Alguns se sentiram incomodados com a argila em contato direto na pele, ou ficavam preocupados em ressecar as mãos, usando então luvas. Outros apresentaram dificuldade em moldar a argila e precisavam de ajuda. Mas foi possível observar como eles ficaram muito satisfeitos quando viam as texturas surgindo ao retirar as folhas.

Fig 2 – Impressão de folhas em placas de argila.



Fonte: Arquivo pessoal

O minicurso a seguir, de **produção de cachecol** teve bastante adesão e durou mais tempo do que o previsto. A partir de teares disponibilizados pelo ateliê de tecelagem, e da lã trazida pelos próprios participantes, foi desenvolvido esse minicurso que iniciou no dia 3 de maio e se estendeu até 14 de junho. Na primeira aula explicou-se como iniciar o cachecol no tear, e a sequência que eles deveriam seguir. As demais aulas foram a continuação desses movimentos até finalizá-lo e retirá-lo do tear. As maiores dificuldades observadas foram paciência, por ser um trabalho repetitivo e demorado, e a “perda dos pontos”. Pelo uso do tear ser um trabalho complexo, o fato de “perder um ponto” pode significar perder o trabalho inteiro e ter que reiniciá-lo. Apesar disso, a produção de cachecóis se mostrou bem recepcionada, pois alguns deles inclusive

chegaram a construir, por conta própria, seus próprios teares do zero, com madeiras e pregos.

O segundo semestre iniciou com a oficina de **produção de cadernos**, utilizando folhas de diferentes cores, gramaturas e linhas de crochê para a amarração. Os participantes escolhiam a quantidade de folhas que queriam, o tamanho do caderno, a estampa para a capa, e por fim, uma cor de linha para juntar as folhas. A parte mais difícil (a maioria demonstrou dificuldade) foi fazer os furos nas folhas por onde a linha passaria, mesmo com um gabarito previamente providenciado pela equipe. Foi preciso auxílio e uma agulha bem grossa para furar as folhas, principalmente as de gramatura maior.

Em setembro, produzimos **pulseiras com miçangas e macramê** (06/09 e 20/09) e realizamos as oficinas de **prensa botânica** (13/09) e de **gravura em E.V.A.** (figura 3). Na primeira, a partir de alguns exemplos, os participantes começaram suas peças com fios de linhas encerada explorando alguns tipos de trançados compondo com miçangas. A maior dificuldade apresentada era como iniciar, mas depois os participantes se sentiram mais confiantes e livres para usar sua criatividade e pensar quais combinações queriam fazer. Na oficina de prensa botânica, a proposta era semelhante a da impressão de folhas em placas de argila, só que para criar diversas obras em papel. Alguns participantes imprimiram as folhas com tinta, outros, montaram composições com as plantas na folha, e depois levavam para a prensa, e para finalizar e garantir a fixação passavam uma camada de cola branca. Os alunos não tiveram dificuldades, mas no início se sentiram inseguros de criar e inventar suas composições, porém, uma vez que começaram, ficaram inspirados em fazer diversas composições. Na oficina de gravura em E.V.A., foi feita uma apresentação sobre a xilogravura, e os diversos meios e modos de gravura, na madeira, na pedra, no metal, entre outros. Em seguida, com vários exemplos de gravuras em E.V.A, a fim de buscar inspiração, papel sulfite branco e colorido, palito de madeira e lápis, cada um pôde fazer rascunhos, e depois usar o palito para “cavar” o EVA, criando desenhos que depois eram impressos em tinta guache. Foram feitos vários desenhos, pois o processo é fácil e rápido.

Fig 3– Pulseira produzida (esq.), impressões de folhas (centro) e em E.V.A.(dir.)



Fonte: Arquivo pessoal

No mês de outubro, fizemos uma dinâmica diferente em que foram apresentadas algumas propostas de oficina para os idosos, e eles votaram nas que mais tinham interesse. As três preferidas deles foram: **Oficina de Nanquim**, de **Origami** e de **Culinária Japonesa** (figura 4). A primeira delas teve como objetivo explorar o primeiro contato dos participantes com este material, utilizando temáticas diferentes. Com papel A3 de 200 g/m², tinta nanquim, pincel, lápis, borrachas e maçãs (como referência), realizamos uma atividade de pinceladas para os participantes se acostumarem com os materiais, em seguida, um desenho de observação usando uma maçã para discernimento de luz e sombra, e, por fim, um desenho de ambiente livre. Na semana seguinte, foi oferecida uma **Oficina de Origami**, com o objetivo de fazer um móbile com *tsurus* (famoso origami tradicional). Depois de uma breve apresentação de alguns tipos de origami, cada um recebeu um papel colorido e o passo a passo com instruções das dobras que deveriam ser feitas para formar o *tsuru*. Alguns mostraram certa dificuldade no manuseio das dobras.

Fig 4 – Resultados da oficina com nanquim (esq.) e de origami (dir.)



Fonte: Arquivo pessoal

A última oficina do ano foi a de **Culinária Japonesa**, a única nesta temática do ano, em que os alunos aprenderam os métodos de preparo do arroz japonês e do frango *karaage*, uma receita tradicional japonesa de frango frito. Utilizamos 1 kg de sobrecoxa de frango, amido de milho, molho de soja, arroz japonês, óleo de cozinha e equipamentos de cozinha diversos. Após uma breve apresentação da proposta, procedeu-se com a explicação dos preparos e das

dicas a respeito dos pratos. Ao fim, todos os participantes provaram as comidas preparadas e discutiram a respeito da atividade.

Considerações finais

O Rejuvenescendo com Arte da UNATI demonstra ser uma iniciativa valiosa, pois ao longo do ano, os participantes puderam explorar sua criatividade, aprender novas habilidades e estabelecer novas conexões sociais, assim como percepção e sensibilidade. O relato da experiência destacou não apenas os benefícios percebidos pelos participantes, mas também o impacto positivo do projeto na formação da equipe. Espera-se que iniciativas como essa continuem a crescer, oferecendo oportunidades enriquecedoras para idosos em todo o mundo, de participação e expressão, fortalecendo sua autonomia e autoestima e contribuindo para a construção de uma sociedade mais acolhedora para todas as idades.

Referências

ALMEIDA, Edelves A. de; MADEIRA, Gleison D.; ARANTES, Paula M. M.; ALENCAR, Mariana A. Comparação da qualidade de vida entre idosos que participam e idosos que não participam de grupos de convivência na cidade de Itabira-MG. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, vol. 13, n. 3, p. 435-444, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbagg/a/6x5sLZwWqRJPCMZjVKWTrnx/?format=pdf&lang=pt> Acesso em: 02 maio 2024.

ARAGÃO, Cristina. H. de S. **Arteterapia na Valorização da Auto-Estima**. 2005. 41f. Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização em Arteterapia) – Universidade Potiguar, Belém, 2005.

GOMES, Irene; BRITTO, Vinícius. **Censo 2022: número de idosos na população do país cresceu 57,4% em 12 anos**. Rio de Janeiro: Agência IBGE de Notícias, 2023. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/38186-censo-2022-numero-de-idosos-na-populacao-do-pais-cresceu-57-4-em-12-anos> Acesso em: 02 maio 2024.

GUEDES, Maria H. M.; GUEDES, Helisamara M.; ALMEIDA, Martha E. F. Efeito da prática de trabalhos manuais sobre a autoimagem de idosos. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, vol. 14, n. 4, p. 731-742, 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbagg/a/4Ps6bTSmgh9yc4cpFTWCBgc/> Acesso em: 02 maio 2024.

SILVEIRA, Daniel; CAVALLINI, Marta. **Expectativa de vida do brasileiro sobre de 76,8 para 77 anos**. UOL, Caderno de Economia, 2022. Disponível em: <https://g1.globo.com/economia/noticia/2022/11/25/expectativa-de-vida-sobre-de-768-para-77-anos.ghtml> Acesso em: 02 maio 2024