

A UNIVERSIDADE SÊNIOR COMO MEIO DE PROMOÇÃO DO ENVELHECIMENTO ATIVO: UM ESTUDO DE CASO NO MACIÇO DE BATURITÉ.

Luís Miguel Dias Caetano
Vitória Fábria dos Santos Abreu

RESUMO

Este trabalho analisa a universidade sênior como uma estratégia eficaz para promover o envelhecimento ativo, centrando-se em um estudo de caso realizado no maciço de Baturité. A pesquisa investiga de que maneira as atividades educacionais e sociais oferecidas por essas instituições influenciam a qualidade de vida e o bem-estar dos idosos, levando em consideração aspectos físicos, emocionais e sociais que impactam diretamente suas vivências. O objetivo principal é avaliar, não apenas a eficácia das universidades sêniores na promoção do envelhecimento ativo, mas também analisar como a universidade sênior no maciço de Baturité contribuiria para a promoção do envelhecimento ativo, proporcionando oportunidades de educação continuada, socialização e engajamento comunitário. Em termos metodológicos, a pesquisa foi um estudo de caso de abordagem mista, coletando fontes bibliográficas e através de questionário aplicado a vinte e seis pessoas na faixa etária de 60 a 75 anos. Os resultados indicam um panorama abrangente sobre as contribuições das universidades sêniores, evidenciando seu papel crucial na redução do isolamento social, na promoção da saúde mental e física, e no fortalecimento de redes de apoio e convivência entre os participantes. Além disso, foram identificados os principais desafios de acesso e participação, como barreiras geográficas, limitações de infraestrutura e fatores socioeconômicos.

Palavras-chave: universidades seniores, envelhecimento ativo, qualidade de vida, inclusão social.

ABSTRACT

This work analyzes the senior university as an effective strategy to promote active aging, focusing on a case study carried out in the Baturité massif. The research investigates how the educational and social activities offered by these institutions influence the quality of life and well-being of the elderly, taking into account physical, emotional and social aspects that directly impact their experiences. The main objective is to evaluate, not only the effectiveness of senior universities in promoting active aging, but also to analyze how the senior university in the Baturité massif would contribute to the promotion of active aging, providing opportunities for

continued education, socialization and community engagement. In methodological terms, the research was a case study with a mixed approach, collecting bibliographic sources and through a questionnaire applied to twenty-six people aged between 60 and 75 years. The results indicate a comprehensive overview of the contributions of senior universities, highlighting their crucial role in reducing social isolation, promoting mental and physical health, and strengthening support and coexistence networks among participants. Furthermore, the main access and participation challenges were identified, such as geographic barriers, infrastructure limitations and socioeconomic factors.

Keywords: senior universities, active aging, quality of life, social inclusion.

1 INTRODUÇÃO

O envelhecimento é um processo intrínseco à condição humana, mas as formas como é vivenciado e percebido mudam drasticamente conforme o contexto social, cultural e histórico. No Brasil, com o aumento da expectativa de vida e o envelhecimento da população, emergem novos desafios e oportunidades relacionados ao papel dos idosos na sociedade. Longe de ser uma fase de inatividade e isolamento, o envelhecimento pode ser um período de redescoberta, aprendizado e participação ativa, especialmente quando apoiado por políticas públicas e iniciativas sociais que valorizam a inclusão e o bem-estar dessa parcela da população.

De acordo com Mendão (2013), o envelhecimento populacional é resultado da combinação de taxas de natalidade reduzidas e aumento da expectativa de vida. Esse fenômeno, por sua vez, exige a adaptação das sociedades para enfrentar os desafios associados, como a manutenção de uma boa qualidade de vida, autonomia e inclusão social dos idosos, evitando que o envelhecimento resulte em isolamento e perda de funcionalidade.

A população idosa no Ceará tem crescido significativamente, como aponta o último censo do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) de 2022. Em relação a 2010, dados do Instituto de Pesquisa e Estratégia Econômica do Ceará (IPECE), apontam que houve um aumento de 42% no número de pessoas com 65 anos ou mais. Esse crescimento reflete a tendência nacional de envelhecimento, com idosos compondo atualmente 10,4% da população total do estado, enquanto a faixa etária de crianças e adolescentes até 14 anos representa 20,5%. Isso se alinha a uma diminuição de 17% entre as faixas etárias mais jovens no mesmo período, o que evidencia um avanço na idade média da população e um índice de envelhecimento em ascensão, atualmente de 50,6 idosos para cada 100 jovens no Ceará. Esses dados reforçam a

importância de políticas públicas voltadas ao envelhecimento ativo e à inclusão social, alinhando-se aos programas e projetos de extensão oferecidos por instituições de ensino superior, como os que já estão em operação em Fortaleza. Esses programas são fundamentais para atender às necessidades de uma população que, a cada ano, necessita de mais recursos e oportunidades de participação ativa na sociedade.

Dentro desse contexto, as universidades seniores desempenham um papel essencial. Mais do que espaços de aprendizagem formal, elas são locais de convivência, troca de experiências e revitalização social para os idosos. Essas instituições ajudam a combater o isolamento social, promovem a saúde mental e física e incentivam a formação de novas redes de apoio. O conceito de envelhecimento ativo, promovido pela Organização Mundial da Saúde (OMS), está diretamente relacionado a essa abordagem, pois enfatiza a importância de manter os idosos envolvidos em atividades sociais, culturais e educacionais para garantir um envelhecimento com qualidade de vida.

No Ceará, o envelhecimento ativo e a inclusão social da população idosa têm sido promovidos por meio de programas de extensão universitária que visam a educação continuada e o bem-estar dessa faixa etária. A Universidade Sem Fronteiras (UNISF), fundada em Fortaleza em 1988, destaca-se como uma referência ao oferecer cursos e oficinas voltados para a terceira idade, abordando temas como saúde, informática e cultura. Sua atuação promove a autonomia e o desenvolvimento pessoal dos idosos, integrando-os na comunidade de forma ativa e produtiva. Além disso, a Universidade Estadual do Ceará (UECE) oferece o programa “Envelhecimento Saudável e Qualidade de Vida”, que proporciona atividades focadas na saúde física e mental dos idosos, incentivando a participação social por meio da educação continuada. Já a Universidade Federal do Ceará (UFC) apoia ações intergeracionais em diversas áreas, como saúde e cultura, com bolsas de extensão para projetos que promovem a integração e o bem-estar da população idosa. Essas iniciativas têm contribuído de maneira significativa para a valorização e inclusão social dos idosos, evidenciando o papel das universidades cearenses na construção de uma sociedade mais inclusiva e acessível a todas as idades.

O presente trabalho é um estudo de caso que estuda a implementação de uma universidade sênior localizada no maciço de Baturité, uma região marcada por tradições culturais vibrantes e uma população idosa significativa. Segundo dados do IPECE, a população idosa cearense chegou a 912.559 de um total de 8.794.957 habitantes no ano 2022.

Através deste estudo, busca-se explorar de que maneira a universidade sênior contribui para a promoção do envelhecimento ativo, oferecendo aos idosos uma oportunidade de

continuar aprendendo, de socializar e de se sentirem parte ativa da comunidade. Além disso, o trabalho também visa entender os impactos dessa iniciativa nas esferas emocional, cognitiva e social dos participantes, avaliando como o acesso à educação ao longo da vida pode redefinir a experiência do envelhecimento.

Ao analisar a relevância dessas iniciativas, este estudo pretende contribuir para o debate sobre políticas de inclusão voltadas aos idosos, especialmente em áreas não urbanas como o maciço de Baturité, onde o acesso a programas de educação e lazer pode ser limitado. Através da investigação das práticas pedagógicas, das atividades oferecidas e dos resultados alcançados, espera-se demonstrar a importância de fomentar espaços que valorizem a experiência e o saber acumulado dos idosos, contribuindo para uma sociedade mais justa, inclusiva e intergeracional.

O presente trabalho tem como objetivo geral analisar como a universidade sênior no maciço de Baturité contribuiria para a promoção do envelhecimento ativo, proporcionando oportunidades de educação continuada, socialização e engajamento comunitário. Busca-se entender de que maneira a participação nessa iniciativa impacta o bem-estar dos idosos, em especial nas dimensões cognitiva, social e emocional. De forma mais específica, o estudo visa:

- 1) Analisar o impacto da universidade sênior na promoção do envelhecimento ativo;
- 2) Identificar os desafios enfrentados pelos idosos no acesso e na participação em atividades da universidade sênior;
- 3) Conhecer as práticas pedagógicas e sociais oferecidas pela universidade sênior, identificando quais são as atividades que mais favorecem o aprendizado contínuo e a participação ativa dos idosos; e
- 4) Analisar os impactos dessas atividades no desenvolvimento cognitivo dos participantes, buscando compreender como a educação ao longo da vida pode auxiliar na manutenção da saúde mental e na prevenção do declínio cognitivo.

A partir desses objetivos, espera-se oferecer uma visão abrangente sobre o papel transformador que a educação continuada pode ter na vida dos idosos, especialmente em contextos regionais específicos como o maciço de Baturité. O estudo também busca contribuir para a formulação de políticas públicas que incentivem a criação e o fortalecimento de iniciativas voltadas ao envelhecimento ativo em todo o país. Em termos práticos, o presente trabalho buscou compor o referencial teórico com uma bibliografia rica encontrada em sites e registros oficiais do estado do Ceará, dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, da Organização Mundial da Saúde, além de artigos científicos retirados de repositórios como Scielo.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

Neste capítulo apresenta-se a fundamentação teórica do presente trabalho, inicialmente, abordando uma contextualização sobre o envelhecimento e os desafios dessa fase da vida, em seguida, as pesquisas apontadas sobre o envelhecimento no estado do Ceará e logo após, concepções sobre envelhecimento ativo e as políticas públicas voltadas para a população sênior. E, no último momento, aborda-se sobre as universidades seniores, seu conceito, suas ações, potencialidades e ainda apresenta uma visão dessa política no contexto brasileiro.

2.1 O Envelhecimento

A população idosa é definida pela OMS como o grupo etário de 65 anos ou mais para países desenvolvidos, e de 60 anos ou mais para países em desenvolvimento. No Brasil, o Estatuto da Pessoa Idosa, define que idoso é toda pessoa que possui idade igual ou superior a 60 anos. Certamente, acredita-se ser fácil assim conceituar o envelhecimento, entretanto, o processo de envelhecer não é apenas um conceito engessado limitado a dígitos. Muitos autores discorrem sobre o conceito de envelhecimento e é importante ressaltar alguns deles e a visão abrangente que eles abordam em suas definições. De acordo com Fraiman (1995, p. 19): “O envelhecer não é somente um ‘momento’ na vida de um indivíduo, mas um ‘processo’ extremamente complexo e pouco conhecido, com implicações tanto para quem o vivencia como para a sociedade que o suporta ou assiste a ele”. Em concordância com ele, Bobbio (1996, p. 25) exprime que: “O envelhecimento é um fenômeno natural, complexo, pluridimensional, revestido por perdas e aquisições individuais e coletivas. A velhice, última etapa desse processo, não é uma cisão em relação à vida precedente, mas uma continuação da juventude, da maturidade que podem ter sido vividas de diversas maneiras”. E ainda, Hayflick (1996, p.04) coloca que: “O envelhecimento não é a simples passagem do tempo, mas as manifestações biológicas que ocorrem no organismo durante o transcorrer deste espaço temporal”. Essas perspectivas ressaltam que o envelhecimento transcende o simples acúmulo de anos; trata-se de um processo multifacetado que afeta aspectos biológicos, psicológicos e sociais. Os autores definem o envelhecimento como um processo contínuo e pouco compreendido, com impacto tanto para os indivíduos quanto para a sociedade.

O processo de envelhecer é uma continuidade, e não uma ruptura em relação às etapas anteriores da vida, destacando que o envelhecer inclui tanto perdas quanto ganhos ao longo do tempo, e essas transformações influenciam profundamente as experiências de cada indivíduo. Cabe ressaltar que o envelhecimento é um fenômeno interno, que se revela nas transformações

concretas do organismo. Assim, o processo de envelhecer se revela como uma experiência rica e complexa, moldada por diversos fatores individuais e coletivos que, juntos, configuram a identidade e a integração social dos idosos.

Tal como explica Rodrigues e Soares (2006) ao abordarem que o conceito do envelhecimento inclui a análise dos aspectos culturais, políticos e econômicos, valores, preconceitos e símbolos que atravessam a história das sociedades, por isso é um processo contínuo. Essa análise destaca que o envelhecimento não é um fenômeno isolado, mas sim, interconectado com diversas dimensões da vida social e individual.

Portanto, o envelhecimento deve ser compreendido como uma jornada que envolve transformações contínuas e integradas, onde aspectos físicos, psicológicos e sociais se entrelaçam. É um processo que carrega significados que vão além do tempo cronológico, refletindo experiências de vida, sabedoria acumulada e desafios próprios dessa fase.

Ao olhar para o envelhecimento dessa maneira, entende-se que ele não isola o indivíduo, mas, pelo contrário, reforça sua conexão com o coletivo, exigindo da sociedade uma atitude que respeite e valorize as múltiplas dimensões desse processo. Assim, torna-se essencial que haja um esforço coletivo para criar ambientes e práticas que favoreçam a inclusão e a participação ativa dos idosos, reconhecendo que o envelhecer é parte integrante e natural do ciclo humano, e não uma fase de declínio. Isso implica construir uma sociedade que seja preparada para acolher o envelhecimento com respeito, garantindo dignidade, autonomia e integração social para todos os seus membros, independentemente da idade.

Muitos idosos possuem grandes desafios durante suas vidas cotidianas, o que contribui para o aumento da vulnerabilidade e pode impactar negativamente sua qualidade de vida. Entre esses desafios, destacam-se questões relacionadas à mobilidade, saúde, isolamento social, acesso à informação, entre outros.

Conforme aponta o Relatório Mundial sobre Envelhecimento e Saúde da Organização Mundial de Saúde (OMS, 2015), não há um perfil único para o idoso. As diferentes capacidades e necessidades de saúde variam amplamente entre eles, sendo influenciadas pelo percurso de vida de cada indivíduo, o que os torna singulares e em constante transformação. Embora o avanço da idade possa trazer desafios à saúde, isso não significa necessariamente uma perda inevitável de capacidades ou um aumento substancial nos custos com cuidados de saúde para essa faixa etária. Os desafios do envelhecimento abrangem uma série de aspectos que impactam tanto o indivíduo quanto a sociedade. Com o aumento da expectativa de vida, surgem novos desafios, incluindo questões de saúde, autonomia, integração social e qualidade de vida. Um

dos principais desafios para os idosos é a manutenção da saúde física e mental, pois com o envelhecimento o risco de doenças crônicas, como hipertensão, diabetes e demências, aumenta consideravelmente. Além disso, o acesso aos serviços de saúde e o suporte adequado para o manejo dessas condições são, muitas vezes, insuficientes, especialmente em comunidades de baixa renda.

Outro desafio importante é o da preservação da autonomia e independência. Para muitos idosos, a perda da capacidade de realizar atividades diárias sem ajuda representa uma perda de dignidade e liberdade, impactando sua autoestima e saúde mental. A falta de estruturas e políticas que incentivem a acessibilidade e a mobilidade dos idosos dificulta a sua inclusão nos espaços sociais e culturais, o que, por sua vez, pode levar ao isolamento e à solidão.

De acordo com a Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia (SBGG, 2020), a discriminação etária, ou etarismo, também é um obstáculo significativo. Idosos enfrentam frequentemente preconceitos e estereótipos que os associam a incapacidade e fragilidade, o que pode limitar suas oportunidades de participação social, especialmente no mercado de trabalho e em atividades comunitárias. Esse preconceito não só marginaliza os idosos como também restringe seu potencial de contribuição, impactando diretamente sua qualidade de vida e percepção de utilidade social.

Segundo pesquisas da CNN Brasil (2023), a questão econômica representa um desafio, uma vez que muitos idosos dependem de aposentadorias e pensões que nem sempre são suficientes para cobrir suas necessidades. A insegurança financeira pode limitar o acesso a recursos de saúde, educação e lazer, agravando a vulnerabilidade social do idoso, fazendo essencial que a sociedade promova políticas públicas e iniciativas que contemplem a complexidade do envelhecimento, proporcionando suporte financeiro, social e psicológico para os idosos. Enfrentar esses desafios é, portanto, um passo essencial para a construção de uma sociedade mais justa e inclusiva para todas as gerações.

2.2 O Envelhecimento no Ceará

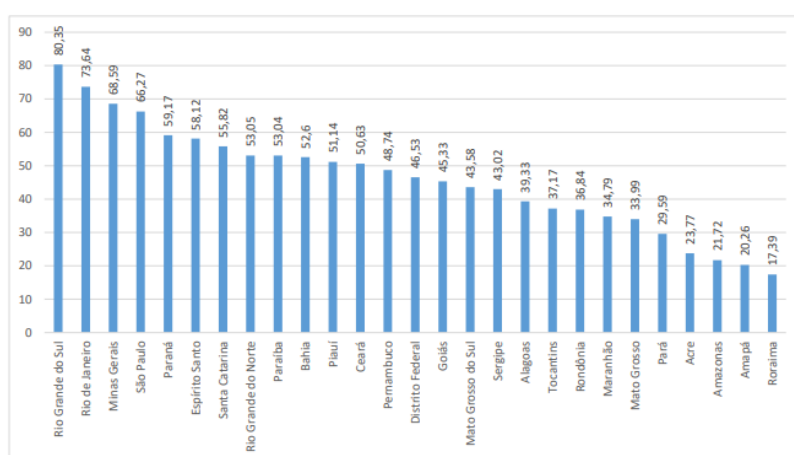
Segundo o Enfoque Econômico nº 279 do Instituto de Pesquisa e Estratégia Econômica do Ceará (IPECE), no Brasil, o envelhecimento da população se manifesta de maneira acelerada, acompanhando a transição demográfica que resultou em menores taxas de natalidade e em um aumento expressivo da expectativa de vida.

Em cada região do país, as particularidades socioeconômicas influenciam a velocidade e a intensidade desse processo, evidenciando realidades e desafios distintos. Especificamente

no Nordeste e, mais precisamente, no Ceará, o envelhecimento populacional é marcado por características que refletem tanto as melhorias nas condições de vida quanto às limitações estruturais e econômicas da região. Com uma população envelhecendo em ritmo acelerado, torna-se urgente avaliar as necessidades específicas dos idosos e as consequências para o desenvolvimento local.

A velocidade de envelhecimento da população pode ser observada através do Índice de Envelhecimento, o qual considera duas faixas etárias: pessoas com 65 anos ou mais e crianças de 0 a 14 anos. De acordo com o IBGE, esse índice é obtido pela proporção entre a quantidade de idosos com 65 anos ou mais e a população jovem de 0 a 14 anos. Assim, quanto maior o índice, mais envelhecida é a população. Conforme mostrado no **Gráfico 1**, o Rio Grande do Sul apresentou o índice de envelhecimento mais alto, enquanto Roraima teve o mais baixo. O Ceará, nesse contexto, posicionou-se em 12º lugar entre os estados com maior índice.

Gráfico 1- Índice de envelhecimento 2022 – Unidades da Federação



Fonte: Censo demográfico 2022/IBGE. Elaboração IPECE (2024)

Essa mudança demográfica é especialmente relevante em municípios do interior do Ceará, onde a migração de jovens para centros urbanos ou outros estados em busca de oportunidades de trabalho e educação contribui para uma maior concentração de idosos. Em locais como o Maciço de Baturité, observa-se uma demanda crescente por programas de apoio que promovam o envelhecimento saudável e a inclusão dos idosos na comunidade, como a universidade sênior, que já vem se consolidando como uma importante estratégia para engajar e capacitar essa faixa etária.

Tabela 1- Índice de envelhecimento, idade mediana e razão de sexo da população

Local	Ano - 2022		
	Variável		
	Índice de envelhecimento (Razão)	Idade mediana (Anos)	Razão de sexo (Razão)
Brasil	55,24	35	94,25
Nordeste	47,89	33	93,55
Ceará	50,63	33	93,85
Fortaleza (CE)	56,03	35	86,57

Fonte: Censo demográfico 2022/IBGE. Elaboração IPECE (2024)

A composição etária da população brasileira, agora com um número crescente de pessoas com mais de 65 anos, representa tanto um reflexo das conquistas sociais e médicas quanto um alerta para as demandas futuras. A elevação da proporção de idosos em relação aos jovens tem implicações diretas sobre as políticas públicas, os sistemas previdenciários e a economia como um todo. No caso do Nordeste, região marcada por disparidades econômicas e desafios estruturais, o envelhecimento traz à tona questões adicionais relacionadas ao acesso aos serviços de saúde, à segurança social e à inclusão de pessoas mais velhas no cotidiano social e econômico.

Especificamente no Ceará, o aumento do número de idosos revela tanto os avanços na qualidade de vida quanto as dificuldades para atender às demandas dessa população. O estado tem apresentado esforços para melhorar as condições de saúde e assistência social, mas enfrenta o desafio de expandir essas iniciativas de maneira inclusiva e eficiente. À medida que as cidades cearenses, incluindo a capital Fortaleza, acolhem uma população cada vez mais envelhecida, surgem questionamentos sobre a infraestrutura urbana, a acessibilidade e o suporte adequado para garantir uma vida digna e ativa aos idosos.

Nesse cenário, o envelhecimento populacional do Ceará não só sinaliza a importância de uma adaptação gradual das políticas públicas como também desafia a sociedade a repensar o papel do idoso, promovendo seu protagonismo e bem-estar em todas as esferas. Nesse sentido, o Ceará precisa investir em políticas que estimulem a qualidade de vida dos idosos e ofereçam suporte em áreas como saúde, lazer e aprendizado contínuo. Iniciativas de extensão, como as universidades seniores e os programas comunitários voltados ao envelhecimento ativo, podem auxiliar os idosos a manterem-se socialmente engajados e autônomos, contribuindo para uma sociedade mais inclusiva e solidária. A elevação gradual do Índice de Envelhecimento no Ceará é, portanto, um chamado para que o estado intensifique suas ações e investimentos voltados ao bem-estar e à participação social dos idosos, garantindo-lhes um papel ativo na construção de uma sociedade que valoriza e respeita todas as faixas etárias.

O envelhecimento da população requer políticas públicas eficazes que promovam a participação ativa dos idosos na sociedade. Iniciativas como a Universidade do Idoso, vinculada à Universidade Estadual do Ceará (UECE), desempenham um papel crucial na promoção do envelhecimento ativo. Este programa oferece uma série de atividades educacionais e culturais voltadas ao público idoso, proporcionando a eles oportunidades para aprender, socializar e participar ativamente da vida acadêmica e comunitária.

A região do Maciço de Baturité, que abrange vários municípios do interior do Ceará, apresenta características demográficas que exigem políticas públicas voltadas para a inclusão dos idosos. Segundo dados do IPECE, a população idosa no interior do estado tem aumentado e, com isso, cresce a demanda por iniciativas que integrem esse público ao contexto urbano e social.

Programas como a universidade sênior podem desempenhar um papel transformador nessa realidade. A criação de programas de educação para a terceira idade no Maciço de Baturité poderia não apenas melhorar o conhecimento dos idosos, mas também fortalecer os vínculos familiares e comunitários, além de promover a inclusão social e o combate ao isolamento.

2.3 O Envelhecimento Ativo

O conceito de envelhecimento ativo adotado pela Organização Mundial da Saúde “visa incluir as questões do envelhecimento na esfera social, realçando a importância de adotar uma perspectiva de envelhecimento saudável”, proporcionando “saúde, participação e segurança” para “melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas envelhecem” (World Health Organization, 2002, p. 12, apud Mendão, 2013, p. 29). Em nível social, espera-se que políticas públicas criem e aperfeiçoem oportunidades de saúde, participação, segurança e educação contínua, promovendo condições essenciais para que os idosos se mantenham ativos. No que se refere ao indivíduo, cabe a ele aproveitar essas oportunidades conforme suas necessidades, capacidades e preferências, buscando uma vida plena e satisfatória.

O conceito de envelhecimento ativo, promovido pela OMS enfatiza uma visão positiva e participativa do envelhecer, incentivando que as pessoas mais velhas se mantenham ativas em todos os aspectos da vida – físico, mental, social e econômico. Esse modelo de envelhecimento destaca a importância de uma vida plena, independente e saudável, valorizando as contribuições dos idosos para a sociedade e promovendo sua inclusão em todas as esferas sociais.

Para que o envelhecimento ativo seja uma realidade, é fundamental que os idosos tenham acesso a uma rede de apoio e a oportunidades de participação, seja por meio de atividades sociais, culturais, educacionais ou profissionais. Esse tipo de envolvimento contribui para a saúde mental e emocional, reduzindo o risco de isolamento e depressão, que muitas vezes afetam as pessoas em idade avançada.

A saúde física é outro pilar essencial para o envelhecimento ativo. Incentivar o cuidado com a saúde e a prática regular de atividades físicas adaptadas ajuda a preservar a mobilidade e a capacidade funcional dos idosos, o que, por sua vez, fortalece sua autonomia. A prática de exercícios físicos regulares pode, inclusive, retardar ou minimizar o impacto de algumas doenças crônicas, aumentando a qualidade de vida.

A educação ao longo da vida, incluindo programas que promovam o aprendizado contínuo e o desenvolvimento de novas habilidades, também desempenha um papel importante no envelhecimento ativo. Essas oportunidades de aprendizagem não só mantêm a mente ativa, mas também permitem que os idosos permaneçam engajados e informados, fortalecendo sua autoestima e a percepção de pertencimento.

O envelhecimento ativo, portanto, requer uma abordagem multidimensional que respeite e valorize os idosos, proporcionando-lhes condições para uma vida plena e satisfatória. Implementar políticas públicas que incentivem a saúde, a participação e a segurança desse público é essencial para promover uma sociedade inclusiva e justa, onde o envelhecimento é visto como uma fase enriquecedora e repleta de potencial.

2.4 População Sênior e Políticas Públicas Para o Envelhecimento

A população sênior cresce de forma constante, impulsionada pela elevação da expectativa de vida e pela diminuição das taxas de natalidade. Esse fenômeno demográfico desafia os governos a criar políticas públicas que garantam qualidade de vida, saúde e inclusão para esse grupo. Esse crescimento populacional reforça a necessidade de adaptar estruturas sociais, econômicas e de saúde para atender às demandas específicas dessa faixa etária. Como dizem Veras e Caldas (2004): “As pessoas mais velhas apresentam necessidades específicas, advindas das características clínico-funcionais e sociofamiliares peculiares a esse grupo. Os modelos de atenção a esse segmento populacional precisam ser centrados na pessoa, considerando tais características”.

Entre os principais desafios está a inclusão social que representa um aspecto fundamental no qual deveria ser foco das políticas públicas para idosos. Garantir que essa

população tenha oportunidades de participação ativa na sociedade envolve promover ambientes inclusivos e acessíveis, assim como incentivar a continuidade de vínculos familiares e comunitários. Programas de envelhecimento ativo, que visam à prática de atividades físicas, culturais e educativas, são iniciativas que não apenas estimulam a socialização, mas também melhoram o bem-estar e a autoestima. Além dos desafios físicos e psicológicos inerentes ao envelhecimento, muitos idosos enfrentam dificuldades de integração e se sentem relegados a planos secundários no mercado de trabalho, na família e na sociedade em geral. Por isso, políticas públicas que vão além do atendimento à saúde, contemplando a inclusão social e o reconhecimento da experiência dos idosos, são fundamentais.

O governo brasileiro promoveu diversas políticas públicas voltadas ao público da terceira idade nos últimos tempos, como a Lei nº 10.741/2003 do Estatuto do Idoso, o Benefício de Prestação Continuada (BPC), a Política Nacional de Assistência Social (PNAS), Transporte Gratuito, entre outros. Porém, nenhuma delas trabalha diretamente o sentimento de pertencimento social e inclusão como as UNATI's (Programa Nacional de Inclusão de Idosos em Universidades – Universidade Aberta a Terceira Idade). Para Palma (2000), as UNATI's têm como objetivos principais rever os estereótipos e preconceitos associados à velhice, promover a autoestima e o resgate da cidadania, incentivar a autonomia, a independência, a autoexpressão, e a reinserção social, em busca de uma velhice bem-sucedida.

Na Europa, o modelo de universidades seniores começou na França, em 1973, com características formais e acadêmicas, enquanto o modelo inglês, mais informal, focado em voluntariado e atividades sociais, influenciou várias instituições em Portugal e outros países (Páscoa, 2017). Em Portugal, a primeira Universidade Internacional da Terceira Idade foi criada em 1976, e desde então, diversas instituições similares surgiram com o objetivo de oferecer educação continuada e ocupação saudável para os idosos. Atualmente, as universidades seniores estão presentes em quase todos os concelhos do país, demonstrando a importância crescente da educação e integração social para o envelhecimento ativo (Costa, 1999, apud Monteiro e Neto, 2008).

Dessa maneira, as universidades abertas à terceira idade representam uma das principais iniciativas voltadas ao envelhecimento ativo. Esses programas são voltados para oferecer educação continuada e integração social, promovendo autoestima, cidadania e autonomia por meio de atividades culturais e educativas. Além disso, esses programas permitem que os idosos desenvolvam novos vínculos, o que melhora seu bem-estar geral e reduz o isolamento.

Iniciativas como essas exemplificam a importância de políticas públicas que reconheçam a população sênior como uma parte essencial da sociedade, favorecendo não apenas a saúde e segurança, mas também o sentido de pertencimento e valorização. Assim, o fortalecimento de programas de educação e participação ativa para idosos torna-se indispensável para uma sociedade mais inclusiva e justa, em que todos, independentemente da idade, possam contribuir e viver com dignidade.

A população sênior representa, portanto, uma parcela fundamental da sociedade, e políticas públicas voltadas ao envelhecimento devem ser compreensivas e intersetoriais, garantindo saúde, segurança, inclusão e participação social. O fortalecimento dessas políticas é crucial para um futuro mais justo e digno para todos.

2.5 Universidades Sêniors: Conceito, Ações e Potencialidades

“As Universidades Sênior surgem como uma resposta social, uma vez que combatem o isolamento e a exclusão social dos mais velhos, principalmente a seguir à reforma; incentivam a participação dos seniores na sociedade; divulgam os direitos e oportunidades que existem para esta população; reduzem o risco de dependência e são um pólo de convívio” (Mendão, 2013, p.8). Elas incentivam a participação dos seniores na sociedade, permitindo que eles se sintam parte ativa da comunidade, o que pode ser especialmente importante em uma fase da vida em que muitos se sentem marginalizados. Segundo a Rede de Universidades de Terceira Idade e Sêniores (RUTIS, 2010), “as universidades seniores são a resposta socioeducativa, que visa criar e dinamizar regularmente atividades sociais, culturais, educacionais e de convívio, preferencialmente para e pelos maiores de 50 anos”. As universidades seniores desempenham um papel crucial no fortalecimento da autoestima e da identidade dos idosos, proporcionando um espaço de socialização e aprendizado contínuo.

Além disso, elas promovem a troca intergeracional de experiências, favorecendo um ambiente de respeito e valorização do conhecimento acumulado ao longo da vida. Esse tipo de iniciativa é fundamental para combater o etarismo, uma vez que desafia estereótipos negativos associados à velhice e evidencia a capacidade dos idosos em contribuir ativamente para a sociedade. Assim, as universidades seniores não apenas oferecem educação formal e informal, mas também fomentam o bem-estar psicológico e emocional dos participantes, essencial para uma vida plena e ativa na terceira idade. Além disso, programas de formação e atividades oferecidas por essas instituições abrangem diversas áreas, como artes, saúde, tecnologia e meio ambiente, o que não só diversifica o conhecimento dos participantes, mas também os prepara para enfrentar os desafios da vida contemporânea. Estudos têm mostrado que a participação em

universidades seniores está associada a uma melhor saúde mental e física. A atuação das universidades seniores vai além de atividades educativas, oferecendo um “projeto social e de saúde, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida dos seniores e prevenindo o isolamento e exclusão social” (Jacob, 2005, apud Mendão, 2013, p. 8). De acordo com pesquisas realizadas por instituições de saúde, idosos engajados em atividades educativas e sociais apresentam menores índices de depressão e solidão, além de um aumento na expectativa de vida. Isso demonstra que a educação continuada é um fator de proteção contra o envelhecimento não saudável.

Ademais, as universidades seniores promovem a formação de redes de apoio e amizade entre os participantes, contribuindo para a construção de um senso de comunidade. Essas redes são fundamentais, pois o suporte social é um dos pilares do envelhecimento saudável. A interação regular com colegas não apenas estimula a cognição, mas também proporciona um ambiente onde os idosos se sentem valorizados e respeitados.

Entre as ações desenvolvidas pelas universidades sêniores, destacam-se os programas de ensino, que oferecem cursos e oficinas em diversas áreas, como artes, saúde, tecnologia e cultura, adaptando os conteúdos às necessidades e interesses dos alunos mais velhos. Além das aulas, são promovidas atividades culturais e recreativas, como teatro, dança, artesanato e passeios, que incentivam a socialização e o bem-estar dos participantes. Muitas universidades seniores também oferecem apoio psicossocial, criando um ambiente seguro onde os alunos podem compartilhar suas experiências e desafios. Adicionalmente, algumas instituições promovem a integração intergeracional, envolvendo jovens e idosos em atividades que facilitam a troca de saberes e experiências entre diferentes gerações.

As universidades seniores possuem diversas potencialidades. Elas promovem o envelhecimento ativo, contribuindo para que os idosos se mantenham ativos física, mental e socialmente, retardando os efeitos do envelhecimento e melhorando a qualidade de vida. Além disso, ao proporcionar um espaço para interação e amizade, ajudam a combater o isolamento social, um problema comum entre os idosos. Os cursos e atividades oferecidos permitem que os alunos desenvolvam novas habilidades e conhecimentos, aumentando a autoestima e a autoconfiança. Por fim, os idosos podem trazer sua experiência e conhecimento para a comunidade, contribuindo de maneira significativa para a sociedade.

A crescente valorização das universidades seniores reflete uma mudança de paradigma em relação à percepção da velhice, reconhecendo-a não como um período de declínio, mas como uma fase da vida repleta de oportunidades de aprendizado e crescimento. Assim, as

universidades seniores se consolidam como uma estratégia eficaz para promover um envelhecimento ativo e bem-sucedido.

2.6 Universidades Sêniores: Contexto Brasileiro

No Brasil, a primeira iniciativa voltada para o envelhecimento bem-sucedido surgiu em 1963, com a criação das Escolas Abertas para a Terceira Idade pelo Serviço Social do Comércio (SESC) em São Paulo. Esse projeto foi inspirado em experiências francesas e direcionado a um público com maior nível educacional, oferecendo preparação para a aposentadoria, informações sobre o envelhecimento e atividades culturais e físicas (Gonçalves e Neto, 2013). Em 1982, foi criado o primeiro programa universitário para idosos, o Núcleo de Estudos da Terceira Idade (NETI), na Universidade Federal de Santa Catarina, pioneiro no país (Cachioni, 2005, apud Irigaray e Schneider, 2008). Posteriormente, em 1988, a Universidade Estadual do Ceará lançou a Universidade Sem Fronteiras em Fortaleza, focada nas necessidades dos idosos no Nordeste (Gonçalves e Neto, 2013). Durante os anos 1990, houve uma expansão significativa desses programas, com diversas universidades brasileiras oferecendo atividades que buscam combater estereótipos sobre a velhice, promover a autoestima e a autonomia dos idosos, e incentivar sua participação ativa na sociedade (Gonçalves e Neto, 2013). A Universidade para a Terceira Idade da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, criada em 1991, exemplifica o compromisso das instituições com a pesquisa e o entendimento do processo de envelhecimento, incentivando uma abordagem científica e prática (Castro, 1998, apud Irigaray e Schneider, 2008).

O crescimento das universidades seniores nos anos 1990 marcou uma nova etapa na forma como o envelhecimento é abordado pelas instituições de ensino no Brasil. Desde então, várias universidades públicas e privadas passaram a oferecer programas para a terceira idade, com o intuito de estimular o aprendizado, fortalecer a autoestima e promover o envelhecimento ativo. Esses programas vão além do aprendizado formal e visam reverter estereótipos negativos associados à velhice, incentivando a autonomia e o engajamento social dos participantes.

Além de oferecerem atividades acadêmicas e culturais, as universidades seniores no Brasil representam um espaço de troca de experiências e fortalecimento social. Ao valorizar a vivência e o conhecimento acumulado dos idosos, esses programas reforçam a identidade e o papel ativo dos participantes na sociedade. Dessa forma, o ambiente universitário torna-se não apenas um local de aprendizado, mas também de integração, onde os idosos podem compartilhar saberes, reconfigurar sua autoestima e ampliar suas redes sociais.

As universidades seniores também atuam no combate ao isolamento e à solidão, problemas recorrentes entre a população idosa. Por meio de atividades de socialização e

convivência, os participantes encontram oportunidades para formar novos laços e fortalecer relações interpessoais, o que contribui significativamente para a saúde mental e emocional dos idosos. Além disso, o estímulo ao aprendizado contínuo ajuda a prevenir o declínio cognitivo, mantendo a mente ativa e promovendo um envelhecimento mais saudável.

Essa expansão dos programas voltados ao público idoso nas universidades brasileiras está em consonância com o conceito de envelhecimento ativo, promovido pela Organização Mundial da Saúde, que enfatiza a importância da participação social, da segurança e da saúde como pilares para a qualidade de vida na velhice. Assim, as universidades seniores assumem um papel central no fortalecimento da cidadania e na promoção de uma velhice mais digna e participativa. Dessa forma, ao longo dos anos, essas instituições têm se consolidado como um importante recurso para a inclusão social e o bem-estar dos idosos, contribuindo para uma sociedade mais inclusiva e que valoriza todas as etapas da vida.

A expansão desses programas continua a contribuir para um envelhecimento mais inclusivo, reconhecendo os idosos como agentes importantes na sociedade e fortalecendo a rede de apoio, convivência e aprendizado. As universidades seniores brasileiras, ao aliar educação e inclusão, mostram-se essenciais para atender às demandas de uma população idosa crescente, fomentando a participação ativa e a melhoria da qualidade de vida dos idosos.

3 METODOLOGIA

Este estudo utiliza uma abordagem de pesquisa qualitativa e quantitativa (quali-quant), com foco em um estudo de caso sobre a universidade sênior como promotora do envelhecimento ativo na região do Maciço de Baturité, no Ceará. A metodologia foi delineada de forma a integrar dados qualitativos e quantitativos, permitindo uma análise aprofundada sobre o impacto e a relevância das atividades de extensão voltadas para idosos promovidas pela universidade sênior. A pesquisa é de natureza exploratória e descritiva, que busca conhecer percepções e dados objetivos para descrever o papel da universidade sênior na promoção do envelhecimento ativo. O estudo de caso foi escolhido por possibilitar uma análise detalhada de uma realidade específica, relevante para a promoção da inclusão e bem-estar dos idosos no contexto do Maciço de Baturité.

Para atender aos objetivos do estudo e garantir a validade dos resultados, foi realizado um questionário contendo perguntas sobre o perfil dos participantes (idade, gênero, nível de escolaridade, condições de saúde) e questões sobre a percepção dos benefícios das atividades promovidas pela universidade sênior em áreas como saúde, integração social e autonomia.

3.1 Coleta de dados

Em relação às técnicas de coleta de dados utilizadas trabalho, foi aplicado um questionário estruturado com aproximadamente 8 questões fechadas e 2 abertas para 26 pessoas na faixa etária de 60 a 75 anos. O questionário antes de ser aplicado para o público-alvo ao qual se destina, passou por uma fase de avaliação, sendo enviado para 2 estudantes e 1 professor. Essa fase pretendia examinar se o questionário estava bem elaborado, organizado e de fácil entendimento, buscando apontar possíveis perguntas que poderiam ser adicionadas ou a remoção de alguma, além de propor alguns ajustes.

O questionário está dividido em duas partes: a primeira com a identificação dos participantes (idade, gênero, nível de escolaridade e com quem reside) e a segunda apresenta perguntas sobre as percepções quanto ao interesse da população referente a uma possível criação de uma universidade sênior na região do Maciço de Baturité, além de perguntar a opinião deles sobre as atividades que gostariam de participar.

A realização da coleta de dados ocorreu no período do dia 17 de outubro a 06 de novembro de 2024 de forma remota. O questionário foi enviado para amigos, e ainda para alunos de Educação de Jovens e Adultos (EJA) da escola Antônio Barbosa, localizada no interior de Redenção.

4 APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DE RESULTADOS

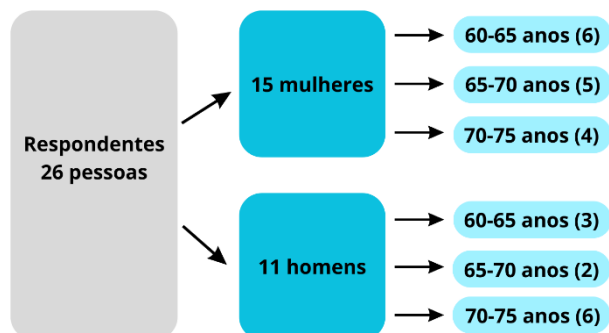
Neste capítulo, serão apresentados os resultados alcançados a partir da pesquisa, junto com a análise correspondente desses dados. O foco do estudo é investigar como a universidade sênior pode servir como um meio de promoção do envelhecimento ativo, com um estudo de caso na região do Maciço de Baturité. Para isso, contamos com a participação de 26 idosos, oriundos de diferentes municípios, que responderam ao questionário aplicado. Essa amostra reflete a diversidade local e oferece uma visão abrangente sobre as experiências e percepções desses idosos em relação ao papel da universidade sênior no estímulo a um envelhecimento mais ativo e saudável.

O questionário foi enviado aos idosos através de redes de contato locais, que possibilitaram o alcance da amostra, ainda que com algumas limitações de acesso. A pesquisa garantiu que apenas participantes elegíveis, de acordo com os critérios de idade e participação na universidade sênior, pudessem responder ao questionário.

A amostra contou com uma distribuição de respondentes, sendo a maioria do sexo feminino (aproximadamente 57,7%) e do sexo masculino (42,3%). As faixas etárias dos

participantes variaram, com a maior parte situando-se entre 60 e 75 anos, refletindo o público-alvo deste estudo. Essa diversidade oferece uma visão abrangente das percepções dos idosos em relação ao papel da universidade sênior no estímulo a um envelhecimento ativo e saudável.

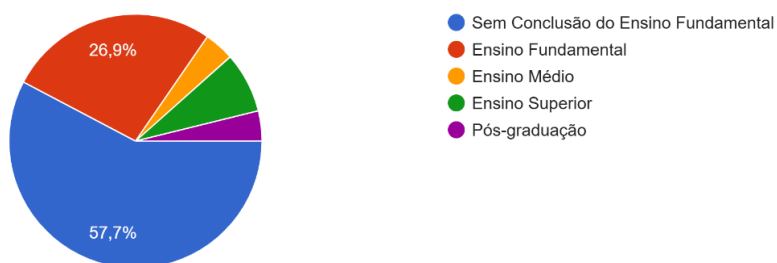
Diagrama 1- Perfil dos entrevistados



Fonte: elaborado pelo autor

A escolaridade dos participantes foi um aspecto relevante da pesquisa, pois reflete o nível de acesso e de engajamento em atividades educativas anteriores, o que pode influenciar seu interesse em participar da universidade sênior. Entre os 26 idosos que responderam ao questionário, observou-se que a maioria não concluiu o ensino fundamental (57,7%), seguido daqueles com ensino fundamental completo (26,9%), logo após com uma menor parcela com ensino médio, ensino superior ou pós-graduação (15,4%). Esses dados sugerem que, apesar da variação no nível educacional, há um interesse comum em ampliar os conhecimentos e participar de atividades educacionais, o que reforça a importância de uma universidade sênior acessível e inclusiva.

Gráfico 2 - Nível de escolaridade

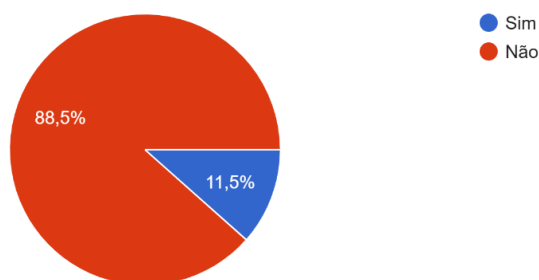


Fonte: dados da pesquisa

O envelhecimento ativo é uma abordagem que busca promover uma vida mais saudável, participativa e com qualidade para as pessoas idosas. Ao contrário da visão tradicional, que associa a velhice a um período de declínio, o envelhecimento ativo considera essa fase da vida uma oportunidade para manter a autonomia, a saúde e o envolvimento social. Essa ideia,

desenvolvida pela Organização Mundial da Saúde (OMS), é cada vez mais aplicada em políticas públicas e programas que incentivam um envelhecimento mais saudável e inclusivo. E muitos idosos não possuem nenhum contato com nenhum tipo de atividade educacional voltada apenas para sua faixa etária, como representado no gráfico abaixo:

Gráfico 3 - participação de alguma atividade educacional voltada para idosos



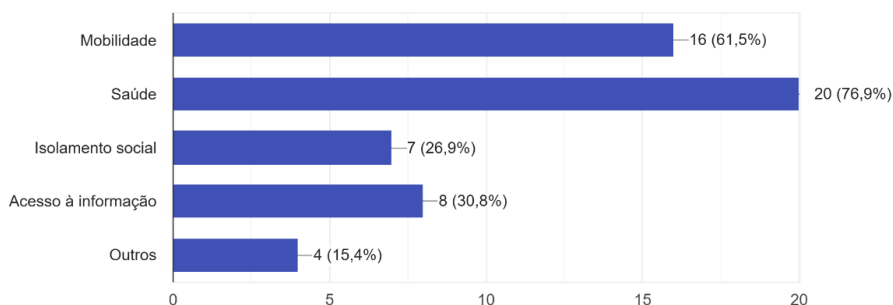
Fonte: dados da pesquisa

A educação ao longo da vida, que inclui o aprendizado e a atualização de conhecimentos, também se destaca no envelhecimento ativo. Iniciativas como as universidades sêniores permitem que os idosos continuem a desenvolver novas habilidades, além de estimularem o convívio social e o engajamento intelectual. No Ceará, por exemplo, a atuação de programas de educação voltados para idosos, em especial na região do Maciço de Baturité, pode proporcionar espaços de convivência e aprendizado, contribuindo para o envelhecimento saudável.

Esses elementos, quando articulados, permitem que o envelhecimento ativo transforme a percepção sobre a velhice, enxergando os idosos como membros produtivos e importantes na sociedade. Isso não só enriquece a vida dos próprios idosos, mas também beneficia a sociedade, que pode se apoiar em sua experiência e conhecimento.

A maioria dos idosos enfrentam grandes desafios durante seu dia a dia, sendo os maiores deles questões relacionadas a saúde e mobilidade.

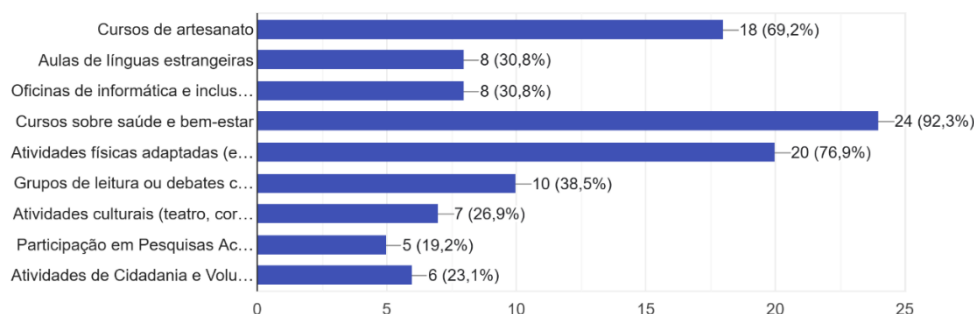
Gráfico 4 - principais desafios enfrentados no dia a dia



Fonte: dados da pesquisa

Apesar dos desafios enfrentados, muitos idosos ficaram empolgados com a ideia de realizarem atividades educacionais voltadas diretamente para eles. Dessa maneira, indicaram atividades que teriam interesse em participar, escolhendo, sobretudo, aquelas que se relacionam à saúde.

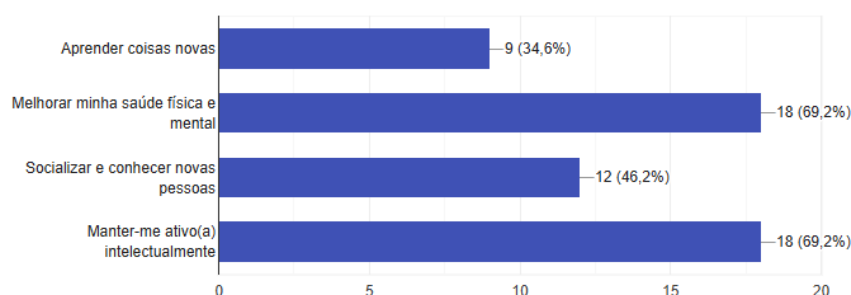
Gráfico 5 – participação em atividades da universidade sênior



Fonte: dados da pesquisa

Entre os motivos que levariam os idosos a participarem de uma universidade sênior, eles elegeram que suas duas grandes motivações estariam na possibilidade de melhorar a saúde física e mental (69,2%), seguida pela vontade de manterem-se ativos intelectualmente (69,2%), logo após apontam o interesse em socializar e conhecer pessoas novas (46,2%) e o intuito de aprender coisas novas (34,6%). Esses resultados refletem a crescente conscientização entre os idosos sobre a importância de manter a mente e o corpo saudável à medida que envelhecem. O desejo de melhorar a saúde física e mental está diretamente relacionado ao envelhecimento ativo, que sugere que a participação em atividades sociais e cognitivas pode reduzir os efeitos do envelhecimento, como a depressão, o isolamento social e o declínio cognitivo.

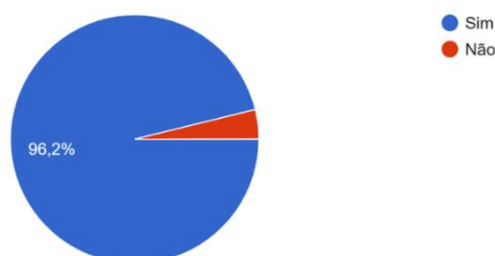
Gráfico 6 – Principal motivo pelo qual participaria de uma universidade sênior



Fonte: dados da pesquisa

Quando perguntados se acreditavam que a criação de uma universidade sênior poderia contribuir para a melhoria da qualidade de vida dos idosos na região, as pessoas que responderam ao questionário apontaram que a resposta é afirmativa.

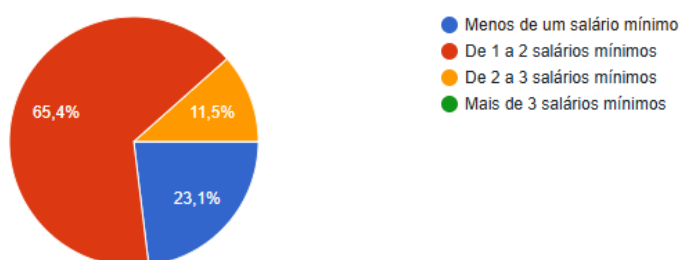
Gráfico 7 – Você acredita que a criação de uma universidade sênior pode contribuir para a melhoria da qualidade de vida dos idosos na região?



Fonte: dados da pesquisa

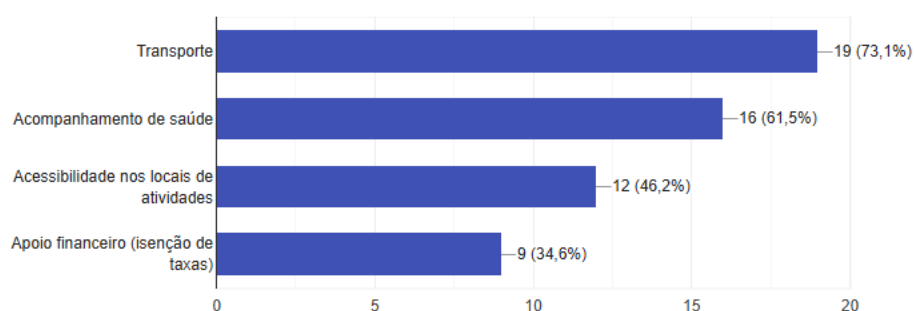
Grande parte das pessoas que responderam ao questionário, informaram que recebem entre 1 a 2 salário mínimos, porém também responderam que precisariam de apoio regularmente para realizarem as atividades na universidade sênior.

Gráfico 8 – Renda mensal



Fonte: dados da pesquisa

Gráfico 9 – Tipo de apoio para participar regularmente das atividades da universidade sênior



Fonte: dados da pesquisa

Os desafios associados a participação nas atividades também devem ser analisados no contexto das condições sociais, econômicas e culturais que influenciam a adesão dos idosos. Esses desafios indicam a necessidade de estratégias inclusivas que promovam o acesso, o engajamento e a permanência dos idosos nas atividades das universidades seniores, como a

oferta de transporte gratuito, a adaptação de atividades às necessidades específicas do público e a implementação de programas de sensibilização para valorizar o envelhecimento ativo. De maneira que a criação de uma universidade sênior pode, sem dúvida, contribuir de maneira significativa para a melhoria da qualidade de vida dos idosos, especialmente em regiões como o Ceará, onde o envelhecimento da população está em ascensão. Um dos principais benefícios de iniciativas como essas está na promoção de um envelhecimento ativo, que envolve a manutenção da saúde física, mental e social.

Além disso, as universidades seniores oferecem um ambiente propício para a socialização, uma das maiores necessidades da população idosa, principalmente em regiões mais afastadas. O isolamento social é um fator que contribui para o surgimento de problemas emocionais e psicológicos entre os idosos. Ao se envolverem em atividades educacionais e interações sociais, os participantes têm a oportunidade de formar novos laços de amizade, compartilhar experiências e sentimentos, o que fortalece sua autoestima e lhes proporciona um sentido de pertencimento à comunidade. Esses fatores, por sua vez, têm um impacto positivo na saúde mental e emocional dos idosos, reduzindo os efeitos negativos do isolamento.

A universidade sênior também pode contribuir para a melhoria da saúde física dos idosos. Muitos programas educacionais voltados para essa faixa etária incluem atividades físicas, que são importantes para a manutenção da mobilidade, o fortalecimento muscular e a prevenção de doenças crônicas, como hipertensão, diabetes e osteoporose. A prática regular de exercícios, aliada ao aprendizado contínuo, proporciona um equilíbrio entre mente e corpo, contribuindo para uma vida mais saudável e com mais qualidade.

A criação de uma universidade sênior no Ceará tem o potencial de promover um envelhecimento ativo, saudável e inclusivo. Ao oferecer aos idosos a oportunidade de aprender, socializar e manter-se fisicamente ativos, essas universidades podem transformar a vida da população idosa, tornando-a mais autônoma, engajada e integrada à sociedade. Além disso, o impacto positivo não se limita aos próprios idosos, mas também contribui para uma comunidade mais inclusiva, consciente da importância do envelhecimento digno e saudável.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Para concluir, este estudo buscou responder aos objetivos específicos estabelecidos, elucidando o impacto da universidade sênior como promotora do envelhecimento ativo no Maciço de Baturité. A análise revelou que a universidade sênior não apenas facilita o aprendizado contínuo, mas também incentiva a integração social dos idosos, proporcionando

um ambiente que contribui para a saúde mental e para o desenvolvimento cognitivo dos participantes.

Diante do estudo, identificou-se que os desafios de acesso e participação ainda estão presentes, como barreiras geográficas, limitações de infraestrutura e fatores socioeconômicos. Tais desafios sugerem a necessidade de políticas públicas e iniciativas locais que ampliem o alcance dessas instituições e criem formas de participação mais acessíveis.

No que se refere às práticas pedagógicas e sociais, as mais relevantes foram aquelas que promovem o aprendizado intergeracional e atividades de estímulo cognitivo. Essas atividades, além de fortalecerem o vínculo dos idosos com a comunidade, mostraram-se eficazes na promoção da autonomia e do engajamento dos participantes. Dessa forma, a educação ao longo da vida se configura como uma ferramenta valiosa na promoção do envelhecimento saudável.

Sugere-se que futuras pesquisas abordem questões mais amplas, como o impacto da universidade sênior em diferentes contextos regionais e socioeconômicos, e investiguem, de forma abrangente, como a participação contínua pode afetar a saúde mental e física dos idosos ao longo do tempo. Além disso, estudos focados em estratégias para superar os desafios de acesso podem oferecer novas formulações de políticas públicas voltadas para o envelhecimento ativo.

A criação de uma universidade sênior no Maciço de Baturité seria uma estratégia valiosa para a promoção do envelhecimento ativo e saudável na região. Dada a crescente população idosa no Ceará e as particularidades desse território, caracterizado pela ruralidade e pela falta de acesso a serviços especializados, uma universidade voltada para a terceira idade poderia representar um importante avanço na qualidade de vida dos idosos. A integração de atividades educacionais, sociais e físicas em um espaço universitário permitiria aos idosos do Maciço de Baturité manterem-se mentalmente ativos, prevenindo o declínio cognitivo e emocional frequentemente associado ao envelhecimento. Além disso, a socialização e a construção de novas redes de apoio seriam fundamentais para combater o isolamento social, um dos maiores desafios enfrentados pela população idosa, principalmente em áreas mais afastadas dos grandes centros urbanos.

Ao promover a inclusão, o aprendizado contínuo e o fortalecimento das relações sociais, a universidade sênior também contribui para o empoderamento da população idosa, proporcionando-lhes um senso de propósito e autonomia, elementos essenciais para um envelhecimento saudável. Isso não apenas melhora o bem-estar individual dos idosos, mas também fortalece a comunidade como um todo, criando um ambiente mais integrado e

solidário. A implementação de um programa educacional voltado para os idosos no Maciço de Baturité também teria impactos positivos no desenvolvimento local, incentivando o protagonismo dos idosos e mostrando que o envelhecimento pode ser uma fase ativa, rica em possibilidades de aprendizado e crescimento pessoal.

Portanto, a criação de uma universidade sênior no Maciço de Baturité não é apenas uma medida necessária, mas um passo importante para transformar a realidade dos idosos na região, promovendo a dignidade, a saúde e a inclusão dessa população. Além disso, esse modelo pode servir como referência para outras regiões do estado, ampliando o acesso à educação e à qualidade de vida para os idosos do Ceará. É fundamental que políticas públicas e iniciativas comunitárias se unam para garantir que os idosos tenham acesso a esses espaços de aprendizagem, garantindo que o envelhecimento seja, de fato, ativo, saudável e plenamente integrado à sociedade.

6 REFERÊNCIAS

BOBBIO, N. **De senectute**. Einaudi. Torino: Einaudi, 1996.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento e Assistência Social, Família e Combate à Fome. **Nota Informativa Sobre Envelhecimento e Direito ao Cuidado**. Brasília: Secretaria Nacional da Política de Cuidados e Família, 2023. Nota Informativa nº 5/2023. Disponível em: https://www.gov.br/mds/pt-br/noticias-e-conteudos/desenvolvimento-social/noticias-desenvolvimento-social/mds-lanca-diagnostico-sobre-envelhecimento-e-direito-ao-cuidado/Nota_Informativa_N_5.pdf. Acesso em: 23 set. 2024.

ESTATUTO DO IDOSO: lei federal nº 10.741, de 01 de outubro de 2003. Brasília, DF: Secretaria Especial dos Direitos Humanos, 2004. _____. Ministério da Justiça.

FRAIMAN, A. P. **Coisas da Idade**. São Paulo: Editora Gente, 1995.

GONÇALVES, J., & Neto, F. (2013). **Influência da frequência de uma Universidade Sênior no nível de solidão, autoestima e redes de suporte social**. Revista Eletrônica de Psicologia, Educação e Saúde, 3(1). 69-92. Recuperado em 01 fevereiro, 2018, de: <https://revistaepsi.com/wp-content/uploads/artigos/2013/Ano3-Volume1-Artigo4.pdf>.

HAYFLICK, L. **Como e por que envelhecemos**. Rio de Janeiro: Campus, 1996. 366p.

HERÉDIA, Thais. 70% dos idosos acham que dinheiro de uma aposentadoria não é suficiente para viver, diz pesquisa. **CNN Brasil**. 01 de out de 2023. Disponível em: <https://www.cnnbrasil.com.br/economia/financas/70-dos-idosos-acha-que-dinheiro-de-uma-aposentadoria-nao-e-suficiente-para-viver-diz-pesquisa/>. Acesso em: 13 de out de 2024.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA – IBGE. Cidades e Estados: Ceará. Dados sobre população, economia, geografia e indicadores sociais. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/cidades-e-estados/ce.html>. Acesso em: 01 nov. 2024.

INSTITUTO DE PESQUISA E ESTRATÉGIA ECONÔMICA DO CEARÁ – IPECE. Os primeiros resultados do censo de 2022 para o Ceará: população e índice de envelhecimento. Enfoque Econômico, n. 279, agosto 2024. Disponível em: https://www.ipece.ce.gov.br/wp-content/uploads/sites/45/2024/08/Enfoque_EconomicoN279_160824.pdf. Acesso em: 01 nov de 2024.

IRIGARAY, T., & Schneider, R. (2008). **Participação de Idosas em uma Universidade da Terceira Idade: Motivos e Mudanças Ocorridas**. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 24(2), 211-216. Recuperado em 01 fevereiro, 2019, de: <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-37722008000200011>.

MENDÃO, Lidiane Teixeira Menezes. **O papel da Universidade Senior de Elvas no cotidiano dos idosos**. Porto Alegre, fev de 2013. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10400.26/6558>. Acesso: 14 de out de 2024.

MONTEIRO, H., & Neto, F. (2008). **Universidades da Terceira Idade: Da solidão aos motivos para a sua frequência**. Oliveira de Azeméis, Portugal: Livpsic.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Relatório mundial de envelhecimento e saúde. Genebra: OMS, 2015. Disponível em: <https://sbgg.org.br/wp-content/uploads/2015/10/OMS-ENVELHECIMENTO-2015-port.pdf>. Acesso em: 01 nov de 2024.

PALMA, L.T.S. (2000). **Educação permanente e qualidade de vida: indicativos para uma velhice bem-sucedida**. Passo Fundo (RS): UPF.

PÁSCOA, G. (2017). **Fatores socioculturais na formação ao longo da vida: um estudo sobre a aprendizagem das tecnologias da informação e da comunicação em populações 50+**. Tese de doutorado em Ciências Sociais, especialização em Política Social. Lisboa, Portugal: Universidade de Lisboa, Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas.

RODRIGUES, L. de S.; SOARES, G. A. **Velho, Idoso e Terceira Idade na Sociedade Contemporânea**. Revista Ágora, Espírito Santo, n. 4. 2006. Disponível em: Acesso em: 03 ago. 2024.

RUTIS. **III Congresso Mundial de Envelhecimento Ativo**. Disponível em: <http://www.rutis.org/cgibin/reservado/scripts/command.cgi/?naction=4&mn=EkpFuVZlEynEumlwll>. Acesso em: 14 out. 2024.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE GERIATRIA E GERONTOLOGIA. **Etarismo, o preconceito contra os idosos**. Disponível em: <https://sbgg.org.br/etarismo-o-preconceito-contra-os-idosos/>. Acesso em: 02 nov. 2024.

TRIBUNAL DE JUSTIÇA DO DISTRITO FEDERAL E TERRITÓRIOS. **Envelhecimento ativo**. Disponível em: <https://www.tjdft.jus.br/informacoes/programas-projetos-e-acoaes/pro-vida/dicas-de-saude/pilulas-de-saude/envelhecimento-ativo#:~:text=participa%C3%A7%C3%A3o%20e%20seguran%C3%A7a,-,A%20Organiza%C3%A7%C3%A3o%20Mundial%20da%20Sa%C3%BAde%20adotou%20o%20termo%20%E2%80%9Cenvelhecimento%20ativo,processo%20de%20conquista%20de%20ssa%20vis%C3%A3o.&text=Envelhecimento%20ativo%20%C3%A9%20o%20processo,as%20pessoas%20%E2%80%9Cam%20mais%20velhas>. Acesso em: 10 out. 2024.

VERAS, R.P., & CALDAS, P.C. (2004). **Promovendo a saúde e a cidadania do idoso: o movimento das universidades da terceira idade**. Rio de Janeiro (RJ): Ciência & Saúde Coletiva, 9(2), 423- 432. Recuperado em 13 setembro, 2014, de: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-81232004000200018&script=sci_abstract&tlng=pt.