

## BENEFÍCIOS DE PARTICIPAÇÃO DE IDOSOS FREQUENTADORES DE UM PROGRAMA DE EDUCAÇÃO PERMANENTE

### ENROLLMENT GAINS FOR OLDER PEOPLE IN A PERMANENT EDUCATION PROGRAM

Juliana Alves<sup>1</sup>, Gabriela Cabett Cipolli<sup>1</sup>, Vanessa Alonso<sup>1</sup>, Ruth de Melo<sup>1,2</sup>, Samila Batistoni<sup>1,2</sup>, & Meire Cachioni<sup>†1,2</sup>

<sup>1</sup>Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Ciências Médicas, Pós-graduação em Gerontologia, Campinas, Brasil, medeirosalves@outlook.com, cipolligabi@gmail.com, va-alonso@hotmail.com, ruth.melo@usp.br, samilabatistoni@gmail.com, meirec@usp.br

<sup>2</sup>Universidade de São Paulo, Escola de Artes, Ciências e Humanidades, Pós-graduação em Gerontologia, São Paulo, Brasil.

**Resumo:** O objetivo deste estudo foi o de verificar os indicadores de bem-estar e analisar os benefícios das pessoas idosas na participação em um programa de educação permanente. Estudo transversal com 138 idosos da UnATI-EACH/USP. O sexo, faixa etária, escolaridade, arranjo de moradia, tempo de participação na UnATI, número de atividades realizadas foram avaliadas, A avaliação da cognição, da satisfação com a vida e depressão, utilizou-se Miniexame do Estado Mental, Escala de Satisfação Global com a Vida e Escala de Depressão Geriátrica, respectivamente. Os efeitos da participação na UnATI-EACH/USP foi avaliada por questão aberta. 76,81% apresentavam satisfação geral com a vida e 86,23% não se consideravam depressivos. Na análise de Bardin obteve-se três categorias relacionadas aos benefícios da participação na UnATI: bem-estar psicológico, relações interpessoais saúde e funcionalidade. Os dados mostraram que existem benefícios da educação permanente propiciada por programas destinados a esse fim, principalmente em relação ao bem-estar psicológico, funcionalidade e sociabilidade em pessoas idosas.

*Palavras-Chave:* Universidade aberta à terceira idade; Satisfação pessoal; Idoso; Relações interpessoais; Saúde

**Abstract:** The goal of this study was to check the well-being indicators and analyze the benefits of older people in participating in a permanent education program. Cross-sectional study with 138 older people from UnATI-EACH/USP. Gender, age group, schooling, housing arrangement, time of participation in UnATI, number of activities performed were evaluated. The assessment of cognition, satisfaction with life and depression, was used Mini-Mental State Examination, Global Life Satisfaction Scale and Geriatric Depression Scale, respectively. The effects of participation in UnATI-EACH/USP were evaluated by open question. 76.81% showed general satisfaction with life and 86.23% did not consider themselves depressive. In Bardin's analysis, three categories were obtained related to the benefits of participating in UnATI: psychological well-being, interpersonal relationships, health, and functionality. The data showed that there are benefits of continuing education provided by programs designed for this purpose, especially in relation to psychological well-being, functionality, and sociability in older people.

*Keywords:* University of the third age; Personal satisfaction; Elderly; Interpersonal relations; Health.

O envelhecimento humano tornou-se um dos grandes fenômenos sociais e sistemáticos do último século, o que envolve muitos desafios no que tange ao seu enfrentamento (OMS, 2015; Zielińska-Więczkowska et al., 2012). Devido a essas circunstâncias, percebeu-se que o envelhecimento ativo se faria importante para assegurar uma boa qualidade de vida na velhice (OMS, 2015). As Universidades Abertas à Terceira Idade (UnATIs) desempenham papel importante e têm efeito benéfico para envelhecimento ativo, boa qualidade de vida na velhice, suporte multidimensional para os idosos e, conseqüentemente, aumento da satisfação com a vida dos idosos (Nascimento e Giannouli, 2019; Zielińska-Więczkowska et al., 2017).

A primeira UnATI de que se tem notícia foi fundada em 1973 em Toulouse, na França, por Pierre Vellas (Formosa, 2014; Swindell & Thompson, 1995). Esse modelo de ensino era dirigido a idosos e aposentados, com um espaço destinado para o desenvolvimento de atividades culturais e sociais. Na década de 1970, no Brasil, o Serviço Social do Comércio (SESC) foi o grande incentivador para a criação da primeira UnATI brasileira (Nascimento & Giannouli, 2019). Em 1982, a Universidade Federal de Santa Catarina criou o Núcleo de Estudos da Terceira Idade, o NETI, considerado o primeiro programa com características de UnATI. No entanto, quem replicou o modelo francês foi a Pontifícia Universidade Católica de Campinas em 1990 (Cachioni, 2012).

Em cumprimento ao Estatuto do Idoso e respeitando-se o direito à educação prescrito pela Constituição, são oferecidas pelas universidades diferentes ações extensionistas como alternativas de atenção ao idoso, pautadas na valorização e maior respeito ao processo do envelhecimento da população (Oliveira et al., 2015). As ações extensionistas educacionais voltadas para a terceira idade fundamentam-se na concepção da educação permanente (Oliveira et al., 2017).

Oliveira et al. (2015) contextualizam que a educação permanente se apresenta como ampliador da participação dos indivíduos na vida social e cultural, o que poderá acarretar a melhora das relações interpessoais e intrapessoais, qualidade de vida, satisfação com a vida e bem-estar positivo, auxiliando numa melhor compreensão do mundo e na crença de esperança no futuro. Assim, destaca-se a importância da UnATI no processo de desmistificação dos preconceitos relacionados ao envelhecimento (Zielińska-Więczkowska et al., 2012) e nas funções educacionais, ativadoras, integradoras, compensatórias e recreativas que podem impedir o isolamento social e proporcionar aos idosos a oportunidade de envelhecerem ativamente, além de encontrarem auto-aceitação (Günder, 2014).

O presente estudo teve como objetivo verificar os indicadores de bem-estar e analisar os benefícios relativos dos idosos na participação em um programa de educação permanente segundo critérios sociodemográficos e efeito de participação no programa.

## MÉTODO

### *Participantes*

Este estudo faz parte de um projeto maior intitulado “Educação permanente: benefícios da Universidade Aberta à Terceira Idade da EACH-USP”, de delineamento transversal, com dados coletados no primeiro semestre de 2016 dentro da UnATI da Escola de Artes, Ciências e Humanidades da Universidade de São Paulo (EACH-USP). A coleta de dados foi realizada por uma equipe de profissionais e alunos treinados, pertencentes ao programa de graduação em Gerontologia da EACH-USP. Realizou-se as entrevistas no próprio local da matrícula, por meio de um protocolo já estabelecido. As sessões de coleta duraram em média 60 minutos. A duração mínima foi de 50 minutos e a máxima de 70 minutos. Cada entrevistador foi encarregado de aplicar o protocolo, registrar

suas respostas, respeitando o tempo de resposta e esclarecendo as dúvidas que o entrevistado pudesse ter no transcurso da aplicação.

Os critérios de inclusão foram: (a) ter 60 anos de idade ou mais; (b) estar matriculado no programa UnATI-EACH no semestre corrente; (c) ausência de déficits físicos, de linguagem e compreensão que impedissem a participação e (d) ausência de déficits cognitivos pelo Miniexame do Estado Mental (MEEM) (Brucki et al., 2003; Folstein, 1975). Participaram deste estudo 138 idosos regularmente matriculados em atividades da UnATI/EACH-USP.

### *Material*

*Variáveis sociodemográficas.* Os participantes foram questionados relativamente ao sexo, faixa etária (categorizada em três grupos: 60 a 69 anos; 70 a 79 anos e 80 anos e mais), nível educacional (ensino fundamental completo/incompleto; ensino médio completo/incompleto; ensino superior completo/incompleto), renda familiar (de 1 a 2 salários-mínimos, de 3 a 5 salários-mínimos, de 6 a 10 salários-mínimos), trabalho remunerado (dicotômico) e arranjo de moradia (sozinho; com cônjuge; com filhos; com cônjuge, filhos e outros). Os efeitos de participação no programa foram obtidos por meio de questão aberta: “O sr. (a) percebeu alguma mudança em algum aspecto da sua vida ou seu dia-a-dia após frequentar as atividades da UnATI-EACH? Sim ou não? Se sim, quais foram?”.

*Satisfação Global com a Vida.* Avaliado pela escala desenvolvida por Neri (2002) que mede o bem-estar subjetivo por meio de uma figura de uma escada de onze degraus, ou seja, uma escala de 0-10 pontos. No presente estudo, utilizou-se uma versão adaptada com 10 degraus, ou seja, uma escala de 1-10 pontos. Os participantes foram orientados a observar a figura e pensar no que seria a melhor vida possível, imaginando que essa melhor vida possível fica no alto da escada (n.º 10).

*Sintomas depressivos.* Avaliado por meio da versão reduzida da Escala de Depressão Geriátrica (EGD), composta por 15 questões fechadas e dicotômicas. A pontuação dá-se por: aos itens 1, 5, 7, 11, 13 soma-se 1 ponto a cada resposta negativa e aos itens 2, 3, 4, 6, 8, 9, 10, 12, 14, 15 soma-se 1 ponto a cada resposta positiva. São considerados normais os idosos que apresentam pontuações de 0 a 5, enquanto idosos com pontuações de 6 a 10 apresentam indícios de depressão e pontuações de 11 a 15 são considerados gravemente deprimidos (Paradela et al., 2005).

*Déficit cognitivo.* Avaliado pelo Miniexame do Estado Mental, variando de 0 a 30 pontos, utilizou-se a pontuação proposta por Brucki et al. (2003), subtraindo 1 desvio-padrão da média da faixa de escolaridade, ou seja, 17 pontos para analfabetos, 20 pontos para os idosos com 1 a 4 anos de escolaridade, 24 pontos para 5 a 8 anos de escolaridade e 26 pontos para os idosos com escolaridade acima de 8 anos. Os participantes que pontuaram abaixo da média esperada foram excluídos da amostra final

Os procedimentos estavam de acordo com as normas preconizadas pela Convenção de Helsinki e chanceladas pelo Ministério de Saúde. Os participantes assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) antes do início da entrevista. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética da EACH-USP (Parecer: 1.403.809).

### *Análise de Dados*

*Análise Quantitativa.* Foi realizada estatística descritiva para a caracterização da amostra a partir das medidas de frequência absoluta e relativa para as variáveis categóricas. Após teste de normalidade das variáveis, verificou-se as correlações entre faixa etária, nível de escolaridade, indicadores de depressão e indicador de satisfação global com a vida pelo coeficiente de correlação de Spearman. Para realização da análise estatística foi utilizado o programa computacional *Statistical Analysis System versão 9.2*. O nível de significância adotado para os testes foi de 5%, ou seja,  $p < 0,05$ .

*Análise Qualitativa.* As respostas resultantes da variável de benefícios de participação na UnATI-EACH/USP foram transcritas na íntegra e submetidas à análise de conteúdo de Bardin, método de análise de dados verbais que identifica emissões significativas para a teoria e para os objetivos da pesquisa (Bardin, 1970). As respostas obtidas foram colocadas em classes de equivalência definidas a partir dos significados observados pelo codificador, atribuindo significados às categorias a partir de teorias e microteorias. A análise do material textual foi realizada por um painel de especialistas que percorreu as seguintes etapas: (1) três duplas de especialistas trabalhando independentemente e depois em conjunto realizaram pré-análises, envolvendo leituras flutuantes do material textual resultante da transcrição literal das respostas dos 138 idosos. Os objetivos foram identificar unidades de análise, selecionar e reunir as emissões significativas e elaborar indicadores que pudessem fundamentar a interpretação. Ao final dessa análise, as duplas decidiram que, independentemente do número de palavras ou frases, a emissão completa de cada idoso em resposta à pergunta aberta seria considerada como uma unidade de análise. Decidiu-se, também que cada categoria de significado seria contada apenas uma vez por emissão, não importando se o idoso repetisse ou reiterasse a informação com as mesmas palavras ou usasse sinônimos ou exemplos; (2) cada dupla realizou análise independente das emissões da amostra sobre os significados de benefícios, identificando semelhanças e diferenças, e depois os reagrupou em categorias comuns. As categorizações independentes tiveram confiabilidade analisada pelas duplas, com exigência de 100% de acordo. Oito categorias resultaram desse trabalho; para cada uma houve uma definição e foram reunidos exemplos. O produto foi um quadro usado como base das análises posteriores. O critério para interrupção da análise que conduziu a tal conjunto de categoria foi o de saturação, ou seja, repetição das mesmas categorias e não aparecimento de outras diferentes com relação ao mesmo material textual; as três duplas de especialistas confrontaram todas as emissões dos idosos com as oito categorias até atingirem o critério de saturação. Concluíram posteriormente que as categorias estavam bem definidas e eram suficientes para analisar o material textual.

## RESULTADOS

O estudo foi realizado com amostra de 138 idosos que frequentavam a UnATI-EACH/USP. Dos 138 participantes, 47,02% recebiam de dois a cinco salários-mínimos e apenas 20 indivíduos ainda realizavam trabalho remunerado. Nota-se que 68,88% dos entrevistados já participavam das atividades da UnATI-EACH/USP. 70,91% dos idosos são frequentadores há mais de seis meses e 65,94% realizam de uma a duas atividades semestralmente. As características sociodemográficas estão descritas no Quadro 1.

De acordo com a Escala de Satisfação com a Vida (Quadro 2), 31,16% dos participantes apresentaram altos níveis de satisfação (oito pontos do total de 10), e em relação ao indicador de depressão apenas 13,77% apresentaram sintomas sugestivos de depressão. Aparentemente, as pessoas idosas têm maior nível de satisfação com a vida apresentam menor frequência de sintomas depressivos.

Após leitura minuciosa de cada fala das pessoas idosas, procurou-se fazer interpretação que possibilitasse revelar os significados e sentimentos que os participantes têm em relação a participação nas atividades da UnATI. Em razão da densidade do objeto de estudo, foram identificados três temas sobre a participação nas atividades da UnATI: 1) saúde e funcionalidade; 2) bem-estar psicológico; 3) relações interpessoais. O Quadro 3 apresenta os temas e categorias das respostas.

**Quadro 1.** Características sociodemográficas dos participantes da UnATI - EACH/ USP (N=138).

	<i>N</i>	Frequência (%)
<b>Sexo</b>		
Feminino	103	74,64
Masculino	35	25,36
<b>Idade (MD±DP)</b> 68,18 ± 6,44		
60-69 anos	88	63,77
70-79 anos	41	29,71
80 ou mais anos	9	6,52
<b>Estado Civil</b>		
Casado	46	40,58
Solteiro	24	17,39
Viúvo	35	25,36
Separado	23	16,67
<b>Escolaridade (MD±DP)</b> 10,58 ± 4,81		
Ensino Fund. (incompleto)	19	13,87
Ensino Fund. (completo)	18	13,14
Ensino Médio (incompleto)	8	5,84
Ensino Médio (completo)	44	32,12
Ensino Sup. (incompleto)	7	5,11
Ensino Sup. (completo)	41	29,93
<b>Arranjo de moradia</b>		
Sozinho (a)	52	37,96
Cônjuge	27	19,70
Filhos	12	8,76
Cônjuge/Filhos/Outros	46	33,58

**Quadro 2.** Características do perfil psicológico dos participantes da UnATI-EACH/USP (N=138).

	<i>N</i>	Frequência (%)
<b>Satisfação com a vida</b>		
3	3	2,17
5	7	5,07
6	5	3,62
7	17	12,32
8	43	31,16
9	24	17,39
10	39	28,26
<b>Depressão</b>		
Sim	19	13,77
Não	119	86,23

**Quadro 3.** Temas e categorias derivados das respostas correspondentes aos benefícios de participação na UnATI/EACH-USP

Temas	Categorias e Definições	Exemplos
Saúde e Funcionalidade	<i>Atividade:</i> Participação em atividades do dia-a-dia, em atividades físicas, sociais e comunitárias, trabalho, lazer e divertimento; produtividade física, social e econômica.	Ex.: “Enriquecimento cultural e social, conhecer diferentes atividades” Ex.: “Melhorou meu físico” Ex.: “É bom andar pelo campus da USP, a gente se sente mais feliz”
	<i>Independência e Autonomia:</i> Capacidade de decidir por si, autogoverno, capacidade física e mental para uma vida independente.	Ex.: “Me sinto ativa, participar da UnATI foi uma ótima decisão” Ex.: “Sair de casa me ajuda a me sentir mais autônoma”
	<i>Cognição:</i> Resolver problemas, boa memória, julgamento e tomada de decisões.	Ex.: “Melhorou os aspectos da atenção e memória” Ex.: “A memória melhorou”
Bem-estar psicológico	<i>Satisfação e Prazer:</i> Regulação emocional, a pessoa reconhece que tem uma boa vida, em concordância com seus valores e expectativas, o que acarreta satisfação, alegria, prazer e felicidade.	Ex.: “90% de conforto e bem-estar; Alegria; Motivação; Controle das emoções” Ex.: “Melhorou o meu psicológico”
	<i>Autoconhecimento, autovalorização e autoaceitação:</i> Autoconceito e autoestima, visão positiva e realista do próprio envelhecimento e dos atributos pessoais e senso do próprio valor.	Ex.: “Mais ânimo e aumento da autoestima” Ex.: “Melhorou minha autoestima” Ex.: “Autoestima, sentir que está usufruindo da vida”
	<i>Busca de excelência pessoal:</i> Percepção que é capaz de obter resultados esperados, que se tem controle sobre o próprio envelhecimento, no auto aprimoramento.	Ex.: “Senti para melhor, pois o que eu não sabia eu já sei um pouco” Ex.: “Fiquei mais confiante, aprendi coisas que não estavam nos meus planos” Ex.: “Melhorou a expressão no teatro, me realizei na dança sênior, tudo que fiz foi ótimo, adoro o patchwork”
	<i>Busca de excelência intelectual:</i> Novos conhecimentos, a busca pelo aprendizado.	Ex.: “Aprendeu mais e escreve melhor” Ex.: “Acrescenta aprendizado, pois é interessante ter novos conhecimentos” Ex.: “Aprendeu muitas coisas”
Relações Interpessoais	<i>Relações Sociais harmoniosas:</i> Valorização e reconhecimento de que as relações sociais são fontes de satisfação e contentamento e isentas de conflitos, ou que as pessoas envolvidas atuam positivamente em busca de soluções quando ocorrem conflitos interpessoais.	Ex.: “Conhecemos muitas pessoas que proporcionam coisas boas” Ex.: “Melhorou as amigas e as interações”

Após realização da análise de Bardin em si, foi realizada análise quantitativa dos conteúdos das falas dos participantes. Deste modo, verificou-se maior frequência ao tema bem-estar psicológico, seguido pelas relações interpessoais e saúde e funcionalidade (Quadro 4). No tema bem-estar psicológico, as categorias autoconhecimento, autovalorização e autoaceitação. Já no tema relações interpessoais, a categoria relações sociais harmoniosas se destacou. Por fim, no tema de saúde e funcionalidade destacou-se a categoria atividade.

**Quadro 4.** Análise quantitativa da análise de Bardin ( $n=85$ )

	<i>N</i>	Frequência (%)
<b>Bem-estar psicológico</b>		
Satisfação e prazer	9	10,60
Autoconhecimento, autovalorização e auto aceitação	13	15,30
Busca de excelência pessoal	8	9,41
Busca de excelência intelectual	9	10,60
<b>Relações Interpessoais</b>		
Relações sociais harmoniosas	32	37,64
<b>Saúde e Funcionalidade</b>		
Atividade	7	8,23
Independência e Autonomia	3	3,52
Cognição	4	4,70

## DISCUSSÃO

O presente estudo verificou quais são os indicadores de bem-estar e seus benefícios relativos à idosos que participam de um programa de educação permanente. Os indicadores de bem-estar foram medidos pela escala da escada de Satisfação Global com a vida, proposta por Neri (2002). Revelando que os idosos apresentam boa satisfação com a vida, pontuando a partir do degrau oito da escala.

Na análise de Bardin, encontrou-se três temas principais que foram divididas em categorias e definições. O tema bem-estar psicológico apresentou 45,91% da frequência das respostas, de acordo com as categorias e definições. Já o tema relações interpessoais, apresentou 37,64%, e o tema saúde e funcionalidade apresentou 16,45%.

Observou-se que apenas 13,7% dos idosos apresentaram sintomas depressivos, corroborando com os achados de Ordonez et al. (2011), em que os idosos com sintomas depressivos compunham 3,57% da amostra. O estudo realizado na Universidade para a Terceira Idade (UNITI) da Universidade Federal do Rio Grande do Sul observou que 80,6% dos idosos não apresentavam sintomatologia depressiva (Irigaray & Schneider, 2007). Contudo, o estudo realizado no Programa Universidade Aberta à Terceira Idade da Universidade Federal de Pernambuco observou 18,15% idosos com depressão menor e 5,86% idosos com depressão maior, contradizendo os achados da desta pesquisa (Leite et al., 2002).

O bem-estar psicológico é considerado um dos quatro domínios de qualidade de vida, descritos por Lawton (1983,1991), e refere-se a um termo geral usado para descrever o bem-estar experimentado pelas pessoas conforme a avaliação subjetiva que fazem de suas vidas (Diener, 1999). A satisfação com a vida representa um dos componentes essenciais do bem-estar subjetivo (Diener, 1984). Pode-se observar, que no presente estudo, os idosos apresentaram altos índices de satisfação global com a vida, um indicador de respostas pessoais a condições de saúde e autonomia (George, 2010). Corroborando com nossos achados, Zielińska-Wieczkowska (2017) evidenciou em seu estudo que as UnATIs contribuem para aumentar os níveis de satisfação com a vida dos participantes, além de desempenharem importante papel e efeitos benéficos em relação ao envelhecimento positivo e ao suporte multidimensional aos idosos.


A importância das relações interpessoais demonstra que o suporte social é importante para o envelhecimento positivo quando se pensa em melhorias de condições de vida e de saúde dos indivíduos idosos (Freitas et al., 2016; Johnson, 2014). O estudo de Sonati e colaboradores (2011) evidenciou que participantes de UnATIs mostraram melhor performance social, atestando que o


engajamento de idosos em projetos de educação permanente podem contribuir para reduzir taxas de isolamento social, bem como de depressão e ansiedade. Estudos nacionais (Batistoni et al., 2011; Ordonez et al., 2011) demonstraram que contatos sociais regulares atuam como suporte emocional aos participantes e a educação permanente pode atuar como importante estímulo para relações interpessoais.


A saúde e a funcionalidade apresentam-se de forma importante para os múltiplos benefícios do idoso. Melhores condições de saúde e funcionalidade são associadas a alto nível de satisfação com a vida em idades avançadas (Bowling et al., 1970). A manutenção de atividades, tanto física quanto cognitiva, pode ser considerada o fator que levará os indivíduos a maior autonomia e independência (Kagawa & Corrente, 2015). Assim, a diminuição de saúde (física ou cognitiva) pode contribuir na redução de autonomia para a execução de atividades básicas e instrumentais de vida diária, causando dependência e impacto negativo à vida (Kagawa & Corrente, 2015). O estudo de Mitchell et al. (1997) demonstrou que idosos participantes de UnATIs apresentavam melhor saúde física se comparado aos não-frequentadores, assim como melhor saúde mental.


Como limitações do presente estudo pode-se mencionar que a amostra é por conveniência e limita-se apenas a este grupo da UnATI-EACH/USP. Além disso, os dados dos benefícios foram de autorrelato, em vez de referenciados a testes psicológicos, o que pode ter contribuído para a redução de sua confiabilidade. Em relação às potencialidades, podemos mencionar que há poucos estudos nacionais que tratam da participação de idosos em UnATIs, sendo que a atual pesquisa pode contribuir para achados em relação a este tema.


## ORCID

Juliana Alves  <https://orcid.org/0000-0002-8864-6804>

Gabriela Cabett Cipolli  <https://orcid.org/0000-0002-6966-1654>

Vanessa Alonso  <https://orcid.org/0000-0002-0578-8971>

Ruth de Melo  <https://orcid.org/0000-0002-9713-8617>

Samila Batistoni  <https://orcid.org/0000-0002-8587-8298>

Meire Cachioni  <https://orcid.org/0000-0001-5220-410X>

## CONTRIBUIÇÃO DOS AUTORES

Juliana Alves: Conceitualização, Análise formal, Metodologia, Redação – revisão e edição

Gabriela Cabett Cipolli: Metodologia, Visualização, Redação do rascunho original, Redação – revisão e edição.

Vanessa Alonso: Metodologia, Visualização, Redação do rascunho original, Redação – revisão e edição.

Ruth de Melo: Metodologia, Visualização, Redação do rascunho original, Redação – revisão e edição.

Samila Batistoni: Metodologia, Visualização, Redação do rascunho original, Redação – revisão e edição.

Meire Cachioni: Curadoria dos dados, Investigação, Metodologia, Administração do projeto, Recursos, Supervisão, Redação – revisão e edição.

## REFERÊNCIAS

Bardin L. (1970). *Análise de conteúdo*. Edições 70.



- Batistoni, S., Ordonez, T. N., da Silva, T., do Nascimento, P., Kissaki, P. T., & Cachioni, M. (2011). Depressive symptoms in elderly participants of an open university for elderly. *Dementia & neuropsychologia*, 5(2), 85–92. <https://doi.org/10.1590/S1980-57642011DN05020005>
- Bowling A. (1990). Associations with life satisfaction among very elderly people living in a deprived part of inner London. *Social science & medicine (1982)*, 31(9), 1003–1011. [https://doi.org/10.1016/0277-9536\(90\)90112-6](https://doi.org/10.1016/0277-9536(90)90112-6)
- Brucki, S., Nitrini, R., Caramelli, P., Bertolucci, P. H., & Okamoto, I. H. (2003). Suggestions for utilization of the mini-mental state examination in Brazil. *Arquivos de neuro-psiquiatria*, 61(3B), 777-781. <https://doi.org/10.1590/S0004-282X2003000500014>
- Cachioni, M. (2012). Universidade da terceira idade: história e pesquisa. *Revista Kairós: Gerontologia*, 15, 1-8. <https://doi.org/10.23925/2176-901X.2012v15iEspecial14p1-8>
- da Silva Oliveira, R. D. C., Scortegagna, P. A., & Oliveira, F. S. (2015). Universidades Abertas a Terceira Idade: delienando um novo espaço educacional para o idoso. *Revista HISTEDBR On-Line*, 15(64), 343-358.
- da Silva Oliveira, R. D. C., Scortegagna, P. A., & da Silva, F. O. A. (2017). A educação permanente protagonizada pelo idoso na Universidade Aberta para a Terceira Idade/UEPG. *Extensio: Revista Eletrônica de Extensão*, 14(27), 19-33. <https://doi.org/10.5007/1807-0221.2017v14n27p19>
- de Maio Nascimento, M., & Giannouli, E. (2019). Active aging through the University of the Third Age: the Brazilian model. *Educational Gerontology*, 45(1), 11-21. <https://doi.org/10.1080/03601277.2019.1572998>
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological bulletin*, 95(3), 542.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276–302. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276>
- Folstein, M. F., Folstein, S. E., & McHugh, P. R. (1975). "Mini-mental state". A practical method for grading the cognitive state of patients for the clinician. *Journal of psychiatric research*, 12(3), 189–198. [https://doi.org/10.1016/0022-3956\(75\)90026-6](https://doi.org/10.1016/0022-3956(75)90026-6)
- Formosa, M. (2014). Four decades of Universities of the Third Age: past, present, future. *Ageing & Society*, 34(1), 42-66. <http://doi.org/10.1017/S0144686X12000797>
- Freitas, R. P. D. A., Andrade, S. C. D., Spyrides, M. H. C., Micussi, M. T. A. B. C., & Sousa, M. B. C. D. (2017). Impacts of social support on symptoms in Brazilian women with fibromyalgia. *Revista brasileira de reumatologia*, 57(3), 197-203. <https://doi.org/10.1016/j.rbre.2016.07.001>
- George L. K. (2010). Still happy after all these years: research frontiers on subjective well-being in later life. *The journals of gerontology. Series B, Psychological sciences and social sciences*, 65B(3), 331–339. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbq006>
- Günder, E. E. (2014). Third age perspectives on lifelong learning: third age university. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 116, 1165-1169. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.01.363>
- Irigaray, T. Q., & Schneider, R. H. (2007). Prevalência de depressão em idosas participantes da Universidade para a Terceira Idade. *Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul*, 29(1), 19-27. <https://doi.org/10.1590/S0101-81082007000100008>
- Johnson, E. R., Carson, T. L., Affuso, O., Hardy, C. M., & Baskin, M. L. (2014). Relationship between social support and body mass index among overweight and obese African American women in the rural deep South, 2011-2013. *Preventing chronic disease*, 11, E224. <https://doi.org/10.5888/pcd11.140340>
- Kagawa, C. A., & Corrente, J. E. (2015). Análise da capacidade funcional em idosos do município de Avaré-SP: fatores associados. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, 577-586. <https://doi.org/10.1590/1809-9823.2015.14140>
- Lawton, M. P. (1991). A multidimensional view of quality of life in frail elders. In J. E. Birren, J. E. Lubben, J. C. Rowe, & D. E. Deutchman (Eds.), *The concept and measurement of quality of life*

- in the frail elderly* (pp. 3–27). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-101275-5.50005-3>
- Lawton M. P. (1983). Environment and other determinants of well-being in older people. *The Gerontologist*, 23(4), 349–357. <https://doi.org/10.1093/geront/23.4.349>
- Leite, V. M. M. (2002). *Depressão e envelhecimento: estudos nos participantes do Programa Universidade Aberta a Terceira Idade (UNATI/UFPE)* (Doctoral dissertation, Centro de Pesquisas Aggeu Magalhães).
- Mitchell, R. A., Legge, V., & Sinclair-Legge, G. (1997). Membership of the University of the Third Age (U3A) and perceived well-being. *Disability and rehabilitation*, 19(6), 244–248. <https://doi.org/10.3109/09638289709166534>
- Neri, A. L. (2002). Bienestar subjetivo en la vida adulta y en la vejez: hacia una psicología positiva; en América Latina. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 1(1), 55-74.
- Ordóñez, T. N., Tavares Batistoni, S. S., & Cachioni, M. (2011). Síntomas depresivos en adultos mayores participantes de una universidad abierta a la tercera edad [Depressive symptoms in older adults studying at a third age open university]. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 46(5), 250–255. <https://doi.org/10.1016/j.regg.2010.11.010>
- Ordóñez, T. N., Yassuda, M. S., & Cachioni, M. (2011). Elderly online: effects of a digital inclusion program in cognitive performance. *Archives of gerontology and geriatrics*, 53(2), 216–219. <https://doi.org/10.1016/j.archger.2010.11.007>
- Sonati, J. G., Modeneze, D. M., Vilarta, R., Maciel, E. S., Boccaletto, E. M., & da Silva, C. C. (2011). Body composition and quality of life (QoL) of the elderly offered by the "University Third Age" (UTA) in Brazil. *Archives of gerontology and geriatrics*, 52(1), e31–e35. <https://doi.org/10.1016/j.archger.2010.04.010>
- Swindell, R., & Thompson, J. (1995). An international perspective on the University of the Third Age. *Educational Gerontology: An International Quarterly*, 21(5), 429-447. <https://doi.org/10.1080/0360127950210505>
- Organização Mundial da Saúde (OMS). (2015). Relatório Mundial de Envelhecimento e Saúde.
- Zielińska-Więczkowska H. (2017). Correlations between satisfaction with life and selected personal resources among students of Universities of the Third Age. *Clinical interventions in aging*, 12, 1391–1399. <https://doi.org/10.2147/CIA.S141576>.
- Zielińska-Więczkowska, H., Muszalik, M., & Kędziora-Kornatowska, K. (2012). The analysis of aging and elderly age quality in empirical research: data based on University of the Third Age (U3A) students. *Archives of gerontology and geriatrics*, 55(1), 195–199. <https://doi.org/10.1016/j.archger.2011.07.011>