

# Envelhecimento saudável

LEONOR CAMPOS MAUAD

**D**e acordo com estudos realizados pela Unesco, o século XXI exigirá de todos nós grande capacidade de autonomia e discernimento, juntamente com o reforço da responsabilidade pessoal para a realização de um destino coletivo. Já no relatório de 1996 aparece o conceito de educação ao longo de toda a vida, como a chave de acesso ao século XXI.

No Brasil a Política Nacional do Idoso - PNI - Lei n.º 8842 de janeiro de 1994, prevê apoio para a criação de meios de universalizar o acesso às diferentes formas de saber. Outro forte incentivo para a educação na 3ª idade vem da Lei de Diretrizes e Bases da Educação (LDB) - 1996 que no item IV fala na promoção e divulgação de conhecimentos culturais, científicos e técnicos que constituem patrimônio da humanidade através do ensino. Também o Estatuto do Idoso, aprovado no dia 23 de setembro de 2003, no capítulo IV, artigo 23, propõe que, dentre inúmeros aspectos, o idoso tem direito a educação, cultura, esporte, lazer, diversões, espetáculos.

Dados do IBGE apontam que o Brasil é um dos países da América Latina que tem experimentado um dos maiores aumentos em relação a sua proporção de idosos na população total. Nas últimas décadas constata-se esta afirmação ao longo dos Censos e as projeções até 2020 a confirmam com a previsão de 27.173.600 pessoas com 60 ou mais.

Desde os tempos mais remotos, os indivíduos que possuíam sabedoria, freqüentemente, assumiam posição

de destaque na sociedade e tinham o respeito da comunidade. Isto porque, em tempos antigos, em culturas mais tradicionais e implicitamente em todas as civilizações orientais, o acúmulo dos anos na vida de alguns significava um acúmulo da sabedoria. Na atualidade, diversos estudiosos dão ênfase à variedade de forças ligadas à longa existência, como calma, tranquilidade, liberdade e sabedoria. A questão do envelhecimento bem-sucedido envolve aspectos que exigem das pessoas um dose significativa de "sabedoria" para entender como agir diante de trans-

formações tão profundas e muitas vezes difíceis de serem assimiladas. É comum ouvirmos declarações de pessoas que envelheceram, de que "não sabiam o quanto era difícil envelhecer" ou mesmo de que "não se prepararam para envelhecer". Através de oportunidades educativas, na terceira idade, acredita-se que será possível efetivamente lutar pela vida saudável na idade avançada e com isto enfrentar dificuldades resultantes da carência educativa, cultural e estimular a participação ativa.

Espera-se que as questões aqui abordadas contribuam para que nossos leitores vivam sua rotina de forma ainda mais sábia, e preparem-se para, no futuro, viverem um envelhecimento bem-sucedido. E ainda, que temas como estes não sejam abordados apenas anualmente, na semana do idoso.

**LEONOR CAMPOS MAUAD** é doutora em Educação, especialista em Gerontologia

**O idoso tem direito a educação, cultura, esporte e lazer**