

**PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO**

**Isabel Cristina de Souza Gonçalves**

**OFICINA DE MEMÓRIA:  
PRÁTICA SOCIAL DE OPORTUNIDADE PARA O ENVELHECIMENTO  
ATIVO**

**MESTRADO EM GERONTOLOGIA**

**São Paulo**

**2015**

**PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO**

**Isabel Cristina de Souza Gonçalves**

**OFICINA DE MEMÓRIA:  
PRÁTICA SOCIAL DE OPORTUNIDADE PARA O ENVELHECIMENTO  
ATIVO**

Dissertação apresentada à Banca Examinadora da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, como exigência parcial para obtenção do título de MESTRE em Gerontologia, inserida na área de concentração Gerontologia Social, linha de pesquisa Gerontologia: Processos Político-Institucionais e Práticas Sociais do Programa de Estudos Pós-Graduados em Gerontologia, vinculado à FACHS – Faculdade de Ciências Humanas e da Saúde, sob orientação da Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Suzana Carielo da Fonseca.

**São Paulo**

**2015**

## Referências Bibliográficas

ALVAREZ, A.M.M. *Deu branco*: um guia para desenvolver o potencial de sua memória. São Paulo: Best Selle, 2012.

ALVAREZ, A. *Deu branco*: um guia para desenvolver o potencial de sua memória. Rio de Janeiro: Record, 2006.

BRANDÃO, V.M.A.T. Memória, Cultura, Projeto de Vida. 1999. Mestrado em Ciências Sociais – Antropologia. PUC-SP, São Paulo.

\_\_\_\_\_. Oficina de memória – teoria e prática: relato da construção de um projeto. Revista Kairós: Gerontologia. Nucleo de Estudo e Pesquisa do Envelhecimento (NEPE). Programa de Estudos Pós-Graduados em Gerontologia. São Paulo, Educ, vol.5,n2, 2002.

CHARCHAT-FICHMAN, H.; et al..Declínio da capacidade cognitiva durante o envelhecimento. Revista Brasileira de Psiquiatria. São Paulo, v.27, n. 12,p.79-82,2005

CHAUÍ, M. Apresentação. Os Trabalhos da Memória. In Bosi, Ecléa. Memória e Sociedade. Lembrança de Velhos. São Paulo: Companhia das Letras. 1979/2006.

FREUD,S. Carta 52. In: FREUD, S. Publicações Pré-Psicanalíticas e esboços inéditos. *Obras psicológicas completas de Sigmund Freud*: edição standart brasileira, vol I. RJ: Imago editora, 1886-1899/1977.

HALBWACHS, Maurice.. A memória coletiva. São Paulo: Editora Revista dos Tribunais Ltda,1990.

IZQUIERDO, I. *Memória*. Porto Alegre: Artmed, 2002.

KANDEL,E.; JAMES H. S.; SCHWARTZ,T.M. Princípios da neurociência. São Paulo: Ed: Manole, 2002.

LEZAK;M.D. Neuropsychological assessment. 3 Ed. Oxford: Oxford University Press. 1995.

OLIVEIRA, A.P; SOUZA, R.F. Mnemosine – Lesmosyne – as aguas da memória e do esquecimento. Montes Claros: UNIMONTES, 2012.

PICHON-RIVIÉRE, P.H. O processo grupal. 39ª .ed. São Paulo: Martins Fontes, 1988. 198p.

STAUDINGER,U.M.;MARSISKE, M.;BALTES,P.B. (1993) Resiliencia e níveis de capacidade de reserva na velhice: perspectivas da teoria do curso da vida. Tradução de Anita Liberalesso Neri e Lucila L. Goldstein. In: NERI, A.L. (Org.)

**Psicologia do envelhecimento. Campinas:** Papirus, 1995.p.195-228. Título do original: Resiliense and levels of reserve capacity in later adulthood: perspectives from life-span theory.

**Banca Examinadora:**

---

---

---

Aos meus filhos, Ian e Thales.

Ao Mauro, pelo incentivo e apoio todo o tempo

## AGRADECIMENTOS

À minha professora e querida orientadora Suzana Carielo da Fonseca, pelos seus ensinamentos e orientação durante todo o percurso da pesquisa.

Aos professores do Programa de Estudos Pós-Graduados em Gerontologia da PUC/SP, por me proporcionarem momentos de reflexão e por me mostrarem o outro “lado” do envelhecimento, o que me proporcionou um grande amadurecimento profissional e pessoal.

À Profa. Dra. Marluce Auxiliadora Borges Glaus Leão, coordenadora do Programa de Atenção Integral ao Envelhecimento (PAIE) da Universidade de Taubaté/UNITAU, pela oportunidade de realizar as entrevistas com os idosos do Programa e com os oficinairos.

Aos colegas do curso do mestrado, em especial a Fernanda Favere e Ana Carla Nogueira, que compartilharam comigo suas experiências, porque sem vocês as discussões sobre o envelhecimento não seriam possíveis.

Ao Rafael Quini, secretário do Programa de Estudos Pós-Graduados em Gerontologia da PUC-SP, por sua dedicação em atender com eficiência e simpatia.

Aos idosos do Programa de Atenção Integral ao Envelhecimento da Universidade de Taubaté, que se dispuseram participar das entrevistas.

Às professoras Dra Vera Maria Antonieta Tordino Brandão e Beltrina da Purificação da Côrte, pela disponibilidade e interesse em compartilhar seus pontos de vista na banca de qualificação.

À PUC-SP pela concessão da bolsa.

## RESUMO

GONÇALVES, I. C. S. (2015) Oficina de memória: prática social de oportunidade para o envelhecimento ativo. Dissertação de Mestrado. (Pontifícia Universidade Católica de São Paulo – Programa de Estudos Pós-Graduados em Gerontologia). São Paulo, 2015, 8 a 111.

Não é raro que idosos que não têm o diagnóstico de demência se preocupem com sua memória e procurem por programas (em serviços públicos e/ou privados) que possam estimulá-la. Atualmente é bastante frequente em tais programas a oferta de Oficinas de Memória. Essa tendência traz à luz uma *práxis* que, do meu ponto de vista, merece ser investigada já que, de imediato, se associa o estímulo da memória à promoção da saúde na terceira idade. **Justificada** sua realização, esclareço que o **objetivo geral** deste trabalho foi o de investigar, de um lado, a natureza da articulação entre memória e envelhecimento ativo, e de outro, explorar a demanda que subjaz a participação de idosos em Oficinas de Memória. A investigação foi orientada pelo enfrentamento dos seguintes **objetivos específicos**: explorar em profundidade o que tem respondido pela proposta institucional de trabalho com a memória; verificar o perfil dos idosos atendidos no Programa de Atenção Integral ao Envelhecimento (PAIE) da Universidade de Taubaté (UNITAU), bem como dos profissionais que executam (executaram) as atividades propostas; investigar se os idosos têm (tinham) queixas de memória e como elas são (foram) acolhidas e trabalhadas nesta oficina; identificar que concepções de memória, envelhecimento e velhice fundamentam (fundamentaram) as ações dos profissionais por ela responsáveis; discutir os resultados da investigação, levando em conta de que modo a experiência acumulada no PAIE poderia contribuir para minha formação profissional e, da mesma maneira, como minha formação como fonoaudióloga e pesquisadora no campo da Gerontologia Social poderia especificamente contribuir para a realização de atividades que potencializem a memória na velhice. No que diz respeito à **Metodologia de Pesquisa**, esclareço que primeiramente realizei uma revisão bibliográfica que envolveu e articulou questões relativas à “memória”, “envelhecimento” e “velhice” no campo da Gerontologia e em áreas afins. O resultado desta incursão pela literatura sobre o tema encontra-se nos capítulos 1 e 2. A dissertação contou, ainda, com uma pesquisa de campo. A opção metodológica do estudo foi de cunho qualitativo. Isso porque, em certa medida, meu interesse estava voltado para a busca do significado atribuído à memória tanto pelos idosos, como por aquele(s) responsável(is) pela proposição e realização da Oficina de Memória no PAIE-UNITAU. Os **resultados** deste empreendimento encontram-se no capítulo 3. Tendo isso em vista foi possível **concluir** que talvez a originalidade do meu trabalho possa ser o de ter explorado, na reflexão encaminhada, a natureza da relação entre linguagem e memória e, dessa perspectiva, poder ratificar o caminho já indicado por Brandão (1999, 2002) e que, do meu ponto de vista, deve ser mais amplamente desdobrado nas propostas de Oficina de Memória com idosos: tornar-se lugar privilegiado de escuta para os mesmos, explorando mais amplamente suas narrativas autobiográficas. Nossa cultura, em geral, e cada um de nós, em particular, só tem a ganhar se a palavra for devolvida a essas vozes que, em sua grande maioria, têm sido silenciadas (razão de seu gradativo esquecimento?) nas sociedades contemporâneas. A realização desta pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética e Pesquisa da PUCSP sob número 47424415.9.0000.5482.

**Palavras – chave:** Idoso; Memória; Linguagem; Envelhecimento.

## **MEMORY TRAININGS**

### **SOCIAL PRACTICES OF OPPORTUNITIES FOR ACTIVE AGEING**

It is not rare that elderly not diagnosed with dementia are worried about their memory loss and look for private or public services program aiming to stimulate memory. Presently, it is normal on such programs to have Memory Trainings. This tendency is bringing to light a praxis, that from my point of view deserves to be investigated, because it immediately creates an association between memory stimulation and health promotion for the elderly. After justifying such realization, I would like to clarify that the main objective of this work was to investigate, from one side, the nature of the articulation between memory and active ageing and on the other side to explore the demand behind the participation of the elderly in Memory Trainings.

The investigation was oriented by facing the following specific objectives: explore deeply the responses from the institutional proposal of memory work; verify elderly profile attended on the Program of Integral Attention to Elderly (PAIE) of University of Taubaté (UNITAU), as well as professionals who are executing or who executed the activities proposed, investigate if elderly have or had memory complaints and how it is (was) received and worked on those Trainings, identify which type of memory conceptions, ageing and oldness determine or determined professional actions, discuss the results of investigation, taking in consideration how the experience accumulated on PAIE could contribute to professional training. And in the same way how my professional formation as Speech Therapist and Social Gerontology Researcher could contribute specifically to the activities performance in order to optimize memory on oldness.

Referring to the Research Methodology I would like to explain that at first I made a bibliographical review which involved and articulated questions related to “memory”, “ageing” and “oldness” in Gerontology field and similar areas. The result of this incursion through literature on this subject can be found on Chapters 1 and 2. The thesis also counted on a field research. The methodological option of the study was a qualitative mark. It happened because, in certain way, my interest was addressed to the search of the meaning attributed to the memory by the elderly and by who was/were responsible by the proposal and accomplishment of Memory Trainings at PAIE-UNITAU. The results of this work are in the chapter 3.

To this end, it was possible to conclude that maybe the originality of my work is in the exploration, in the addressed reflection and in the nature of the relation between language and memory. And from this perspective it can ratify the way already showed by Brandão (1999,2002) that, from my point of view, it has to be widely unfolded on the proposals of Memory Trainings with elderly: to be in a privileged place to hearing them, exploring widely their autobiographical narratives. Our culture, in general, and each of us, in particular, have nothing to lose if the word can be returned to these voices, which in the majority were muted (reason for its remarkable oblivion?) in a contemporary society. The accomplishment of this research was approved by Comitê de Ética e Pesquisa - PUCUSP under the number 47424415.9.0000.5482.

Key Words: Elderly, Memory, Language, Ageing

## SUMÁRIO

<b>INTRODUÇÃO:</b> .....	<b>8 - 14</b>
<b>CAPÍTULO 1:</b> .....	<b>15 - 32</b>
<b>ENVELHECIMENTO E MEMÓRIA</b>	
<b>CAPÍTULO 2:</b> .....	<b>33 - 59</b>
<b>OFICINAS DE MEMÓRIA: PRÁTICA SOCIAL DE OPORTUNIDADE PARA O ENVELHECIMENTO ATIVO</b>	
<b>CAPÍTULO 3:</b> .....	<b>60 - 93</b>
<b>A OFICINA DE MEMÓRIA NO PROGRAMA DE AÇÃO INTEGRAL AO ENVELHECIMENTO (PAIE-UNITAU)</b>	
<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS:</b> .....	<b>94 - 98</b>
<b>REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:</b> .....	<b>99 - 102</b>
<b>ANEXOS:</b> .....	<b>103 - 111</b>

## INTRODUÇÃO

Desde a conclusão do curso de Fonoaudiologia, em 1993, nas Faculdades Teresa D'Ávila, na cidade de Lorena, eu tinha no horizonte o compromisso de, depois de algum tempo de exercício clínico, investigar com maior profundidade a relação entre teoria e prática neste campo. De início, trabalhei na Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais (APAE), de Pindamonhangaba, durante 6 anos, atendendo exclusivamente crianças. Foi uma experiência muito importante porque me colocou num universo no qual tive que lidar com uma questão intrigante: a permanência de uma condição de diferença (patologia), apesar dos múltiplos e muitos progressos que essas crianças apresentavam como resultado das intervenções educacionais e clínicas das quais participavam.

Nessa mesma época, abri um consultório particular, mas continuava atendendo apenas crianças. Ao contrário da minha experiência na APAE, nesse trabalho tive a oportunidade de “dar alta” para muitas delas. Minha intervenção clínica não encontrou nesses casos o obstáculo oferecido pela deficiência intelectual. Quero dizer com isso que certas condições patológicas, principalmente aquelas que se apresentam na linguagem, puderam ser superadas como efeito do exercício da clínica fonoaudiológica.

No ano de 2000, já fora da APAE, passei a atuar na Associação para Valorização de Pessoas com Deficiência (AVAPE), de Taubaté, trabalhando, pela primeira vez, com idosos em condições patológicas decorrentes de danos neurológicos, principalmente afásicos e demenciados<sup>1</sup>. Nesta instituição, a minha atuação profissional foi pautada na perspectiva

---

<sup>1</sup>De acordo com o DSM-IV (2014), a demência é uma síndrome caracterizada pelo desenvolvimento de múltiplos *déficits* cognitivos, que incluem comprometimento da memória e pelo menos uma das seguintes perturbações cognitivas: afasia, apraxia, agnosia ou uma perturbação do funcionamento executivo. Já a afasia é um termo que designa um distúrbio que pode afetar todos os aspectos da linguagem (compreensão e expressão), em decorrência de uma lesão cerebral (MAC-KAY, 2003). Para Fonseca (2002), a afasia é termo que refere mais do que esse duplo quadro sintomático (cerebral e linguístico) porque, por efeito da fala sintomática, sofre também um sujeito.

multidisciplinar. As intervenções eram realizadas por um grupo de profissionais constituído por, além de fonoaudiólogos, psicólogos, terapeutas ocupacionais, fisioterapeutas, dentre outros. Os casos eram analisados coletivamente por esses profissionais que eram incluídos numa equipe médica (formada por neurologistas e psiquiatras). No tocante à atuação fonoaudiológica, o foco residia nas áreas da fala, linguagem, deglutição e memória. A avaliação, em seus aspectos diferenciados, era fundamentada e dirigida tendo como base protocolos específicos. Além disso, formulavam-se planos de atendimento, relatórios e devolutivas.

Em 2012, ingressei, por intermédio de concurso público, na área da Saúde na Prefeitura Municipal de Taubaté, e fui indicada para atuar num programa específico de atendimento domiciliar a idosos, denominado “Qualidade de Atenção Integrada à Saúde Taubateana” (QUALIST). O trabalho fonoaudiológico consiste no atendimento exclusivo a idosos, basicamente com quadros de deglutição e/ou patologias de linguagem decorrentes de acidentes vasculares encefálicos (AVE’s) e/ou processos neurodegenerativos (Demências, tais como Parkinson e Doença de Alzheimer). Neste serviço, os encaminhamentos para fonoaudiólogos são realizados exclusivamente pela equipe médica.

No que diz respeito à afasia, os encaminhamentos são feitos em função da aposta de melhora da condição patológica a partir da intervenção fonoaudiológica. Quanto às demências, os encaminhamentos, quando realizados, são motivados pela presença de problemas de deglutição e/ou disfagia<sup>2</sup>: Nestes casos, a aposta está relacionada com a necessidade de, enquanto for possível, trabalhar para enfrentar as dificuldades com a alimentação. Nesse diferencial recolhi outra questão: não se reconhece, no campo de atuação profissional do serviço público, a pertinência de atendimento fonoaudiológico em quadros de demência que se restrinjam a problemas de memória.

---

<sup>2</sup>Disfagia resulta de anormalidades na deglutição.

A razão de tal pendência talvez esteja calcada no fato de que a natureza degenerativa do quadro desafia, e porque não dizer, tem criado obstáculo ao exercício de muitas clínicas (em diferentes áreas de atuação), que a despeito de diferentes vertentes, ainda não obtiveram sucesso relativamente à contenção do processo cerebral degenerativo e suas sequelas na cognição e/ou linguagem. Uma “verdade” que, como já disse, não constitui propriamente um obstáculo aos encaminhamentos quando o problema é a deglutição.

Eu me questionava então se “estimular” a memória pela via da linguagem (algo que diz respeito ao exercício da clínica fonoaudiológica) não deveria também se constituir como aposta nesses encaminhamentos. A *American Speech Hearing Association (ASHA)*, por exemplo, entende que “fonoaudiólogos desempenham um papel central na detecção, avaliação, diagnóstico e tratamento de pessoas com demência”<sup>3</sup>. Note-se que essa afirmação permite, no limite, colocar sob suspeita a prática de se encaminhar para o fonoaudiólogo apenas pacientes demenciados com problemas de deglutição. Digo isso porque parto do pressuposto de que a “memória é feita de linguagem” (MARCOLINO- GALLI, 2013, p.18), o que vai se esclarecer melhor no corpo da discussão que apresento nesta dissertação.

As considerações expostas exigem que se indague sobre quais seriam as bases de atuação profissional (incluindo aí a intervenção fonoaudiológica) quando o que está em causa são queixas relacionadas à memória. Incluo nesta indagação não só os quadros de demência, mas, também, os que se abrigam na denominada “amnésia benigna” que, segundo Prado *et al* (2007, p. 44), está relacionada com o fato de que “indivíduos não conseguem lembrar de algo ou de alguém durante horas, até que mais tarde a evocação aparece, muitas vezes de surpresa (no meio da noite, por

---

<sup>3</sup>Disponível em: [http://www.asha.org/PRPSpecificTopic.aspx?folderid=8589935289&section=Roles\\_and\\_Responsibilities#\\_ga=1.190902184.366913474.1428324443](http://www.asha.org/PRPSpecificTopic.aspx?folderid=8589935289&section=Roles_and_Responsibilities#_ga=1.190902184.366913474.1428324443). Acesso em: 04 abr. 2015.

exemplo)”. Para Izquierdo (2002), o que a motiva são fatores de ordem emocional e/ou sentimental vinculados ao funcionamento da memória.

Deve-se ter em conta, ainda, que a “amnésia benigna aparece também em pessoas jovens ou de meia-idade submetidas a cansaço, estresse, ou simples ‘nervosismo’” (PRADO *et al*, 2007, p. 44).

Note-se que a amnésia benigna não é um traço específico da velhice, embora possa nela se apresentar mais frequentemente, o que, via de regra, pode trazer à cena, para o idoso e para os que com ele convivem, o fantasma de uma possível demência. Não é raro que idosos que não tenham esse diagnóstico se preocupem com sua memória e procurem por programas (em serviços públicos e/ou privados) que possam estimulá-la. Mas, como já assinalei, sobre que bases eles devem se assentar para que venham a se constituir como ferramenta para melhoria da qualidade de vida destes sujeitos?

Estas questões me mobilizaram a procurar o Programa de Estudos Pós-Graduados em Gerontologia da PUC-SP com um projeto inicial no qual o foco se voltava especificamente para a investigação da natureza da relação entre memória-linguagem e o papel do fonoaudiólogo junto a idosos que apresentavam a queixa antes referida. Mas minhas primeiras incursões bibliográficas na área da Gerontologia me colocaram diante de outras questões (igualmente interessantes) relativas à articulação entre memória e envelhecimento.

Esclareço: o foco da reflexão dos estudiosos do campo não estava especificamente voltado para a natureza da relação entre memória e linguagem, mas sim, memória e envelhecimento. Considero que a originalidade do meu trabalho possa ser o de explorar a natureza da relação entre linguagem e memória e, dessa perspectiva, tirar desdobramentos para se pensar a relação entre memória e envelhecimento. Este é um dos compromissos que tenho nesta dissertação.

Esse desafio me levou a suspender a questão clínica, inicialmente suscitada pelo atendimento de pacientes com demência, em favor de um

enfrentamento teórico cujo eixo envolve, num primeiro passo, explorar a natureza da relação entre memória, envelhecimento e linguagem. Feito isso, vou voltar minha atenção para recolher os fundamentos, em diferentes perspectivas, de propostas de realização de Oficinas de Memória, tais como elas são relatadas na literatura sobre o tema. O passo seguinte é o de, através da pesquisa de campo, trazer à luz uma proposta de acolhimento de pessoas idosas em uma bem sucedida Oficina de Memória, realizada junto ao Programa de Atenção Integral ao Envelhecimento (PAIE), desenvolvido desde 2007 na Universidade de Taubaté (UNITAU). Tenho um objetivo específico: apreender as demandas de idosos participantes e recolher os resultados de uma ação profissional já consolidada.

Note-se que pretendi me deixar tocar duplamente: pela teorização sobre a memória e por uma prática não clínica que procura torná-la mais eficaz, tendo em vista a melhoria da qualidade de vida na velhice. Entendi que esse movimento poderia me capacitar para enfrentar, com mais segurança, em trabalhos acadêmicos posteriores, os desafios teóricos e clínicos impostos pela demência. Deixei, portanto, para o doutorado a reflexão que envolve a pertinência e a efetividade de uma clínica de linguagem com pacientes demenciados. Esta dissertação de mestrado reflete, portanto, o momento da minha entrada num universo teórico que cada vez mais tem suscitado questões na minha prática profissional. Tenho certeza de que respeitando esses passos, eu me fortalecerei para enfrentá-las.

Pode-se dizer, então, que meu interesse pelo campo de estudos da Gerontologia (e mais especificamente da Gerontologia Social) surgiu da minha experiência clínica (uma prática social) acumulada em vinte anos de profissão e, como relatei anteriormente, porque parte dessa trajetória esta intrinsecamente vinculada com uma atuação junto a sujeitos idosos. Não sem razão, o objetivo geral deste trabalho foi o de investigar, de um lado, a

natureza da articulação entre memória, envelhecimento e linguagem, de outro, o que motiva cidadãos idosos a participar de Oficinas de Memória.

Entre os objetivos específicos, merecem destaque os seguintes:

- Explorar, além da demanda subjetiva que tem respondido pela participação dos idosos no Programa de Atenção Integral ao Envelhecimento (PAIE) da Universidade de Taubaté (UNITAU), o que tem motivado esta instituição a oferecê-la.
  - Verificar o perfil dos idosos atendidos no PAIE.
  - Verificar o perfil dos profissionais que executam as atividades propostas.
  - Investigar se e como se manifestam na falas dos idosos queixas relativas à memória e como elas são acolhidas e trabalhadas nesta oficina.
  - Identificar que concepções de memória, envelhecimento e velhice fundamentam as ações dos profissionais responsáveis pela oficina de memória.
  - Discutir os resultados da investigação, levando em conta de que modo a experiência acumulada no PAIE pode contribuir para minha formação profissional e, da mesma maneira, como minha formação como fonoaudióloga e pesquisadora no campo da Gerontologia pode contribuir para a realização de atividades que potencializem a memória na velhice.

Esclareço, finalmente, que a realização desta pesquisa foi pautada na constatação de que a maioria das propostas de trabalhos com idosos sempre têm como foco a promoção de seu bem estar. Contudo, a maior parte delas está voltada para a realização de atividades físicas. Nem sempre questões relativas à memória são alvo de ações específicas, embora elas se apresentem com bastante frequência com o envelhecimento. Sabe-se que,

de um lado, queixas de memória fazem parte do envelhecer (amnésia benigna): talvez, por isso, os *déficits* iniciais nem sempre merecem a atenção que deveriam. De outro lado, contudo, eles podem indicar um processo patológico (como, por exemplo, no caso das demências).

Entendo que pelo simples fato de existir esse duplo desdobramento (normal e patológico), esse tema é de relevância para os estudos na área da Gerontologia. Principalmente porque é preciso que exploremos fatores que responderiam por ele, bem como a natureza das ações seja para promover/estimular a memória, seja para enfrentar a sua manifestação sintomática.

## CAPÍTULO 1

### ENVELHECIMENTO E MEMÓRIA

O envelhecimento populacional é um dos acontecimentos mais marcantes das sociedades contemporâneas. A Organização Mundial da Saúde (OMS, 2005) tem chamado a atenção para o fato de que o contingente populacional que mais cresce, levando em conta a proporção entre faixas etárias, é o de pessoas maiores de 60 anos. Estima-se que: 1) esse aumento será da ordem de 223% (694 milhões de pessoas) entre 1970 e 2025; 2) 2 bilhões de pessoas serão idosas, em 2025 e; 3) até 2050, 80% residirá em países em desenvolvimento.

Essa tendência mundial é seguida também no Brasil com o crescente aumento da expectativa de vida e diminuição da natalidade, o que tem produzido uma mudança significativa do perfil demográfico e epidemiológico da nossa população. Prevê-se, por exemplo, que em 2020 mais de 25 milhões de brasileiros sejam maiores que 60 anos (ZANUTO, 2006)<sup>4</sup>.

A OMS considera que tanto a memória, quanto a capacidade de aprendizagem, diminuem naturalmente com o avançar da idade. Nessa

---

<sup>4</sup>Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1516-4462006000400021&lang=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-4462006000400021&lang=pt). Acesso em: 25 abr. 2013.

perspectiva, entende que esse processo de declínio cognitivo seja provocado:

pelo desuso (falta de prática), doenças (como depressão), fatores comportamentais (como consumo de álcool e medicamentos), fatores psicológicos (falta de motivação, confiança e baixas expectativas) e fatores sociais (solidão e isolamento), mais do que o envelhecimento em si (OMS, 2005, p. 26-27).

Yassuda, Batistoni, Fortes e Neri (2006) seguem essa mesma linha de raciocínio e enfatizam que esse declínio gradativo da memória não pode ser marginalizado no campo de estudos da Gerontologia. Isso porque tal capacidade – se preservada de forma optimal – pode contribuir para que a vida longa seja uma experiência cada vez mais positiva para aqueles que a conquistaram. Cabe, portanto, a este campo investigar de que modo se estrutura a capacidade mnemônica e como ela pode se tornar uma importante ferramenta para que o idoso viva a vida com qualidade.

Por isso, neste primeiro capítulo, procuro explorar a relação entre memória e envelhecimento (e, também, memória, envelhecimento e linguagem, como se justificará oportunamente) com o objetivo específico de contribuir com a discussão que tem sido encaminhada pela Gerontologia e com o compromisso de articular o teórico com a vida concreta, passo que darei no segundo e terceiro capítulos, ao voltar o foco, para atividades desenvolvidas em oficinas de memória com idosos.

### **1.1 Lembrar x Esquecer: as duas faces da Memória**

A origem do termo “memória” está vinculada à mitologia greco-romana e à deusa *Mnemosine*. Para os gregos, ela personificava o conhecimento do passado, presente e futuro, permitindo ao mesmo tempo recordar feitos heroicos e esquecer males. Note-se que recordar e esquecer se apresentam como duas faces articuladas por essa figura mitológica.

Deve-se atentar, ainda, para o fato de que na mitologia grega, o esquecimento (*Lesmosyne*) é como atentam Oliveira & Sousa (2012), o reino do Não-Ser, da ausência. Nessa medida, ele é algo que se opõe ao esforço da recordação. *Letes* é uma divindade feminina da linhagem da noite, enquanto *Mnemosine* é do dia e é também, ao mesmo tempo, nome de um rio do submundo que confere esquecimento à alma dos mortos. Lembrar e esquecer, portanto, estão vinculados miticamente pelas figuras dessas duas deusas. Assim, beber da água do *Letes* faz esquecer; nutrir-se da fonte de *Mnemosine*, por sua vez, faz lembrar.

A mitologia grego-romana nos indica, assim, que lembrar e esquecer são opostos relacionais. A questão que envolve a definição do que é a memória e sua importância para a vida do humano interessou desde sempre a Filosofia e, ao longo do tempo, migrou como objeto digno de investigação para vários campos da ciência. Sem dúvida alguma, na contemporaneidade, as reflexões encaminhadas pelas Neurociências têm sido tendência dominante. Neste campo, memória é entendida como capacidade cognitiva atrelada ao funcionamento cerebral. Em seu livro *Memória* (2002, p. 9), Izquierdo a define como:

a aquisição, a formação, a conservação e a evocação de informações. A aquisição é também chamada de aprendizagem: só se “grava”, aquilo que foi *aprendido*. A evocação é também chamada de recordação, lembrança, recuperação. Só *lembramos* aquilo que gravamos, aquilo que foi aprendido.

Algumas conclusões devem ser tiradas da afirmação acima. A primeira delas diz respeito ao fato de que se a memória é fruto de aquisição, ela não é parte da dotação biológica da espécie humana, ela não é inata! Por isso, o autor fala em aprendizagem. Se levarmos em conta, ainda, os outros pilares nos quais se assenta a sua definição – formação, conservação e evocação – devemos entender que o que se aprende, se registra e se armazena para que, em momento oportuno, possa ser utilizado pelo homem.

Se na afirmação acima se esclarece parcialmente que o que se armazenam são informações (externas? internas?), deve-se ainda indagar: onde elas são armazenadas? Como? Que mecanismos propiciam o uso do que foi armazenado? É o próprio autor que se incumbe de tais esclarecimentos, quando afirma que “as memórias são feitas por células nervosas (*neurônios*), são armazenadas em redes de neurônios e são evocadas pelas mesmas redes neuronais ou por outras” (p. 12).

Conclui-se que, neste ponto de vista, memórias são um artefato cerebral e que o seu registro, armazenamento e uso estão, portanto, intrinsecamente vinculados ao funcionamento cortical. Contudo, assinala Izquierdo, as memórias “são moduladas pelas emoções, pelo nível de consciência e pelos estados de ânimo”(idem). A ideia de modulação vem à tona para indicar que as memórias sofrem o efeito de fatores ditos extra-cerebrais, tanto no que diz respeito à sua formação, quanto ao seu registro, armazenamento e evocação.

Interessante notar que, para o autor, “é mais sensato falar em ‘memórias’ e não em ‘Memória’, já que há tantas memórias possíveis quanto forem as experiências possíveis (p. 16). Para que memórias se formem, é preciso que a realidade da experiência seja traduzida pelo funcionamento cerebral, o que envolve a sua conversão em um complexo código de sinais elétricos e bioquímicos. Para que elas sejam evocadas, é preciso que outro mecanismo seja acionado: “os neurônios reconvertem sinais bioquímicos ou estruturais em elétricos, de maneira que, novamente, nossos sentidos e nossa consciência possam interpretá-los como pertencendo a um mundo real”(p. 17). O sistema de códigos e os processos de conversão e reconversão não são idênticos à realidade à qual estão vinculados: o que se armazena, portanto, não é cópia fiel do concretamente vivido. Izquierdo exemplifica:

Uma experiência visual penetra pela retina, é transformada em sinais elétricos, chega através de várias conexões neuronais ao córtex occipital e lá causa uma série de processos bioquímicos, hoje bastante conhecidos. Uma

informação verbal, embora possa penetrar também pela retina (por exemplo, quando lemos), acaba em outras regiões do córtex cerebral. A leitura de uma partitura musical, embora também tenha como ponto de origem a retina ocupa depois múltiplas redes de células de muitas regiões do córtex cerebral. A informação olfativa penetra pelo nariz, não pelos olhos; a gustativa, pela língua, etc. Há regiões do cérebro em que todas essas vias convergem. Essas regiões, como veremos, são usadas na formação e na evocação de memórias (p. 17).

O pesquisador assinala que há diferentes tipos de memória, segundo sua função, o seu tempo de duração e seu conteúdo. Começamos pela classificação de acordo com a **função**. Há dois tipos de memória, quais sejam:

1) **memória de trabalho ou memória imediata** - muito breve e fugaz - serve para “gerenciar a realidade” e determinar o contexto em que os diversos fatos, acontecimentos ou outro tipo de informação ocorrem. É sua função também avaliar se vale a pena ou não fazer uma memória disso ou se esse tipo de informação já consta dos arquivos mnemônicos existentes. Ela serve, portanto, para manter durante alguns segundos, no máximo poucos minutos, a informação que esta sendo processada no momento. O autor exemplifica a memória de trabalho dizendo que quando conversamos, a retenção breve serve para conseguir entender o contexto. Outro exemplo: quando perguntamos para alguém o número de um telefone, conservamos os dados o tempo suficiente para discá-lo e, em seguida, apagá-lo da memória. Vale acrescentar que esse tipo de memória é processado pelo córtex pré-frontal que, como atenta Izquierdo:

recebe axônios procedentes de regiões cerebrais vinculadas à regulação dos estados de ânimo, dos níveis de consciência e das emoções. Os neurotransmissores liberados por esses axônios, que vêm de estruturas muito distantes [...] modulam intensamente as células do lobo frontal que se encarregam da memória de trabalho (p. 20).

Vale destacar aqui que o autor retoma a modulação da memória pelas emoções, estado de ânimo e níveis de consciência que, em última instância, são também regulados pelo cérebro. Outra observação é a de que a memória de trabalho, diferentemente das demais, não deixa traços e não produz arquivos.

2) **demais tipos de memória:** todas aquelas que produzem arquivos, ou seja, que constituem acervos de informações.

No que diz respeito ao **conteúdo**, temos dois tipos de memória, quais sejam:

- 1) **memórias declarativas:** são aquelas que decorrem do registro de fatos, eventos ou conhecimentos. São memórias que nos permitem declarar nossa existência e fazer relatos. Esse tipo de memória se subdivide em: a) **memória episódica:** a que se refere ao registro de eventos que assistimos e/ou participamos. Em outras palavras, esse tipo é também denominado de **memória autobiográfica**; b) **memória semântica:** a que diz respeito a conhecimentos gerais;
- 2) **memórias procedurais ou memórias de procedimentos:** capacidades ou habilidades motoras e/ou sensoriais (o que denominamos “hábitos”), tais como: andar de bicicleta, nadar, soletrar, etc.

Izquierdo faz ainda as seguintes observações: as memórias declarativas são explícitas (aquelas em que há intervenção da consciência) enquanto que as memórias procedurais são adquiridas de maneira implícita (mais ou menos automáticas); as estruturas nervosas que respondem pelas memórias declarativas são o hipocampo e o córtex entorrinal (ambas localizadas no lobo temporal), ao passo que as que envolvem as memórias procedurais são o núcleo caudato e o cerebelo; emoções ou estado de

ânimo têm pouco efeito sobre as memórias procedurais, ao passo que as declarativas, lhe são altamente suscetíveis.

**Memórias adquiridas a partir de “dicas”** (*priming*) como, por exemplo, quando um músico lembra o resto da partitura ao ouvir as primeiras notas de uma música, são também consideradas pelo autor; mas, vale dizer, não entram na subdivisão acima. Izquierdo apenas faz menção a elas porque alguns autores a consideram um outro tipo de memória. Ele, contudo, assinala que seu processamento é “um fenômeno essencialmente neocortical” (p. 25).

No que diz respeito ao **tempo de duração**, as memórias “são feitas – consolidadas, construídas – por células especializadas do hipocampo e das áreas do córtex com as quais ela se conecta” (2002, p. 39) e se subdividem em:

1) **memórias de longa duração**: memórias declarativas que levam tempo para serem consolidadas. Isso significa que elas, nas primeiras horas após sua aquisição, são suscetíveis de serem modificadas, sofrendo a interferência de inúmeros fatores externos e/ou internos (traumatismos cranianos, eletrochoques, drogas e até mesmo ocorrência de outras memórias). O tempo necessário para que tais memórias se fixem definitivamente denomina-se “tempo de consolidação”, cujos mecanismos dependem principalmente do hipocampo e suas conexões;

2) **memórias de curta duração**: metabolicamente mais simples do que as de longa duração e, por isso, mais suscetíveis a falhas frente às distrações e interferências, esse tipo de memória dura poucas horas, apenas o necessário para a consolidação das memórias de longa duração. Ela difere também desta última porque é mais resistente aos agentes que afetam a consolidação;

3) **memórias remotas**: memórias de longa duração que duram muitos meses ou anos.

Tendo explicitado sua concepção do que sejam as memórias e a classificação das mesmas, Izquierdo se detém na reflexão relativa aos denominados “quadros amnésicos”. Partindo do pressuposto de que “a

função faz o órgão” (p. 72), ele conclui inicialmente que “como todas as funções que envolvem sinapses, *a melhor forma de aperfeiçoar e de conservar a memória*, em todos os seu tipos e modalidades, *é seu exercício ou prática*” (idem). Conclui-se, a partir dessa afirmação, que uma das faces do esquecimento, quando não está em causa um quadro patológico, é a falta de exercício mnemônico.

Mas essa é uma conclusão simplista se levamos em conta o conjunto da reflexão deste autor. Digo isso porque o mesmo Izquierdo vai atentar para um importante aspecto positivo que envolve o esquecimento, qual seja, o da necessidade. Acompanhando Harlow *et al* (1971), ele escreveu um artigo em co-autoria com Bevilaqua & Camarotta (2006) em que dá destaque à seguinte proposição: “talvez o aspecto mais notável da memória é o esquecimento”.

De fato, no livro *A Arte de Esquecer*, ele (IZQUIERDO, 2010) procura situar o leitor relativamente a essa questão, iniciando a reflexão com a seguinte pergunta: por que esquecemos? Para respondê-la, o autor introduz a ideia de que adquirimos memória a cada minuto e não podemos fazê-la funcionar de maneira simultânea. No nosso cérebro existem bilhões de neurônios, que fazem conexões ou sinapses procedentes de outras células nervosas que respondem pelo aparecimento de novas memórias. Tendo isso em vista, Izquierdo afirma que:

esquecemos, talvez, em parte, porque os mecanismos que evocam memórias são saturáveis. Não podemos fazê-los funcionar constantemente de maneira simultânea para todas as memórias possíveis, as existentes e as que adquirimos a cada minuto (p. 23).

Como se vê, há limite para o funcionamento normal da memória. Esquecer, então, torna-se uma necessidade. Vejamos mais um pouco do fio argumentativo em que tal pressuposto é lançado:

muitas memórias se perdem não por desuso de sinapses, mas pelo efetivo desaparecimento destas, quer por morte

celular, quer por perda dos prolongamentos sinápticos correspondentes, axônios ou dendritos [...]. No ser humano, um momento de intensa perda neuronal ocorre por volta dos 9 aos 13 meses de idade, quando se aprende a caminhar (p. 55).

Veja que, no caso referido acima, perder (neurônios) é ganhar (a possibilidade de se tornar bípede). Não sem razão, a segunda questão que Izquierdo considera importante fazer é: para que precisamos esquecer? Para ele, esquecemos para pensar ou mesmo “esquecemos para não ficarmos loucos. Esquecemos para podermos conviver e sobreviver” (p. 24).

## **1.2 Memória e Envelhecimento**

Ainda com Izquierdo (2010), passo a considerar com um pouco mais de detenção, a relação entre Memória e Envelhecimento. O pesquisador afirma que o processo fisiológico de envelhecimento implica necessariamente perda neuronal, o que pode acarretar uma maior lentidão da memória, tanto no que diz respeito à aquisição, quanto à evocação. Note-se que ele está afirmando que há aquisição de memórias ao longo do processo de envelhecimento: “as memórias acumulam-se em forma crescente ao longo da vida; mas física e neurologicamente menos eficiente” (p. 56). Isso responderia pelo fato de que, com 90 anos, um indivíduo caminhe mais devagar que outro de 40 que, por sua vez, é alguém menos eficiente do ponto de vista motor, auditivo, visual que um jovem de 18 anos. Nessa direção vale considerar que:

a perda neuronal que leva a uma maior lentidão da memória [...] é considerada fisiológica enquanto se mantiver dentro de certos limites relativamente indefinidos, próprios para cada sujeito. Esses limites dependem do uso prévio da sua capacidade de memória ao longo da vida (p. 57).

Conclui-se que, do ponto de vista de Izquierdo, a articulação entre perda neuronal e envelhecimento pode indicar um fato meramente

fisiológico, não patológico. Nessa medida, diz ele, há quatro formas de esquecimento. **Extinção e repressão** referem-se, ambas, à dificuldade para acessar memórias. Aqui não está em causa perda de memórias, mas supressões mnemônicas que podem ser revertidas. No que diz respeito à extinção, baseado em Pavlov, o médico lembra que é possível reverter a extinção, quando um estímulo é intensificado.

Por sua vez, a repressão - termo tomado da Psicanálise – é, segundo afirma, fenômeno vinculado às memórias declarativas (quase sempre episódicas) que se situa entre a extinção e o “esquecimento propriamente dito”. Nela, o que está em causa é uma decisão subjetiva: “o indivíduo simplesmente decide ignorar” (IZQUIERDO, 2002, p. 30). Nessa lógica, memórias se tornam inacessíveis porque seu conteúdo “compreende episódios humilhantes, desagradáveis ou simplesmente inconvenientes” (idem). A reversão é possível e memórias reprimidas podem aparecer “espontaneamente ou por meio da recordação de outras memórias ou por meio de sessões de Psicanálise ou outro tipo de exame detalhado na autobiografia do sujeito” (p. 31).

Outros dois tipos de esquecimento estão relacionados a perdas reais de informação, seja por efeito de um **bloqueio na aquisição** de memórias, seja por **deterioração** das mesmas; este último diz respeito ao esquecimento propriamente dito. O bloqueio consiste num fenômeno cuja função é desintoxicar nossa memória de trabalho. Note-se que esse tipo de perda traduz uma necessidade adaptativa. Não sem razão extinção, repressão e bloqueio “são três grandes formas de exercer a arte do esquecimento” (2010, p. 105). O mesmo não se aplica ao esquecimento propriamente dito que é, segundo o autor, “uma pena” (idem). Isso porque, neste caso, a irreversibilidade do que se perde pode ter consequências indesejáveis para o sujeito.

Para finalizar, cabe colocar em destaque a consideração de Izquierdo de que as formas que envolvem a “arte de esquecer” (e que, portanto, têm valor adaptativo) estão implicadas no bom funcionamento da memória. Dito

de outro modo: quando se leva em conta os mecanismos que sustentam a reversibilidade da memória (na extinção e repressão, ou mesmo os que garantem a não saturação das redes neuronais, em causa no bloqueio), talvez se possa pensar em estratégias mais efetivas para melhorar a capacidade mnemônica. É o autor quem indica com mais precisão o caminho a ser trilhado:

quanto mais se usa a sinapse, melhor a função. [...] as funções cerebrais [...] são todas mediadas por sinapses. A repetição de uma determinada combinação de estímulos que produz uma memória leva a uma melhora dessa memória (2010, p. 53).

A afirmação acima não deixa margem à dúvida: para Izquierdo a memória é, antes de tudo, uma função cerebral e, como todas as demais, mediada pelas sinapses. Embora o autor também leve em conta a sua determinação por estímulos externos, seu compromisso como médico é esclarecer da melhor forma possível os mecanismos cerebrais que sustentam a capacidade mnemônica. Por isso, Emendabili (2010) afirma que o modelo de reflexão sobre a memória proposto por Izquierdo é um modelo organicista-positivista. Na ótica dessa autora, inclusive, “causa surpresa e estranhamento que o autor procure reduzir o ‘mecanismo da repressão’ a um funcionamento cortical” (p. 40).

Em momento oportuno, me posicionarei sobre essa avaliação de Emendabili. Por ora, apenas a coloco em destaque para que, na sequência, possa apresentar outros autores e outros caminhos de reflexão.

Numa abordagem bastante diversa da de Izquierdo, Mucida (2009) problematiza a relação entre memória e envelhecimento tendo como base os fundamentos da Psicanálise. Não sem razão, ela traz à luz a seguinte afirmação do escritor Gabriel Garcia Márquez: “a vida não é o que a gente viveu, e sim a que a gente recorda, e como recorda para contá-la”. Isso porque, para a autora, devemos ter em conta duas referências para pensar a

memória: a primeira é a de que ela se constitui de marcas que não se apagam, mas que nem sempre podem ser lembradas ou lembradas totalmente; e a segunda, a de que ela não tem relação direta com os fatos, mas com as impressões e lembranças que retornam.

Essa autora não fala em armazenamento (como fez Izquierdo) porque trabalha com a ideia de que o que retorna não é o “fato em si”, mas o que se registrou dele tendo em vista sua interpretação, ou seja, como ele foi assimilado a partir de experiências singulares vividas por um sujeito. Mucida indica que a memória não se restringe a um fato biológico (não é exclusivamente produto do cérebro) e que ela tem relação com o funcionamento do inconsciente (que, como se sabe, não tem localização anatômica). Ela insiste em afirmar que a memória tem um mecanismo no qual se entrelaçam “traços marcados das experiências vividas, pensadas, sentidas ou imaginadas” (p. 85). Apoiada em Bergson (2001), ela entende que “a memória [...] encontra-se intrinsecamente ligada à vida, suspendendo ou inibindo as lembranças” (MUCIDA, 2009, p. 85).

Também para Bergson, há dois tipos de memória, a **memória-hábito** e a **memória propriamente dita**. A primeira refere-se aos atos que, pela repetição sistemática, tornam-se fixados e memorizados. Coloca-nos como exemplo o andar de bicicleta, dirigir carro, nadar (o mesmo que Izquierdo denominou “memória de procedimento”). Já a memória propriamente dita relaciona-se com a intensidade com que são vividas as experiências. Tal memória compõe-se de marcas e se liga essencialmente ao afeto e não se perde, enquanto a memória-hábito pode se perder quando o hábito não é exercitado por longos anos, sendo possível recuperá-la pelo esforço de uma nova aprendizagem.

Mucida nos lembra que no mundo informatizado em que vivemos, somos constantemente convidados a memorizar senhas e a mudá-las constantemente para salvaguardar nosso sigilo. Observa que o idoso, via de regra, tende a escolher senhas ligadas à sua história (datas importantes que o definem), o que pode se transformar em problema para a manutenção do

sigilo. A autora assinala que essa demanda de mudança constante pode produzir, então, como desdobramento, um corte com a sua história de vida.

Para ela, além dessa questão contemporânea, inúmeros fatores atuam sobre as dificuldades do funcionamento da memória: causas genéticas conjugam-se com ambientais, com hábitos de vida, incluindo atividade intelectual, metabolismo, problemas psíquicos, emocionais, estresse, sono deficiente, angústia, depressão, falta de vitamina B12, B1, alcoolismo, alterações da tireóide, excesso de tranquilizantes e uso de antidepressivos por um tempo demorado, deficiência de algumas substâncias cerebrais.

O fato de não contestar esses fatores intervenientes não quer dizer que Mucida concorde que as modificações na memória devam ser abordadas, prioritariamente, pelo viés do envelhecimento cerebral (biológico), como tem sido a tendência nos estudos realizados no campo das Neurociências, muitas vezes replicados na área da Gerontologia. Ela atenta para o fato de que a velhice não se reduz a uma cronologia de idades determinada pela pré-programação genética. A velhice, afirma, é também uma escrita:

escrever no papel recebido da vida... Papel a ser transformado, dobrado, rasurado, reescrito. Papel que se esgarça, com as letras incrustadas em suas nervuras. Escrever com os fios que se amarram compondo um tecido, um bordado, uma costura... Pintar com cores recebidas, inventar outras, esculpir na madeira e no bronze. Tudo isso compõe uma escrita (p. 19).

Para Mucida, então, a velhice resulta de algo que se constrói aos poucos. Recebemos uma base para essa construção, qual seja: “o papel recebido da vida”. Essa metáfora indica que a autora admite um mínimo biológico necessário (um cérebro) para que cada um, com seu estilo, construa um “texto próprio”: outra metáfora para indicar que há velhices (no plural) e não a velhice (no singular). Cada velhice é construída tendo em

vista o modo como cada um escreve a própria vida. Note-se que experiências singulares e o modo como elas são interpretadas é que constituem a história (texto) de cada um de nós. Ora, toda história é uma narrativa. Aí se apresenta a relação íntima da memória com a linguagem. Razão pela qual no jogo de metáforas utilizadas pela autora, ela afirma que “a velhice é uma escrita de uma memória que não se apaga” (título do seu livro que discuto aqui).

Mucida esclarece, finalmente, que sua reflexão se apoia, primordialmente, na psicanálise freudiana, para qual há três tempos que se entrelaçam para formar a memória. No primeiro, encontram-se os traços inconscientes, ou seja, “os traços mais arcaicos da memória” (MUCIDA, 2009, p. 90). É bom que se tenha em conta que, mesmo inconscientes, esses traços influenciam as experiências e associações mnemônicas posteriores. Conclusão: uma vivência marcada na memória se torna um traço e pode retornar e se associar a uma vivência atual. É por isso que “a experiência sentida, vivida ou imaginada não se apaga” (idem).

Diferentemente do primeiro tempo, no segundo tempo de constituição da memória, os traços saem da latência e são atualizados como “lembranças, sensações, imagens, sonhos, associações e sintomas” (idem). Mucida atenta para o fato de que essa operação se realiza sempre de forma parcial e disfarçada. Já quando os traços de memória se ligam a palavras e as lembranças podem ser nomeadas, estaremos no terceiro tempo de constituição da memória.

Levando em conta tais considerações, pode-se afirmar que “a memória é uma função sempre em movimento e novas inscrições e traços se ligam aos já existentes, podendo provocar novos sentidos para o sujeito” (p.91). Posto isso, pergunta-se: se os traços mnemônicos não se apagam com o envelhecimento, por que esquecemos de tantas coisas? Se nos apoiamos na tese de Freud, a resposta é a seguinte: “não nos lembramos de tudo porque há uma barreira à recordação, uma proteção do aparelho psíquico contra o excesso de sofrimento” (idem). Esquecer tem, portanto, uma função: evitar sofrimento.

Por isso, usando o termo da Psicanálise, se recalcam lembranças de fatos e experiências. Trata-se de um mecanismo de defesa do aparelho psíquico, o que explica tanto as “falhas” de memória (os esquecimentos), quanto as distorções de memória (as fantasias).

Note-se que, nessa perspectiva, a memória articula o tempo que passa (o cronos) com um tempo que é marcado e persiste em cada um de nós (o kairós). Assim, abordar problemas de memória exige que se preste atenção a essa articulação. A autora assinala que “problemas de memória são problemas relativos ao tempo” (p. 106). Por isso, suas formas mais frequentes de manifestação são: ou um passado que insiste em retornar no presente, ou um “presente que não abre brechas para que o tempo circule” (idem). Nessa ótica, distúrbios de memória decorrem de problemas para movimentar e articular cronos e kairós, ou como diz a psicanalista, eles são decorrentes de uma “espécie de congelamento [que] impede a atualização” (idem). Afinal, o que não se pode perder de vista é que:

a memória, sendo o instrumento fundamental que permite ao sujeito conjugar o que passa no decurso do tempo com um tempo que jamais morre, exige ser atualizada. Atualizar é dar novos contornos ao vivido (idem).

O viver a vida com qualidade na velhice (ou em qualquer outra etapa vital) está, do meu ponto de vista, intimamente relacionado com esse “dar novos contornos ao vivido”. Esse movimento vital de resignificação tem sido reconhecido, na literatura gerontológica atual, como uma das bases a partir das quais se pode alicerçar o bem viver a velhice. Com razão, muito se fala em “projeto de vida”. Ora, um projeto é algo que necessariamente entrelaça passado, presente e futuro; o que envolve lidar com uma ideia de tempo que passa (cronos). Mas, também e principalmente, entrelaçar esse tempo que passa com aquele marcado em cada um de nós (kairós). Por isso, projetos de vida são singulares.

Essa dinâmica do funcionamento da memória ultrapassa o sentido estático de armazenamento. Atualizar, então, não é treinar porque o que está em causa na atualização da memória é projeção com retroação: circulação do passado no presente, e vice-versa, com abertura para um novo tempo (o futuro). Nessa ótica, trabalhar a memória é fazer circular esses tempos. Veremos, a seguir, que a linguagem, neste caso, adquire papel fundamental.

### 1.3 Memória e Linguagem

Em sua tese de doutorado, Marcolino-Galli (2013) se detém numa reflexão que procura articular linguagem e memória. Ela o faz trazendo à luz, e discutindo, alguns dos textos iniciais da obra freudiana. A pesquisadora justifica a opção por esse caminho dizendo que tais textos “apresentam como psíquico um funcionamento concebido, primeiramente, como tendo a natureza de um *aparelho de linguagem* e, mais tarde, de um *aparelho de memória*” (p. 55). A pesquisadora apresenta que, até que se configurasse na psicanálise freudiana o que hoje entendemos como *funcionamento do inconsciente*, linguagem e memória foram “postas lado a lado, sem hierarquia” (p. 56). Na verdade, diz ela, em Freud, “a memória é feita de linguagem” (idem). Vejamos como a autora aborda a questão.

No caminho de construção do que se denomina “aparelho psíquico”, o primeiro modelo proposto por Freud, ainda neurologista, foi o de um “aparelho da linguagem”. Como afirma Fonseca (1995; 2002;), para explicar sintomas afásicos, tais como a anomia (“esquecer” o nome das coisas e/ou pessoas) e a parafasia (troca de uma palavra por outra). Importa aqui entender que, ao postulá-lo, Freud concebeu tal aparelho como uma máquina associativa de impressões (visuais, auditivas e cinestésicas/táteis) configuradas como **representação-palavra** e **representação-objeto**. Os feixes associativos de cada um desses dois sistemas seriam registrados em **sistemas de memória** que implicariam, ainda, a permanente associação de

ambos. Uma rede de cadeias associativas de impressões mnésicas constituiria a representação daquilo que foi captado pelos órgãos dos sentidos.

Segundo Marcolino-Galli (2013), a novidade introduzida por Freud é colocada em relevo por Fonseca (1995, 2002, 2008) e por Le Gaufey (1997), entre outros. Ela está relacionada com o fato de que:

Ao falar em sistemas mnésicos, Freud dispersa a lembrança em séries associativas. Ele suspende desse modo a relação percepção-representação já que privilegia 'associações e não representações ligadas a esta ou àquela qualidade sensorial'. Perde-se a relação um-a-um (objeto sensível-representação) que garantia substância à memória, compreendida como espaço de estocagem (MARCOLINO-GALLI, 2013, p. 59).

O que Marcolino-Galli traz à luz é o fato de que, com o aparelho da linguagem de Freud, o que se coloca é uma espécie de dessubstancialização da memória. Isso porque: 1) a impressão não é a coisa-em-si e sim o que sobrou de uma operação psíquica. Não sem razão, a impressão é o que o autor nomeou de "traço mnésico" e, "traço", como bem pontuou Marcolino-Galli, não tem essência; 2) com as redes associativas, a importância recai sobre as associações, ou seja, o modo de operar do aparelho da linguagem. Em suma,

Freud submete a memória ao aparelho da linguagem, quando aponta na direção de que memória não é fruto de apreensão perceptiva, mas dependente do jogo de associações realizado pela mecânica do aparelho da linguagem (p. 60).

Segundo Marcolino-Galli, a partir de 1895, Freud passa a falar de "aparelho da memória" para abordar a relação do aparelho psíquico com a percepção e a consciência, fortalecendo a ideia de memória como trilhamento:

a memória aparece [...] como repetição de determinados caminhos facilitado por trilhamentos anteriores, que estabelecem redes associativas. Memória, então, conclui Freud, é mecanismo inconsciente que depende da intensidade da tensão e da frequência da experiência. Ora, falar em memória enquanto ‘caminhos’, ‘redes associativas’, em ‘mecanismos inconscientes’ é afastar qualquer suposição de memória como estocagem de sensações, eventos (p. 67).

A autora acrescenta, ainda, que na Carta 52, Freud (1896) deixa claro que o material psíquico é representado por traços de memória. Tendo em vista essa base conceitual inicial, cabe indagar: como, com o desenvolvimento posterior da teorização na Psicanálise Freudiana, fica a relação entre memória e linguagem? Marcolino-Galli nos assegura que “o funcionamento psíquico é memória governada por uma estrutura de linguagem. Linguagem não é memória – Freud não autoriza esta leitura – mas é certo que esses domínios são ‘concomitantes dependentes’” (p. 75).

Nessa perspectiva, é que o pai da Psicanálise vai abordar a questão dos esquecimentos: “o mecanismo do esquecimento [...] tem uma validade universal [...]. o esquecido ou distorcido estabelece uma ligação, por alguma via associativa, com um conteúdo de pensamentos inconscientes” (FREUD, 1901/1977, p. 41, apud MARCOLINO-GALLI, 2013, p. 80). Nessa medida, conclui Marcolino-Galli, nossas “lembranças são constituídas pela linguagem e, portanto, a memória é determinada pelo simbólico” (p. 81).

Para finalizar, gostaria de colocar em relevo o fato de que, de acordo com Izquierdo, a memória é feita de células nervosas; mas vimos que para Mucida e Marcolino-Galli (que se fundamentam na Psicanálise), o funcionamento psíquico é memória, e a memória é feita de linguagem. São dois modos bastante diferentes de abordar a memória. A proposição lançada pelo médico é de natureza biologizante; a das autoras, de natureza psicologizante. Contudo, encontro algo que aproxima essas duas vertentes: em ambas, o mecanismo que garante a operação da memória é associativo.

## **CAPÍTULO 2**

### **OFICINAS DE MEMÓRIA: PRÁTICA SOCIAL DE OPORTUNIDADE PARA O ENVELHECIMENTO ATIVO**

Como já assinalado anteriormente, este estudo procura colocar em discussão se e como propostas de realização de oficinas de memória se oferecem como uma ação efetiva no sentido de propiciar o fortalecimento desta capacidade e, conseqüentemente, da melhoria da qualidade de vida na velhice. Yassuda, Batistoni, Fortes e Neri (2006) não só ratificam a ideia de que há um declínio gradativo da memória ao longo do processo de envelhecimento, como afirmam que um trabalho sistemático pode produzir aumento significativo do desempenho mnemônico entre idosos. Como se verá oportunamente, essa aposta, bastante consensual entre os pesquisadores do campo da Gerontologia, fundamenta a proposição das oficinas antes referidas.

Com o intuito de aprofundá-la, começo o debate, neste capítulo, com uma breve reflexão sobre o conceito de envelhecimento ativo. Isso porque ele é um dos pontos nodais das políticas que ao redor do mundo têm assumido que é preciso enfrentar os “desafios do envelhecimento saudável para que os idosos sejam um recurso cada vez mais valioso para suas famílias, comunidades e para o país” (WHO, 2002/2005). Do meu ponto de vista, a questão relativa à memória constitui um destes desafios. Por isso, entendi que seria preciso, antes de me debruçar sobre as oficinas, investigar se a memória tem lugar de destaque entre os itens debatidos no texto

“Envelhecimento Ativo: uma Política de Saúde” (idem): atual diretriz para as políticas acima assinaladas.

## 2.1 Envelhecimento Ativo e seus fatores determinantes

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), deve-se entender envelhecimento ativo como um “processo de otimização de oportunidades de saúde, participação e segurança visando o aumento da qualidade vida das pessoas à medida que envelhecem” (WHO, 2002, p. 53). Não se deve perder de vista, portanto, que tal conceito está alicerçado sobre três pilares: saúde, participação e segurança. Há, contudo, uma tendência entre estudiosos e profissionais que atuam no segmento etário idoso de privilegiar apenas o primeiro deles, em detrimento dos demais. A razão para tal talvez esteja na própria definição de saúde que nos oferece a OMS, qual seja: “bem-estar físico, mental e social” (p. 13). Essa definição ampla parece justificar a circulação corrente da ideia de que quando se fala em envelhecimento ativo, a saúde apareça inadvertidamente como único fator determinante.

Por isso, faço neste espaço um esforço de compreensão do modo como os outros dois fatores – participação e segurança – jogam seu papel no conceito de atividade, expresso no texto da OMS. Começo pelas referências à “participação”:

A abordagem do envelhecimento ativo baseia-se no reconhecimento dos direitos humanos das pessoas mais velhas e nos princípios de independência, participação, dignidade, assistência e auto-realização estabelecidos pela Organização das Nações Unidas [...]. Essa abordagem apoia a responsabilidade dos mais velhos no exercício de sua participação nos processos políticos e em outros aspectos da vida em comunidade (p. 14) (grifo nosso).

Talvez se deva entender, a partir da afirmação acima, que envelhecer ativamente está vinculado com a otimização do acesso de idosos não

apenas ao sistema de saúde, mas ao mundo do trabalho, do lazer, da educação. Contudo, no texto da OMS encontramos afirmações tais como: “as pessoas que se mantêm saudáveis conforme envelhecem enfrentam menos problemas para continuar a trabalhar” (p. 18). Há uma lógica nessa definição - se há saúde, há mais oportunidade de trabalho (lazer etc.) - que se complementa com a afirmação seguinte:

se um número maior de pessoas mais velhas saudáveis aumenta sua participação na força de trabalho (seja através de empregos em horário integral ou em meio-expediente), sua contribuição para as receitas públicas também aumenta (p. 18).

Como se vê, “participação” aparece aqui como resultado do “manter-se saudável” e não, de fato, como um de seus fatores determinantes. Talvez a leitura de pontos como esse no documento justifique a redução do conceito de envelhecimento ativo ao de saúde. Mas, não se deve perder de vista também o que se segue:

Há evidências de que o estímulo e as relações afetivas seguras na infância influenciam a capacidade individual de aprendizagem e de convívio em sociedade durante todos os estágios posteriores da vida. O emprego, que é um fator determinante por toda a vida adulta, tem grande influência sobre a preparação, sob o aspecto financeiro, do indivíduo para a velhice (p. 19-20).

Note-se que, ao contrário da anterior, a afirmação acima tende a colocar a “participação” como determinante do envelhecimento ativo. O mesmo se aplica à questão da “segurança”, como se lê abaixo:

Apoio social, oportunidades de educação e aprendizagem permanente, paz, e proteção contra a violência e maus-tratos são fatores essenciais do ambiente social que estimulam a saúde, participação e segurança, à medida que as pessoas envelhecem. Solidão, isolamento social, analfabetismo e falta de educação, maus-tratos e exposição

a situações de conflito aumentam muito os riscos de deficiências e morte precoce (p. 28).

Podemos retirar daí que o entrelaçamento mútuo e positivo entre saúde, participação e segurança é o fundamento para envelhecer ativamente. Dou destaque na afirmação acima a sequência “apoio social, oportunidades de educação e aprendizagem permanente” porque, como veremos, eles se apresentarão como base para a formulação e proposição de oficinas de memória com idosos. Antes disso, trago à luz novamente uma parte do documento que faz referência à memória e sua relação com o envelhecimento ativo:

Os fatores psicológicos, que incluem a inteligência e capacidade cognitiva (por exemplo, a capacidade de resolver problemas e de se adaptar a mudanças e perdas), são indícios fortes de envelhecimento ativo e longevidade. Durante o processo de envelhecimento normal, algumas capacidades cognitivas (inclusive a rapidez de aprendizagem e memória) diminuem, naturalmente, com a idade. Entretanto, essas perdas podem ser compensadas por ganhos em sabedoria, conhecimento e experiência. Frequentemente, o declínio no funcionamento cognitivo é provocado pelo desuso (falta de prática), doenças (como depressão), fatores comportamentais (como consumo de álcool e medicamentos), fatores psicológicos (por exemplo, falta de motivação, de confiança e baixas expectativas), e fatores sociais (como a solidão e o isolamento), mais do que o envelhecimento em si. (p. 26-27).

Pode-se concluir a partir da afirmação acima que o declínio do funcionamento da memória com o envelhecimento, embora normal, pode afetar o viver a vida com qualidade na velhice, mas que ele pode ser compensado com a realização de atividades que: a) criem oportunidade para o seu uso; b) funcionem como espaço de enfrentamento de doenças, tais como, depressão e alcoolismo; c) estimulem a motivação e autoconfiança e d) favoreçam a interação/inclusão social. Veremos que esses são os

ingredientes referidos por diferentes autores para compor as oficinas de memória.

## **2.2 Enfrentando “perdas” de memória**

Há que se reconhecer perspectivas diversas quando se aborda a questão relativa a queixas que envolvem “perda” da memória entre idosos. Essa diversidade nos obriga a explorar diferentes bases de sustentação para a proposição de ações que, no final, se propõem a enfrentá-la.

No espaço desta discussão inicial, tomarei como exemplares os trabalhos de Mucida (2009) e Alvarez (2012) e pela diferença que representam no tratamento desta questão. Entendo que confrontando essas duas visões, estaremos mais atentos para refletir, em seguida, sobre o modo como se tem configurado as denominadas “oficinas de memória”.

Começemos com a perspectiva tradicional (porque bastante frequente na literatura sobre o tema) representada aqui pelo trabalho de Alvarez (2012). Nela está em causa, explícita ou implicitamente, a aposta de que a estimulação da memória (uma função cognitiva) deva se realizar pela remissão ao clássico esquema estímulo-resposta-reforçamento.

Segundo essa autora, a estimulação do potencial mnemônico depende do modo como se entenda o que é a memória. Para ela, a memória é:

a capacidade de armazenamento de todas as formas de conhecimento adquirido por nós em nossas relações com o meio ambiente. É a capacidade de aprender coisas novas, relacioná-las com informações já guardadas e tirar novas conclusões, das quais nos lembraremos depois (p. 33).

Nesse ponto de vista, “recordar é viver” na medida em que é através da memória que nos tornamos capazes de relatar eventos passados e de trabalhar mentalmente com ideias e impressões, construindo significações estáveis e duradouras. Contudo, Alvarez não deixa de atentar para o fato de

que não é incomum que esqueçamos o título de um filme, a letra de uma música (mesmo que “marcante” em nossa vida), o semblante de um rosto que nos sorri, o nome daquela pessoa que vem empolgada nos cumprimentar, o lugar onde deixamos a chave do carro.

Levando isso em conta, a autora questiona, então, sobre se há algum jeito de estimular a memória para evitar falhas como essas. A resposta é positiva se seguirmos algumas dicas, tais como: cultivar hábitos saudáveis de alimentação, dormir bem, reservar algumas horas para o lazer e para os exercícios físicos, além de manter o costume de desafiar a mente com jogos e exercícios divertidos. Isso porque, segundo entende, há diferentes fatores interferem na memória:

a pressão alta, por exemplo, pode ser altamente prejudicial a memória. Depressão, ansiedade, preocupações em demasia, angustia diante do excesso de informações, ideias que se repetem sem solução, decisões importantes e difíceis, falta de períodos regulares de sono (o ideal é dormir no mínimo seis horas por noite) também ocasionam falhas na memória (p.36).

Além desses, outros fatores são elencados como inimigos da boa memória: excesso de bebida alcoólica, abuso do uso de soníferos, ansiolíticos, tranquilizantes e determinados anti-hipertensivos (que podem, inclusive, levar a esquecimentos temporários). Para melhorar a capacidade de memorização é necessário, então, observar alguns episódios de esquecimento e quais os motivos que os ocasionam. Alvarez atenta para o fato de que eles podem ser diversos: pouca atenção que damos a informação recebida, consideração de que a informação recebida é irrelevante ou a contingência de estar numa fase da vida marcada por desordem o que, conseqüentemente, sobrecarrega a memória, provocando esquecimento.

Saber o que esta causando os esquecimentos é fundamental e, segundo ela, há algumas *estratégias compensatórias internas e externas*

que aumentam a capacidade de memorização. As informações externas fazem parte do ambiente, que de certa forma organizam as informações (bilhetes, listas, alarmes, mensagens, agendas); as internas dizem respeito às imagens mentais e associação com as tarefas que teremos que executar.

Alvarez sugere as seguintes estratégias compensatórias externas:

**Estratégia 1** - organizar e mudar o ambiente: manter a vista lembretes deixados na porta da geladeira, criado mudo, espelho do banheiro, facilita a rotina; colocar aviso frente a porta ou janela para lembrar de trancá-las; criar um sistema para organizar contas já pagas e a pagar por categorias; estabelecer um lugar para guardar a bolsa e chave, óculos; identificar os lugares de acordo com o conteúdo; seguir uma rotina diária facilita a memória.

**Estratégia 2** - anotações e lembranças: utilizar agenda para anotar os compromissos; fazer uma lista de tarefas antes de sair de casa; montar um quadro de aviso e colocar no espelho do banheiro, no calendário; manter papel e caneta ao lado do telefone para anotar recados; usar gravadores para registrar o recado; alarmes para lembrar, por exemplo, a hora de tomar remédio.

A mesma autora elenca as seguintes estratégias compensatórias internas:

**Estratégia 1** – Atenção e concentração. Um dos maiores inimigos da atenção é a rotina de casa e do trabalho e nos exemplifica como sair deste “piloto automático” e praticar “atenção ativa no dia a dia”. Exemplifica sugerindo que se faça compras em um supermercado diferente; que se tome novos caminhos para chegar ao local do trabalho ou ao restaurante; que se procure fazer um esforço consciente para redirecionar nossa atenção as nossas tarefas. Nessa perspectiva, Alvarez enfatiza que a atenção é o primeiro passo para a boa memória.

**Estratégia 2** – Técnicas para a codificação da informação. Envolve repetição; associações verbais; imagens mentais; histórias; categorização.

Técnica de repetição: É indicada em situações em que o aprendizado é por um período curto. Utilizamos, por exemplo, quando repetimos várias vezes um número telefônico até fazer a ligação. Associações verbais: acrescentar informações novas àquelas que já temos, utilizando palavras ou frases ou imagens mentais que facilitem o seu resgate. Imagens mentais: a formação consciente de imagens mentais fortalece a memorização e facilita memorização de longo prazo. Histórias: incluir histórias no material a ser memorizado. Categorização: organizar as informações em categorias, o que facilita a codificação e o resgate.

**Estratégia 3** - Estocagem das informações. Após informação processada e armazenada na memória de longo prazo, uma forma de fortalecer a estocagem é revisar a informação várias vezes.

**Estratégia 4** - Resgate das informações. Retornar as técnicas utilizadas como retorno às condições de aprendizagem; retomar a estratégia mnemônica utilizada como associação ou imagem verbal.

Outra é a perspectiva introduzida pela reflexão de Mucida (2009). Como se verá, o caminho indicado por ela se contrapõe ao do “treino”, tal como se explicita em Alvarez. Embora a psicanalista não se detenha especificamente nesta questão, ela nos dá uma direção de trabalho com a memória que, do meu ponto de vista, parece bastante importante, qual seja: narrar histórias. Isso porque:

contar e recontar são formas de ler o escrito, atualizar um tempo aparentemente passado. Toda repetição guarda algo de novo, mas faz-se necessário que o contador escute também suas histórias. Buscar um ouvinte é saber de alguma forma que ao falar para alguém se experimente o efeito da própria fala [...] retransmitir a experiência ao ouvinte é uma condição da sobrevivência da narrativa e da memória (p. 39).

Note-se que, ao invés de treino, o que se propõe é o diálogo. Seguindo essa indicação de Mucida, estaríamos admitindo que o trabalho de narrar suas histórias e contar com o outro para escutá-las pode produzir como efeito para um sujeito o “descongelamento” do mecanismo que, na sua memória, articula o cronos com o kairós, atualizando a circulação fluida entre passado e presente. Afinal,

quando o sujeito fala a alguém que o escuta ele diz mais do que pensava dizer, não diz exatamente o que queria, e algo se produz nessa escuta e tem seus efeitos. A análise é um dispositivo privilegiado desse tipo de escuta, mas não é o único. **Vários laços sociais são importantes caminhos à escuta do que se escreve e, com certeza, a arte de contar histórias é uma delas** (idem) (grifo nosso).

O que coloquei em negrito na citação de Mucida tem razão de ser: talvez se possa entender que as “oficinas de memória” poderiam ser práticas sociais que abrem espaço para falar de si e de suas experiências (contar suas histórias). Nessa medida é que elas se constituiriam como lugares privilegiados para colocar em movimento a capacidade mnemônica, contribuindo para o envelhecimento ativo. É nessa direção que procurarei investir, tanto do ponto de vista teórico quanto na análise dos dados coletados, para encaminhar uma reflexão que vincule memória, envelhecimento e linguagem. Mas, antes disso, entendo que seja preciso aprofundar a reflexão sobre a temática que envolve a proposição de oficinas de memória para idosos, consultando a literatura gerontológica para identificar tendências na abordagem deste tema. É o que encaminho no item seguinte.

## **2.3 O que são oficinas de memória?**

O termo “oficina”, hoje um tanto desgastado pelo uso excessivo que dele se faz (oficina de arte, oficina mecânica, oficina de natação, oficina terapêutica, oficina pedagógica, oficina de imagens etc.), deriva do latim *officium* que, de acordo com Talleberg (2005), nos remete ao sentido de dever, em que está em causa um modo de fazer que, além de transmitido artesanalmente de uns a outros, adquire ainda o sentido de compartilhamento, de experiência partilhada.

### **2.3.1 Oficinas de memória: treinamento cognitivo**

De acordo com Almeida *et al* (2007):

a Oficina de Memória (OFM) pode ser caracterizada como uma experiência de construção coletiva de conhecimentos. Com base na conceituação de memória, esclarecimentos acerca de seu funcionamento, suas peculiaridades no processo de envelhecimento e estratégias propostas pela literatura para manter ou melhorar o desempenho da memória, os participantes foram estimulados a refletir sobre as possíveis aplicações deste conhecimento na vida cotidiana e a expor seus conhecimentos sobre o assunto (p. 273).

Chamo a atenção, na afirmação acima, para o fato de que, assim definida, a oficina de memória se constituiria como uma prática em que está em causa a transmissão mútua de conhecimentos (oficineiros + idosos participantes) sobre o que seja a memória (seu funcionamento, peculiaridades, estratégias para estimulá-la). Essa ação seria orientada por uma finalidade previamente definida: fazer uso do conhecimento adquirido para promover a própria saúde.

Almeida *et al* esclarecem também que um dos pressupostos principais para propor a realização de uma oficina de memória para idosos na Universidade Aberta à Terceira Idade da USP é o reconhecimento de que “a capacidade de reserva cognitiva pode ser mobilizada e, até mesmo, melhorada por meio de treinamento” (p. 272). Parece ser plausível indagar se treinamento é algo que se coaduna com transmissão mútua de conhecimento. E se a meta final – fazer uso do conhecimento adquirido – se aplica também aos oficinairos.

Tendo em mente essa questão, procurei explorar o artigo das autoras para descobrir como se realizou efetivamente a oficina de memória por elas proposta. De saída, há o esclarecimento de que o processo envolveu 10 encontros com um grupo formado por 45 idosos (todos alfabetizados). Os temas de tais encontros foram os seguintes: 1) conceito de memória; 2) funções mentais, aspectos emocionais e memória; 3) memória e envelhecimento; 4) estilo de vida e memória; 5) estratégias para manter e melhorar a memória.

O treino propriamente dito parece estar caracterizado no item 5 e foi realizado tendo em vista as seguintes estratégias: associação, utilização de múltiplos sentidos, categorização ou partição em blocos, repetição, atribuição de emoções, adoção de dispositivos de memória, rompimento de rotinas. Como as estratégias não foram detalhadas, pode-se supor que elas eram de responsabilidade do oficinairo-treinador. Cabe assinalar, ainda, que não há como saber como se deu a troca de conhecimentos na condução dos itens de (1) a (4): palestras com debates entre os participantes.

De todo modo, ao final da realização das oficinas Almeida *et al* avaliaram o seu impacto sobre os idosos participantes, tomando como parâmetro a redução de queixas. Obtiveram os seguintes resultados: inicialmente o número médio de queixas estava em torno de 1,22 e, depois da realização das oficinas, este número caiu para 0,88. Além desse resultado objetivo, elas também deram ênfase à “valorização da OFM, pelos participantes, enquanto espaço de socialização e estimulação mútua” (p. 278).

Infelizmente, as autoras não realizaram qualquer tentativa de atrelar a diminuição objetiva do número de queixas com a questão da maior participação social promovida pelas oficinas.

Na perspectiva de treinamento, se insere também o trabalho discutido por Masuchi *et al* (2010). Fundamentados em Alvarez (2006), os autores entendem que uma oficina de memória deve se fundamentar em exercícios de repetição, associação e categorização de informações, técnicas de reminiscências e dispositivos internos e externos de facilitação de evocações. O objetivo principal na formação de grupos de trabalho com a memória é, segundo entendem, o de prevenir, manter, e/ou promover a qualidade da memória. Como? Ensinando aos idosos as estratégias que podem ampliar o seu conhecimento com relação aos possíveis exercícios destinados à memória e auxiliando-os a compor um repertório de dispositivos internos e externos que os leve à estimulação mnemônica.

A partir de tais pressupostos, os autores propuseram uma oficina de memória junto a 06 idosos queixosos, atendidos na Liga de Saúde do Idoso, na região do ABC paulista. Dela participaram terapeutas ocupacionais e estagiários do curso de Terapia Ocupacional da Faculdade de Medicina do ABC (FMABC).

Os participantes idosos responderam a um questionário de Avaliação do Serviço de Terapia Ocupacional da FMABC e foi aplicado o Mini Exame de Estado Mental (MEEM) (no primeiro e no último encontro), com objetivo de comparar os resultados (*scores*), além do Teste do Relógio e da Escala de Depressão Geriátrica.

As atividades propostas foram realizadas em 15 encontros semanais, de sessenta minutos de duração, e se constituíram de jogos, atividades expressivas e artísticas, bem como de:

Exercícios que estimulassem os diferentes tipos de memórias e as demais funções cognitivas (raciocínio, atenção, compreensão). Esses exercícios eram

essencialmente compostos por resolução de problemas, memorização visual, leitura, entre outros (p. 96).

Segundo os autores, o impacto da participação nas oficinas foi muito positivo: 1) 80% dos idosos melhoraram os *scores* no MEEM; 2) através de depoimentos, eles referiram melhora do humor e motivação para realização de projetos; 3) todos os participantes passaram a utilizar dispositivos internos e externos para facilitar a evocação e, finalmente, que 4) “para além do treino de memória, o grupo teve papel importante na formação de vínculo e ampliação de redes sociais, e alguns participantes demonstraram motivação para pensar e executar outros projetos de vida para o futuro” (p. 97).

### **2.3.2 Oficinas de memória: entre o treino cognitivo e as narrativas autobiográficas**

O trabalho de Oliveira *et al* (2012) chamou especialmente minha atenção porque aborda a oficina de memória como um espaço além do “treino cognitivo”. São os próprios autores que enunciam que ao se propor uma oficina, é preciso levar em conta um duplo objetivo: estimular o desempenho cognitivo do idoso e ampliar suas redes de interação social. Com tal compromisso, eles lançaram a proposta de uma “Oficina de educação, memória, esquecimento e jogos lúdicos para a terceira idade”. Ela foi realizada entre os meses de fevereiro e junho de 2011, com 16 ex-alunas da Universidade da Terceira Idade (UNITI), da Universidade Federal Fluminense (UFF), no município de Campos de Goytacazes-RJ. Dela participaram também profissionais das áreas da Gerontologia, Biologia, Sociologia, Matemática e Psicologia, além de dois bolsistas do curso de Serviço Social.

Os pesquisadores têm o cuidado de esclarecer quais são os autores que utilizam como referência para pensar a memória. De Sternberg (2010),

trazem a ideia de que ela é “o meio pelo qual nós desenhamos as nossas experiências passadas, a fim de usar essas informações no presente” (OLIVEIRA *et al*, 2012, p. 9). De Cammarota *et al* (2008), a de que é um processo no qual está em causa a aquisição (aprendizagem), formação, conservação e evocação (expressão, recuperação e lembrança) de informação. De Lezac (1995) e Kandel *et al* (2002), a de que vários tipos de memória estão em jogo para que tenhamos habilidade para lembrar e realizar tudo aquilo de que necessitamos. De Yassuda *et al* (2006), Charcaht-Fichman *et al* (2005) que “mesmo o envelhecimento considerado saudável é marcado por perda da memória” (OLIVEIRA *et al*, 2012, p. 9).

No que diz respeito ao conceito de oficina de memória, Oliveira *et al* concluem que se trata de um “espaço especializado para discutir, ensinar e treinar a memória” (p. 12) e que as ações devam ser orientadas por três eixos: sociabilidade, estimulação cognitiva e a prática do lúdico. Levando isso em conta propuseram encontros com duração de duas horas, dividido em três momentos. No primeiro momento, osicineiros apresentavam às idosas alguns vídeos sobre o funcionamento do cérebro, alimentação, patologias, exercício físico e informações educativas em neurociências.

No segundo momento, as ações estavam voltadas para o trabalho com a memória declarativa episódica, para a memória autobiográfica. As idosas foram estimuladas a lembrar de fatos remotos e expressá-los num livro de memórias, composto por escrita, colagens e desenhos. Os autores esclarecem que:

a infância foi o eixo sobre o qual estruturamos a abordagem de cada uma das atividades pensadas para este momento do curso, tais como: a casa em que se viveu; brincadeiras e cantigas; a família de origem; a vizinhança; a escola; as festas; a alimentação; os sonhos, entre outras (p. 12).

No terceiro momento, o foco do trabalho foi a memória operacional (memória imediata), com a utilização de um caderno de atividades com vários exercícios e jogos lúdicos. Os pesquisadores propuseram que se

usasse como gatilho para sua realização as lembranças evocadas no segundo momento, principalmente as que se referiam a brincadeiras e cantigas de rodas:

Depois das participantes registrarem as suas lembranças no livro de memória, logo em seguida a equipe fazia a pesquisa e tentava conseguir o arquivo de tais músicas. Assim, numa atividade posterior, essas músicas eram cantadas e trabalhadas tanto na perspectiva da memorização remota quanto na da operacional ao fazermos jogos com as letras (idem).

Note-se que aqui o “treinar” não tem exatamente o sentido de modelar, tal como nas abordagens de estímulo-resposta-reforçamento. Se no primeiro momento a dinâmica aparece mais apoiada em uma estratégia de transmissão de conhecimentos de mão única (doicineiro para o idoso), o que nos coloca mais próximos daquelas abordagens; no segundo e terceiro momentos, a questão se volta para o diálogo: escutar/escutar-se em histórias de vida para, em seguida, registrá-las e, partir delas, pela via do lúdico (brincadeiras, cantigas) trabalhar a memória imediata. Outro ponto que chama a atenção na conclusão dos autores é:

nesse estudo verificamos a relação entre o sentimento de auto eficácia e o nível de participação na vida social. Muitas queixas referentes ao esquecimento andavam de mãos dadas com a experiência de se sentirem sozinhas e isoladas do mundo (p. 15).

Por isso, os mesmos autores esclarecem que a oficina de memória, além de funcionar como espaço de convivência e estímulo cognitivo, deveria também se predispor “a suavizar o peso da tristeza e da solidão” (p. 16). Razão pela qual a narrativa autobiográfica ocupa, nesta proposta, lugar de destaque: falar de si, de sua história e ser escutado com certeza pode ter um duplo desdobramento: atualização da memória e sentimento de pertencimento a um grupo, o que fortalece o laço social e contém, de algum modo, a solidão e o isolamento.

O trabalho desenvolvido por Sena (2013, p. 58) também se alinha com a proposta de “trabalhar a cognição, apropriando os sujeitos sobre seu processo de envelhecimento, considerando suas biografias, suas histórias de vida”. Assim, ao planejar e executar uma Oficina Cognitiva com idosos frequentadores de um Centro de Convivência que funcionava nas dependências de um hospital no município de Belém (Pará), a autora tinha como objetivos específicos:

conscientizar sobre as alterações cognitivas que podem surgir com o envelhecimento, melhorar a atenção e concentração; trabalhar a criatividade e a expressão verbal (oral e escrita) e não verbal (comunicação de sentimentos e emoções); promover a socialização; trabalhar aspectos relacionados à saúde; melhorar a autoestima a partir do resgate de histórias individuais e coletivas e estimular a adoção de estratégias de estímulo e cognição ( p.58) .

Para tal, levantou alguns temas que entendeu serem importantes para serem discutidos, dividindo a realização das atividades tendo em vista quatro módulos, quais sejam:

I - A cognição e os modos de envelhecer: em que se abordou o processo de envelhecimento e a influencia do mesmo sobre a cognição.

II - Questões sobre memórias: organizado após conversas consecutivas com os temas sugeridos pelos idosos.

III – Estratégias para manter e melhorar a memória: valorizar as técnicas individuais de memorização.

IV – A memória autobiográfica como recurso de estimulação cognitiva: foi realizado um resgate autobiográfico, a partir de narrações de história de famílias.

Cada módulo foi desenvolvido em cinco encontros com duas horas de duração. Os sujeitos realizaram triagem cognitiva, com aplicação do Mini Exame do Estado Mental (MEEM) para se identificar as funções cognitivas a serem estimuladas.

Os encontros tinham uma parte teórica e outra prática. No que diz respeito à parte teórica, a autora organizou palestras; quanto à parte prática, foram realizadas atividades para o treino cognitivo, atividade de reminiscência e treino de utilização de estratégias compensatórias internas e externas. A autora dá destaque ao estímulo de narrativas autobiográficas entendendo que elas têm um papel fundamental na atualização da memória. Além de narrar oralmente a própria história, os idosos eram convidados a registrá-la num caderno em que fotos cronologicamente ordenadas eram entremeadas por histórias de vida (p. 67). Além disso, propôs a construção de uma árvore genealógica e a listagem de projetos futuros.

Participaram 33 sujeitos idosos com idade variando de 61 a 86 anos, a maioria com mais de oito anos de escolaridade e sem diagnóstico médico de demência. A pesquisadora fez um levantamento dos motivos que levaram os sujeitos a participarem da oficina e elaborou uma problematização geral sobre os resultados alcançados: “dentre os achados desta pesquisa, a falta de atenção [é apontada] como possível causa das dificuldades de memória referida pelos idosos” (p.77).

Vale dizer que, no início da intervenção, 95% dos idosos alegaram queixas relacionadas à memória e a elegeram como motivo para a sua integração na oficina de estimulação cognitiva. Após a intervenção, 45% informaram que continuaram a utilizar muito a memória por meio de diversas estratégias, tais como: leitura (48%), jogos (27%), trabalhos manuais (15%), exercícios diários com utilização da escrita e cálculos (15%).

Os resultados acima nos confrontam com mudanças que a autora atribui à participação na oficina, o que a faz concluir que ela constitui

uma ferramenta para reflexão e apropriação do processo de envelhecimento pelos idosos, permitindo um desvendar da realidade dos que envelhecem, além de fornecer subsídios para um enfrentamento positivo aos desafios advindos do envelhecer (p. 80-81).

Vale atentar para o fato de que, embora nos outros trabalhos que já discuti aqui, a linguagem (e sua estrutura associativa) esteja implícita como ferramenta para atualização da memória, no de Sena ela ganha maior explicitação já que se espera que narrativas (orais e escritas) se apresentem como mobilizadoras da lembrança de fatos, eventos, etc. Talvez por isso a autora entenda que narrativas autobiográficas sejam um “recurso de estimulação cognitiva” (p. 67).

### **2.3.3 Oficinas de memória: espaço que se abre a narrativas autobiográficas**

Brandão (2008) é uma pesquisadora cujo trabalho está voltado para a investigação da memória. Sua reflexão tem como ponto de partida as proposições de Izquierdo, autor cuja obra é indicada por ela “para um aprofundamento” (BRANDÃO, 2008<sup>5</sup>) na perspectiva das neurociências. Seu foco de estudo são as memórias de longa duração e, mais especificamente, “as memórias (auto) biográficas, sócio-culturais e afetivas, em seu potencial (trans) formador” (idem). De saída, a discussão desse potencial “(trans) formador” é articulada, no trabalho da autora, com a questão do envelhecimento:

enfaticamente a necessidade de uma mudança de perspectiva, por meio da escuta das suas histórias [indivíduos em processo de envelhecimento], o que pode trazer benefícios e melhoras significativas no seu atendimento e, conseqüentemente, uma recuperação mais rápida – efetiva e afetiva (idem).

Talvez se possa dizer que a mudança de perspectiva acima referida tenha relação com o deslocamento da sua reflexão do campo das neurociências para o que coloca em primeiro plano o sujeito e suas relações sócio afetivas ou, para o que ela mesma refere como “uma perspectiva mais

---

<sup>5</sup> As citações não contam com número de página porque o artigo em referência foi publicado sem que as páginas tenham sido numeradas.

humanística” (idem). Nesse movimento reflexivo, Brandão elege a escuta de histórias como eixo articulador de mudanças em prol do bem estar daqueles que envelhecem ou são velhos:

Ouvindo os velhos e a voz do ser ainda desejante, senhor de sua vontade, valorizando suas histórias, podemos fortalecer a auto-estima e sentido de pertencimento, mesmo considerando algumas perdas inerentes ao processo de envelhecimento (idem).

Esta afirmação é corroborada pela experiência de Brandão na coordenação de um Projeto denominado “Memória Autobiográfica: Teoria e Prática”. Fundado numa prática inicial com grupos de idosos, com o tempo, se tornou referência de formação continuada para profissionais que atuam com o segmento acima dos 60 anos:

realizado na cidade de São Paulo desde o ano de 2000 [...] propõe uma prática de formação continuada, auto formação e pesquisa, utilizando a memória (auto) biográfica, dirigida a profissionais das áreas de saúde, educação e ciencias sociais, atuantes junto ao segmento idoso ou em outros projetos de educação continuada (BRANDÃO, 2008).

Segundo a autora:

os relatos das experiências de vida-trabalho fornecem um sentido de pertinência ao profissional-narrador, abrindo possibilidade de novas reflexões a ele, ao grupo do qual participa e aos pesquisadores. Possibilita também uma abertura para a compreensão das trajetórias dos indivíduos e das culturas, no contexto de uma sociedade de mudanças em tempo acelerado (idem).

A escuta sensível de Brandão tem lhe permitido afirmar que:

ao lado das “queixas” dos esquecimentos, dos silêncios elaborados, ou resultado da falta de espaço de compartilhar, encontramos um rico canal de comunicação, compreensão e

estímulo não só para idosos, mas também entre profissionais (idem).

Isso porque as oficinas de memória podem se constituir como espaços de resignificação de “vida-trabalho”. Práxis que, portanto, favorece a atualização de potenciais implicados na busca de sentido para suas trajetórias.

Nessa perspectiva, escutar envolve cruzar memórias individuais e coletivas, já que a lembrança de cada um está, nos lembra Brandão, de algum modo, presa ao contexto social. Apoiada em Halbwachs (1990), ela reafirma a íntima relação entre o trabalho de resignificação no presente a partir de quadros sociais que envolvem contextos não apenas atuais, mas também da história pregressa (passado). Como se vê, a escuta de um oficinairo deve atentar para, além do resgate individual, também para a resignificação de lugares/papéis sociais nesses diferentes contextos. Afinal,

trajetória de vida ou trajetória identitária [é] o processo de apreensão da realidade da qual cada indivíduo, mergulhado numa cultura (social ampla e familiar), abstrai, a partir de sua percepção única, reordena e transforma em um projeto, profissão, modo e estilo de vida (idem).

Na formação de profissionais, a proposta de base também se alicerça a partir da escuta: “leitura de textos teóricos, reflexão e discussão, articulação com as histórias e as práticas (saberes-fazeres) de cada um trazidas ao grupo. Ser escutado e escutar” (idem). Outro dispositivo importante na realização da formação é a escrita de um caderno de memórias que, respeitando a possibilidade de desvelo, é compartilhada com o grupo. Brandão refere que o espaço de estudo, reflexão, escuta, troca de saberes e experiências de vida-trabalho, promovido pelo Projeto, valoriza os profissionais (e suas práticas), é facilitador do processo de (auto) formação e incentiva a pesquisa.

Leão (2005) é outra autora que, além de investigar os fundamentos das denominadas oficinas de memória, propõe um método de intervenção, no caso psicológica, configurado como *Oficina de revisão de vida e bem-estar para idosos*. Ela esclarece que sua proposta se apresenta como uma adaptação da oficina de memória de Brandão (1999; 2002) articulada com pressupostos sobre o processo de revisão de vida, tais como eles foram estabelecidos por Butler. Para esse último, tal abordagem terapêutica implica um “retorno progressivo à consciência de experiências passadas e particularmente o ressurgir de conflitos não-resolvidos; simultaneamente e normalmente estes conflitos podem ser pesquisados e reintegrados” (BUTLER, 1963, p. 66, *apud* LEÃO, 2005, p. 58). Deve-se dizer que o processo é natural, universal e propicia a reorganização da personalidade, através de uma reconciliação com o passado. Trata-se, portanto, de uma avaliação subjetiva da memória.

Outros autores que influenciaram a reflexão encaminhada por Leão foram Staudinger *et al* (1993, p. 202, *apud* LEÃO, 2005, p. 70), para quem: “há evidências de que, por meio de programas de treinamento em determinados domínios do funcionamento psicológico, é possível manter o desenvolvimento”. Embora para Staudinger *et al* a noção de treinamento seja central, Leão vai dar mais ênfase à ideia de que é possível manter o desenvolvimento na velhice se programas de intervenção psicológica (não necessariamente de treinamento) forem desenhados para tal:

A despeito de na velhice as pessoas terem de lidar com as perdas biológicas, esse declínio pode ser compensado em outros domínios, como exemplo, em dois domínios do funcionamento psicológico – a cognição e o *Self* -, que, incrementados, podem tornar-se mecanismos protetores e de resiliência na velhice (idem)

A afirmação acima corrobora a aposta de Leão: incrementar o funcionamento psicológico para compensar o declínio biológico. Antes que eu me detenha no método que ela propõe, vou acompanhar alguns

esclarecimentos feitos pela autora relativamente ao funcionamento do *Self* na velhice. Ela afirma que nesta etapa vital ele apresenta “grande estabilidade e mesmo crescimento” (idem), acrescentando que isso decorre de alguns processos de regulação que respondem pelo ajustamento dos níveis de aspiração subjetivo.

Esses processos de auto-regulação são os seguintes: 1) **comparação social**: mecanismo que funciona como parâmetro que permite maior bem-estar subjetivo na velhice na medida em que o nível de aspiração de alguém nessa faixa etária deve levar em conta o grupo a que ele pertence. Assim, o idoso não corre o risco de estabelecer metas que seriam pertinentes a outros grupos etários em que o declínio biológico não está implicado; 2) **comparação temporal**: estratégia que permite o fortalecimento do *Self* tendo em vista sua natureza retrospectiva; 3) **revisão de vida**: intimamente atrelado ao item anterior, tal mecanismo funciona como recurso protetor do *Self*.

Vejamos, agora, como tais processos aparecem no método proposto por Leão, a partir da experiência que a autora realizou no projeto *Unitau Aberta à Maturidade*, desenvolvido na Universidade de Taubaté. A oficina foi efetivada com dez mulheres idosas, com idade entre 61 e 70 anos, frequentadoras de diversos projetos socioeducativos para idosos da cidade de Taubaté, em 11 encontros semanais de duas horas cada um.

A autora esclarece de início que, como mediadora do grupo, ela procurou não se comprometer com a busca de resolução para conflitos pessoais individuais. Isso porque não se tratava de um ambiente analítico e sim de busca do conhecimento de si (quem sou) e de seu papel no contexto grupal: através de perguntas, o que se procurou foi promover reflexões sobre experiências de vida e verbalização das mesmas. Inspirada por Pichon-Riviere (1988), a psicóloga afirma:

A oficina de memória aproximou-se de uma configuração de grupo operativo, com finalidade terapêutica (embora sem o

caráter da psicoterapia), operando sobre uma determinada tarefa objetiva e de interesse comum, prevendo uma função terapêutica em virtude dos múltiplos fenômenos e elementos do psiquismo inter e intra-subjetivos articulados entre si, de tal modo que a alteração de um repercutia sobre os demais, em uma constante interação entre todos (LEÃO, 2005, p. 89).

Nesse enquadre de grupo operativo, coube ao mediador atuar “como agente terapêutico fundamental, construindo um arranjo para que o destino do grupo fosse o crescimento” (p. 90). Nessa perspectiva, ele deveria (1) reconhecer vetores que ajudariam a fomentar a integração do grupo; (2) extrair denominadores comuns das questões compartilhadas; (3) integrá-las em um todo coerente e unificado; (4) indicar o crescimento mental obtido.

Trago abaixo, o quadro explicativo oferecido por Leão acerca da sequência dos encontros, com referência aos momentos/situações vivenciais e os materiais que foram utilizados para mobilizar a revisão de vida das idosas participantes:

**Quadro 1 – Sequência do processo de revisão de vida na oficina**

<b>Nº ENCONTRO</b>	<b>MOMENTO – SITUAÇÃO VIVENCIAL</b>	<b>MATERIAL UTILIZADO</b>
1º	Origens	Certidão de nascimento e texto de José Saramago
2º	Infância	Cronica “A casa da minha avó”, de Danuza Leão
3º	Relacionamentos afetivos	Fotos significativas trazidas pelos participantes
4º	Relacionamentos familiares	Poesia “Retratos de Família”, de Carlos Drummond de Andrade
5º	Adolescência/juventude	Coletânea de propaganda antigas
6º	Vida Adulta/ casamento	Crônica “Quem casa quer casa”, de Adélia Prado

7º	Tema livre	Audição de música instrumental Desenho livre
8º	Vocação/ profissão	Notícia de revista: “Tempos modernos”
9º	Perdas/velhice	Texto “Roberto”, de Rachel de Queiroz
10º	Livre	Discussão livre
11º	Projetos futuros	Poema “Instantes”, de Jorge Luis Borges; encerramento e entrega do “livro de memórias” feito em casa; confraternização

Fonte: Leão (2005, p. 87)

O quadro acima nos permite entender de que modo o processo de revisão de vida foi organizado pelo mediador do grupo de idosas. Leão assinala que o ato de relembrar, realizado de forma focada e ordenada, favoreceu a busca voluntária de lembranças que, ao serem ressignificadas individualmente e em grupo fez com que as diferenças entre elas parecessem menores, enriquecendo as histórias que, organizadas conscientemente trouxe benefícios de natureza afetiva, fortalecendo-as para os desafios que a velhice lhes impõem. Nas palavras da autora, a oficina de revisão de vida para idosos, em grupo:

Facilita um balanço mais realístico entre as perdas e os ganhos da velhice. As lembranças aparentemente insignificantes sobre si mesmo quando conduzidas com intencionalidade e adequação metodológicas, evoluem para uma forma mais organizada, produzindo uma (re) organização, um retorno à consciência de experiências passadas, conflitos não-resolvidos e fontes de motivação que podem ser pesquisados e integrados à experiência subjetiva. As realizações passadas fornecem maior otimismo e energia para lidar com o presente, ativam aspectos positivos do *Self no passado*, impulsionam senso

de continuidade e manutenção de um senso positivo no presente, e projetam-se em metas de futuro (p. 157).

Com essa afirmação a autora não nos deixa perder de vista um ponto essencial, até aqui não problematizado por mim: na proposta de oficina idealizada por Leão parece imprescindível que o mediador (o oficinairo) tenha formação em Psicologia para atuar como o esperado. Não parece simples o esperado manejo de lembranças “com intencionalidade e adequação metodológicas” (idem).

#### **2.3.4 Oficinas de Linguagem e Memória: trabalhando narrativas em “rodas de conversa”**

Fonseca, Marcolino-Galli e Lier-De Vitto (2014, p. 167) relataram uma experiência realizada com idosos da Universidade Aberta para a Terceira Idade (UATI), Irati-PR, qual seja, a realização de uma “Oficina de Linguagem e Memória”. Elas partiram da seguinte questão:

que manejo deve ser feito da demanda que alguns idosos têm dirigido ao clínico de linguagem relativamente a uma almejada mudança quando a memória parece falhar, na ausência de comprometimento orgânico?

A oficina reuniu 30 idosos com idade entre 55 a 88 anos, sendo que alguns apresentavam queixas de memória e outros não. O que, então, eles tinham em comum? Segundo as autoras: “o receio de que, no primeiro caso, isso fosse indicativo de uma condição sintomática e, no segundo, de que inevitavelmente os sintomas se apresentariam se a memória não fosse ‘exercitada” (p. 168). As mesmas interpretaram que:

em ambos os casos os efeitos do discurso médico sobre o envelhecimento (com ênfase na perda) e a vivência de uma

mudança de condição no que diz respeito à memória, concorreram para justificar a presença desses idosos na referida oficina (idem).

No âmbito desta oficina o que se procurou inicialmente foi investigar o que estaria articulado ou subjacente à presença e/ou ausência de queixas entre os idosos. Para tal, solicitou-se que eles falassem sobre o que é a memória e como cada um achava que estava a sua memória. As respostas não foram unânimes e tenderam a dois polos:

alguns, bem em conformidade com discursos estabilizados, definiram memória com capacidade de armazenar informações e de aprender novas condutas; outros, diferentemente fizeram um deslocamento interessante: enfatizaram a ideia de que a memória responderia pela singularidade de uma existência. Uma das senhoras do grupo disse: “a memória é a minha história de vida”. Vê-se, assim, duas definições, quais sejam, a primeira, que identifica memória a uma função cognitiva e a segunda, que a remete à história subjetiva (p. 169)

As autoras assinalam também que maioria dos participantes do grupo não apresentava queixas de memória, mas tinham interesse na realização de uma prática preventiva que, de algum modo, espantasse para bem longe o “Mal”. Concluiu-se que, de fato, o que estava em evidencia no grupo “era o medo de fragilizar-se com uma possível perda significativa da memória” (idem). Mesmo diante do questionamento sobre “como sustentar a prevenção se não há indicadores confiáveis” (idem), o acolhimento da demanda dos idosos foi feita e, também, o que a sustentava: “a abertura de um diálogo” (idem).

Os procedimentos que sustentaram o diálogo na “roda de conversa” foram: (1) no início, utilizando jornais, revistas, filmes, etc, comentar fatos lidos, o que não obstaculizou comentar fatos vividos; 2) com o passar do tempo, a dinâmica passou a ser naturalmente ditada pelo “falar de si”, contando a própria história. Parece que essa última teve um efeito importante sobre os idosos que nela reconheceram a demanda do trabalho

com a memória. Nesse trabalho, segundo as pesquisadoras, “a linguagem tornou-se, então, espaço de movimento do par lembrar/esquecer” (idem).

Sobre a mudança da dinâmica do grupo, algumas importantes observações foram feitas:

Os idosos tomaram as rédeas e os encontros passaram a ser, efetivamente, uma “roda de conversa”; o que equivale a dizer, que deixamos de lado o planejamento estrito dessa atividade em favor da espontaneidade, motor de narrativas sempre endereçadas ao(s) outro(s).

Nessa perspectiva, pontuam que: “a fala recuperou, assim, sua função maior – a de ser fala de um sujeito dirigida a outro sujeito. Entendeu-se, assim, que a motivação para falar é subjetiva porque, necessariamente, a memória o é. Contar atualiza um passado e o torna original.” (p. 170). Baseadas em Mucida (2009, p. 39), elas finalmente concluem que quando a oficina de memória se abre ao diálogo (via régia da linguagem), “contar e escutar não são em vão”: falar e ser escutado produziu efeitos positivos na relação do sujeito com os estigmas e as verdades sempre singulares da velhice.

### A OFICINA DE MEMÓRIA NO PROGRAMA DE AÇÃO INTEGRAL AO ENVELHECIMENTO (PAIE-UNITAU)

Neste capítulo, como anunciado, me proponho a explorar a experiência acumulada pela Universidade de Taubaté (UNITAU) na Oficina de Memória, oferecida desde 2007, no âmbito do Programa de Atenção Integral ao Envelhecimento (PAIE). Levando em conta a reflexão encaminhada nos capítulos anteriores, procederei à análise de dados, coletados por meio de entrevistas semi-diretivas com idosos participantes do PAIE e oficinairos que atuam na referida Oficina. Inicialmente, procuro esclarecer a opção metodológica da investigação e sua contextualização para, em seguida, trazer para a discussão a análise propriamente dita.

#### 3.1 Metodologia de Pesquisa

Visando atingir os objetivos deste trabalho, primeiramente realizei uma **revisão bibliográfica** que envolveu e articulou questões relativas à memória, envelhecimento, linguagem, velhice e oficinas de memória no campo da Gerontologia e em áreas afins. O resultado desta incursão pela literatura sobre o tema encontra-se nos capítulos 1 e 2, como se viu. A dissertação contou, ainda, com uma **pesquisa de campo**. Esclareço que a opção metodológica do estudo foi de cunho qualitativo. Isso porque, em

certa medida, meu interesse estava voltado para a busca do “significado” atribuído à memória tanto pelos idosos que frequentam a Oficina de Memória do PAIE, como por aquele(s) responsável(is) pela sua proposição e realização. Essa busca, como afirma Turato (2005, p. 509), é uma das características centrais do método qualitativo, no qual:

não se busca estudar o fenômeno em si, mas entender seu significado individual ou coletivo para a vida das pessoas. O *significado* tem função estruturante: em torno do que as coisas significam, as pessoas organizarão de certo modo as suas vidas.

Nessa perspectiva, acrescenta o autor:

O que as ‘coisas’ [...] representam, dá molde à vida das pessoas. Num outro nível, os significados que as ‘coisas’ ganham, passam também a ser partilhados culturalmente e assim organizam o grupo social em torno destas representações e simbolismos (p. 510).

Além da centralidade conferida à busca do significado, a metodologia qualitativa se caracteriza, de acordo com Turato: (1) pela realização da investigação no ambiente natural dos sujeitos pesquisados; (2) pela assunção de que o pesquisador é o próprio instrumento da pesquisa, já que sua percepção e consciência do problema acabam se projetando na interpretação que oferece ao fenômeno estudado; (3) pela ideia de que a força do método está no rigor de sua validação, que depende fundamentalmente de observação acurada e escuta em profundidade dos sujeitos da pesquisa e (4) pelo deslocamento da ideia de que a generalização deva resultar da quantificação dos dados para a de que ela

decorre da revisão de pressupostos iniciais, o que implica a construção original de conhecimentos.

Nessa perspectiva, Denzin e Lincoln (2000), afirmam que:

por constituir-se em um conjunto de práticas materiais e interpretativas que permitem o estudo dos significados, intenções e representações dos fenômenos de um grupo. Encontra-se no campo das práticas científicas, pois, se trata de um modo particular de produção de conhecimento que, nesse caso, responde à necessidade de compreender em profundidade certos comportamentos e estruturas sociais além da descrição (DENZIN e LINCOLN, 2000, *apud* RIOS e SCHRAIBER, 2012, p. 22).

As autoras ainda sustentam que:

a pesquisa qualitativa define-se como um campo complexo de estudos bastante diversos entre si, influenciando por referências muito variados e em que a competência do pesquisador está exatamente na capacidade de bem construir uma pesquisa como um processo interativo com a realidade em estudo (*idem*).

Tendo em vista as considerações feitas até aqui, cabe esclarecer que este trabalho, do ponto de vista metodológico, investigou, de um lado, os significados que idosos atribuem à memória e, conseqüentemente, como eles se tornam um elemento organizador de suas vivências, inclusive esclarecendo sua opção e participação nas oficinas. De outro lado, explorou as concepções de memória subjacentes às ações dos profissionais responsáveis pela sua realização. Para tal, a utilização de entrevistas

semiestruturadas<sup>6</sup> constituiu o procedimento para a coleta de dados. As entrevistas foram gravadas e transcritas.

Cumprir dizer, ainda, que lancei mão de uma pesquisa documental para identificar o contexto de realização da pesquisa de campo: dados sobre o município de Taubaté e a instituição na qual foi realizada a Oficina de Memória.

### **3.1.1 Procedimento Ético**

O Projeto de Pesquisa foi submetido à Comissão de Ética da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP). Todos os entrevistados foram informados a contento sobre a natureza do trabalho e registraram sua concordância em participar da pesquisa pela assinatura de Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), dentro das normas institucionais.

Apenas após receber o parecer de aprovação, a fase experimental/campo da pesquisa foi iniciada, conforme as diretrizes e normas regulamentadas para pesquisas envolvendo seres humanos, segundo a resolução nº 196 de 10 de outubro de 1996, do Conselho Nacional de Saúde (CNS) do Ministério da Saúde – Brasília/DF do Brasil.

### **3.1.2 Participantes e Critérios de Inclusão/Exclusão**

Os sujeitos de pesquisa foram:

---

<sup>6</sup>A entrevista é um dispositivo metodológico no qual o investigador se apresenta frente ao investigado e lhe formula perguntas, com o objetivo de obtenção de dados (GIL, 2012,p.109) . Segundo May (2004, p. 148), na denominada “entrevista semi-estruturada”, “as perguntas são normalmente especificadas, mas, o entrevistador esta mais livre para ir além das respostas [...] isso permite que ele tenha mais espaço para sondar além das respostas e, assim, estabelecer um diálogo com o entrevistado”. Nessa mesma perspectiva, afirma Duarte (2005, p. 66) que este “modelo de entrevista [...] tem origem em uma matriz, um roteiro de questões-guia que dão cobertura ao interesse da pesquisa”.

1. 19 Idosos (faixa etária acima de 60 anos<sup>7</sup>), de ambos os gêneros, participantes de Oficinas de Memória oferecidas no PAIE.
2. Profissionais oficinairos responsáveis pela condução das atividades.

### **3.1.3 Aplicação da Entrevista**

As entrevistas foram realizadas com cada um dos sujeitos no *lócus* de funcionamento da Oficina de Memória, qual seja, a Universidade de Taubaté (UNITAU), município de Taubaté. Para deixar mais claro o contexto de sua realização, transcrevo, sinteticamente, alguns dados relativos ao município e à referida instituição.

## **3.2 O contexto de realização da pesquisa**

### **3.2.1 Sobre o município de Taubaté<sup>8</sup>**

O município de Taubaté guarda raízes coloniais. Os sinais desta tradição podem ser verificados em alguns resquícios da cultura portuguesa em simbiose com manifestações indígenas e africanas. Os primeiros movimentos de demarcação da área foram efetuados pelo bandeirante Jacques Félix, em 1628. Alguns anos mais tarde (1645) a localidade foi elevada à vila, adquirindo categoria de unidade política. A antiga vila foi batizada TABA-YBATÉ, que significa aldeia (taba) elevada (ybaté). Pela nomenclatura original, a região era, em tempos anteriores à ocupação lusitana, ocupada por indígenas da tribo guaianás.

---

<sup>7</sup> Embora no desenho inicial da pesquisa tivesse decidido entrevistar 20 idosos, não foi possível atingir esse número em função de disponibilidade reduzida de alguns deles e, também, porque há um contingente grande de participantes que têm menos de 60 anos.

<sup>8</sup> Fonte de dados: <http://www.cidades.ibge.gov.br/>

A região tornou-se, mais tarde, um dos principais núcleos irradiadores do bandeirismo de exploração aurífera. O antigo “caminho do ouro”, cuja gênese localizava-se em Paraty, litoral fluminense, passava por Taubaté. Para a descoberta dos melhores caminhos, a colaboração dos autóctones foi decisiva, em que pese o grau de extermínio verificado nestes tempos. Muitas cidades mineiras, atualmente patrimônios históricos, foram fundadas por taubateanos; dentre elas destacam-se Ouro Preto e Mariana. Outras, em S. Paulo, são polos de indústria, cultura e ciência, como Campinas.

No ciclo econômico do café, Taubaté foi decisiva. A região apresentou condições geográficas e climáticas para absorver a produção, além de outras culturas como arroz, fato que atraiu um enorme contingente de imigrantes: italianos, portugueses, japoneses etc. No período inicial da industrialização, a cidade aglutinou um percentual interessante de dividendos. A estrada de ferro Central do Brasil, a Companhia Taubaté Industrial (C.T.I.), dentre outras iniciativas, foram decisivas para o desenvolvimento da cidade, que atraiu o interesse de famílias de outras regiões, congregações religiosas estrangeiras e uma série de outras modificações na área da cultura, da educação, da ciência e da tecnologia.

No final do século XIX, Taubaté era um importante núcleo político e econômico. Na cidade, foi assinado, em 1906, o famoso “Convênio de Taubaté”, acordo firmado entre os cafeicultores do sudeste. Nas primeiras décadas do século XX, a cidade atingiu um patamar de referência. Na década de 1950, por exemplo, atraiu indústrias relevantes, desde as pesadas até as automobilísticas. Criou a primeira escola de ensino superior na região: a Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras que, mais tarde, no início da década de 1970, adquiriu o patamar de Universidade. Taubaté está localizada numa região privilegiada do ponto de vista geográfico, econômico e cultural, entre São Paulo e o Rio de Janeiro e próxima do litoral norte paulista e da serra da Mantiqueira.

De acordo com o IBGE, Censo Demográfico de 2010, a área territorial do município era de 624.885 Km<sup>2</sup>. Taubaté contava, naquele momento, com 678.686 habitantes (a população estimada para 2014 era de 299.423 habitantes). Deste total, havia 31.609 pessoas com idade superior a 60 anos (4,65% do total). O IDHM era de 0,800.

Hoje, Taubaté é a Capital Nacional da Literatura Infantil, por ter sido cenário que deu origem às obras de Monteiro Lobato. Foi aqui que o escritor nasceu e passou toda a sua infância.

### **3.2.2 Sobre a Universidade de Taubaté (UNITAU) e o Programa de Atenção Integral ao Envelhecimento (PAIE)<sup>9</sup>**

A Universidade de Taubaté (UNITAU) é uma instituição municipal, sob forma de autarquia educacional de regime especial. Seus objetivos concentram-se na articulação das dimensões inerentes a uma entidade universitária, conforme determina a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional. Para tanto, ministra o ensino para a formação de quadros destinados às atividades profissionais e técnicas e aos trabalhos da cultura; realiza pesquisas e estimula criações para o aprimoramento da Ciência, das Letras e das Artes e, no âmbito da extensão universitária, propõe cursos e serviços voltados à comunidade. Foi criada em dezembro de 1974, mas sua história remonta a década de 1950, período do surgimento da primeira instituição de nível superior da Vale do Paraíba paulista: a Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras (Lei nº 213, de 20/09/1956). No decorrer das décadas, outros cursos foram oficializados até a criação, em 1973, da Federação das Faculdades de Taubaté, denominada, a partir de dezembro de 1974, por força da Lei, Universidade de Taubaté.

---

<sup>9</sup>Disponível em: <http://www.unitau.br/a-unitau/a-universidade/>. Acesso em: 30 jan. 2015.

A Universidade de Taubaté é uma autarquia municipal de regime especial instituída pela Lei Municipal nº 1.498, de 06 de dezembro de 1974, e reconhecida pelo Decreto Federal nº 78.924, de 09 de dezembro de 1976. A administração superior é exercida pelos Conselhos Universitário, de Ensino e Pesquisa e de Administração e pela Reitoria, órgão executivo exercido pelo Reitor que superintende, coordena e fiscaliza todas as atividades universitárias, auxiliado pelo Vice-reitor e pelas Pró-reitorias.

O Conselho Universitário (CONSUNI) é o órgão máximo da Universidade nos aspectos deliberativo e consultivo, exercendo atividade normativa, acadêmica e jurisdicional de superior instância, sendo competente para traçar a sua política geral nos termos estatutários e regimentais. O Conselho de Ensino e Pesquisa (CONSEP) é o órgão responsável pela normatização e coordenação das atividades didático-pedagógicas e científicas. Já o Conselho de Administração (CONSAD) é responsável pelos atos deliberativos relacionados com a gestão administrativa, econômico-financeira.

A Universidade possui 6 (seis) pró-reitorias que assessoram o Reitor na condução e execução da política acadêmica. A Pró-reitoria de Administração (PRA) superintende a administração geral dos servidores da Universidade. Planeja e operacionaliza as licitações e compras diretas, os serviços de transporte, conservação e limpeza, os projetos, obras e manutenção prediais e de equipamentos. Controla e zela pelos bens patrimoniais. A Pró-reitoria de Economia e Finanças (PREF) tem por finalidade gerir as finanças e zelar pelo aspecto econômico e financeiro da Universidade, processar o empenho das despesas e respectivos pagamentos e elaborar os projetos de propostas de diretrizes orçamentárias anuais. A Pró-reitoria Estudantil (PRE) desenvolve e apóia projetos que atendam às necessidades e aos interesses da comunidade acadêmica. Organiza planos de assistência ao estudante, promove a integração discente na comunidade universitária, por meio de atividades esportivas, culturais e

de lazer e incentiva a criação de órgãos estudantis. A Pró-reitoria de Extensão e Relações Comunitárias (PREX) tem como missão viabilizar a interação cultural universitária mediante a articulação dos universos acadêmico e social. Nessa perspectiva elabora políticas de extensão em consonância com o Plano Nacional de Extensão (PNE), ao qual vincula as especificidades e demandas da comunidade local e regional. A Pró-reitoria de Graduação (PRG) tem sob sua responsabilidade as atividades de ensino dos cursos de graduação, assessorando os departamentos de ensino na viabilização dos respectivos projetos pedagógicos e no aperfeiçoamento das ações didáticas. Elabora normas complementares sobre currículo e planos de curso. Promove a seleção, lotação e movimentação do pessoal docente. A Pró-reitoria de Pesquisa e Pós-Graduação (PRPPG) propõe normas de pesquisa, acompanha e assessora as coordenações dos cursos de lato e stricto sensu e coordena as revistas científicas da Universidade, além de incentivar a parceria institucional com órgãos de fomento à pesquisa científica.

Os Institutos Básicos compreendem as três grandes áreas do conhecimento, a saber: Biociências, Ciências Exatas e Ciências Humanas e são os responsáveis pela coordenação das funções de ensino, pesquisa e extensão das disciplinas básicas dos cursos dos Departamentos. Os Departamentos são unidades educacionais básicas da Universidade, organizados de forma a integrar as atividades de ensino nos cursos de graduação. São administrados pelas Chefias de Departamento e eles vinculam-se os docentes.

A Universidade de Taubaté (UNITAU), por meio da Pró-reitoria de Extensão (PREX), oferece atividades direcionadas aos idosos através do Programa de Atenção Integral ao Envelhecimento (PAIE) desde 2000. Entre elas, destacam-se: oficina de saúde, oficina literária, atividades físicas, entre outras; e alguns cursos, como o de inglês, o de espanhol, dança circular,

yoga e, desde 2007, uma oficina de memória. Mais de 300 idosos participam do PAIE, cujas aulas são realizadas no campus do Bom Conselho.

Segundo Leão (2008, p. 50), um dos objetivos do referido Programa é disponibilizar um espaço de troca de experiências entre os participantes e deles com a comunidade: “um outro objetivo é proporcionar para pessoas a partir dos 50 anos um espaço muito rico de interação social, atualização cultural e de bem-estar”. Para tal, as atividades do PAIE são orientadas por dois eixos de trabalho interdependentes, quais sejam: Gerontologia Educacional e Educação Gerontológica. Vários projetos de áreas interdisciplinares ajudam a compreender a multidimensionalidade do processo de envelhecimento. No PAIE, estes projetos foram agrupados em 4 núcleos temáticos: 1) Cursos de Extensão; 2) Saúde do Idoso; 3) Núcleo Sociocultural e 4) Política e Cidadania.

Os projetos “Idoso em ação”, do curso de Educação Física e “Promoção de Saúde”, do curso de Enfermagem e Psicologia estão vinculados ao núcleo Saúde do Idoso. Por sua vez, o núcleo de Política e Cidadania promove a participação da UNITAU no Conselho Municipal do Idoso e responde pela organização de diferentes eventos municipais voltados para esse segmento populacional. Oficinas e Cursos são oferecidos semestralmente no projeto “Unitau Aberta à Maturidade”, inclusive a Oficina de Memória, reunindo os núcleos (1) e (3) acima mencionados.

De acordo com Leão, o eixo da Educação Gerontológica visa à educação daqueles que deverão se incumbir do trabalho gerado pelas demandas do envelhecimento, tarefa que conta com a participação do corpo docente, de profissionais externos e do corpo discente. Note-se que o que está em causa neste eixo é a capacitação de recursos humanos, tendo em vista uma formação generalista, viabilizada por meio das seguintes atividades: participação em núcleo de estudos e pesquisas, organização e participação em eventos científicos, estágios, publicações, cursos, tais como o de “Cuidadores de Idosos”, entre outras ações.

### 3.2.3 Os dados das entrevistas com idosos

Antes que eu me detenha na análise das respostas às questões da entrevista realizada, esclareço que atualmente 30 idosos participam da oficina de memória, sendo 29 mulheres e 01 homem. As entrevistas foram realizadas apenas com mulheres porque nas datas de realização das entrevistas o idoso não se dispôs à realização da mesma.

A idade média das idosas participantes é de 67,5 anos; sendo que a mais velha tem 81 anos e a mais nova 56 anos. Na faixa etária entre 56 e 65 anos havia 08 idosas; entre 66 e 75 anos, 10 idosas; entre 76 e 81 anos, 02 idosas.

Quanto ao estado civil, 30% das idosas são casadas; 30% viúvas; 20% solteiras; 15% separadas e 5% divorciadas.

70% declararam ser da raça branca, 30%, parda e nenhuma negra e/ou amarela. 85% moram em casa (apenas 5% em casa alugada; o restante, em casa própria), 10% em apartamento (próprio) e 5% em sítio (próprio). Todas, sem exceção, contam com luz elétrica, água encanada e rede de esgoto.

100% das idosas são alfabetizadas; 30% estudaram até o 1º grau; 30%, até o 2º grau; 40%, até o 3º grau.

15% declararam que não tem renda própria e 85% que sim.

A renda é decorrente de aposentadoria por tempo de serviço e/ou pensão. Apenas uma das idosas declarou que a origem da renda é outra.

Apenas uma idosa exerce a função de cuidadora.

15% do total de idosas afirmaram que não se sentem aparadas por seus familiares.

45% declarou que fica sozinha a maior parte do tempo, sendo que 35% do total de idosas não compartilha moradia. Isso significa que, mesmo morando na companhia de outrem, 10% se sente sozinha a maior parte do tempo.

Passemos, agora, à análise dos dados coletados.

No que diz respeito à primeira questão da entrevista (*por que o(a) Sr(a) procurou esta instituição?*), 80% das idosas declararam que o motivo principal foi a necessidade de ocupação do tempo livre, de convivência e novas aprendizagens. Abaixo, algumas das falas mais significativas neste sentido. Esclareço que os nomes são fictícios:

- Sra Ane - Alguém que me convidou ... aí eu vim; mas não foi assim que eu vim procurar. Alguém me convidou e eu vim, foi uma amiga minha.
- Sra VLA - Porque eu ficava muito em casa, à tarde eu almoçava e ia dormir a tarde inteira, aí eu achei que devia procurar alguma coisa.
- Sra VLPA - Não foi especificamente pra fazer oficina de memória, eu procurei por que estava precisando fazer alguma coisa, porque depois de aposentada a gente fica meio perdida, e daí uma amiga fazia e aí eu comecei a vir com ela.
- Sra Vi - Depois que eu parei de trabalhar eu procurei alguma coisa pra ocupar meu tempo, e foi quando eu soube das atividades da Unitau e passei a frequentar tanto que eu estou aqui a sete anos, satisfeita.
- Sra Ma - Em 2005/2006 quando eu parei de trabalhar, eu senti que eu tinha que ter atividade, eu sempre tive atividade [...] Eu busquei a Unitau pra fazer alguma atividade que eu pudesse conhecer pessoas e estar mais ativa, então veio oficina de memória, curso de informática, veio curso de línguas, eu fiz inglês depois fiz italiano e assim eu sempre estou buscando alguma coisa [...] É bom, você faz amizades, primeiro é o grupo social e segundo que você se mantém ativa e tá sempre elaborando alguma coisa, isso é importante.
- Sra MA - Todas aqui, uma ajuda a outra, orienta, ninguém se pendura em ninguém, ao mesmo tempo você sabe que tem um apoio.
- Sra Ed - a Eliana falava traga sua mãe, e coincidiu de eu vir tomar vacina teve um ano que teve a vacina aqui, e ela insistiu tanto, mas eu

tinha ficado viúva há uns meses, eu dizia que vinha, mas fui deixando passar, até que 2012 eu vim, aí eu falei pra Cecília, esse ano eu vou, e vim mesmo comecei gostei, fui gostando e agora gosto de mais.

- Sra BD - Eu nem procurei pra fazer a oficina de memória, na verdade eu procurei pra ter relacionamentos.

Apenas 15% das idosas entrevistadas procuraram a instituição motivadas pela Oficina de Memória, como se vê nas afirmações abaixo:

- Sra R- Por que às vezes eu fico com a memória assim meio esquecida [...] se tiver mais a memória pra gente ter mais visão das coisas que com o tempo a gente vai perdendo né.
- Sra Ida - a minha memória é muito ruinzinha, então por isso que eu vim.
- Sra Ve - me convidaram pra participar aqui porque eu estava tendo dificuldades na fala, o corpo ... muito parada [...] que antes não lembrava que dia da semana é hoje, porque ficava envolvida ali no processo do lar, de limpar, cuidar, fazer um crochê, ir pra horta, cortar uma costura e eu esquecia os dias da semana, até os dias do mês.

Vale atentar para o fato de que uma das idosas procurou a oficina de memória porque teve uma experiência familiar anterior vinculada à Doença de Alzheimer:

- Exatamente para afastar a senilidade o máximo possível, minha mãe faleceu com Alzheimer e o que eu puder afastar a maior parte do tempo possível eu vou procurar.

Quanto à 2ª questão da entrevista (*há quanto tempo o(a) Sr(a) frequenta esta instituição*), 15% do total de idosas está no PAIE há 10 anos; 10% há 07 anos; 10% há 05 anos; 5% há 4 anos; 30% há 03 anos; 20% há 01 ano; 5% há 6 meses e 5% há 3 meses.

Na 3ª questão, o que se buscou esclarecer foi a concepção de memória dos participantes da Oficina de Memória (*para o(a) Sr(a), o que é a memória? Qual a sua importância?*). Vejamos as respostas:

- Sra R - Eu acho que para mim, memória é tudo. Tem que saber memorizar as coisas, pra saber “incentivar” o cérebro [...] Pra mim seria importante, eu acho que depois que a pessoa vai ficando... Principalmente quando a pessoa se aposenta você tem aquela atividade e daqui a pouco você deixa aquilo lá e parece que sua memória vai apagando, eu me sinto assim.
- Sra F - A memória é tudo pra gente [...] A memória é o que te move ... enquanto você esta tendo memória você esta viva.
- Sra VR - A memória é importante pra vida. [...] Uma pessoa sem memória não tem mais uma vida independente.
- Sra Ane – Memória e o registro de tudo o que você tem na vida, de tudo o que você passa. Família, amigos, a vida né. [...] Sem a memória a gente não é nada.
- Sra Te – Memória eu acho que a gente tem que estar ativa, atenta, a cabeça movimentando, porque senão daqui a pouco tem pessoas de idade, meu marido já está com esse problema de esquecer as coisas; Você vai ao supermercado comprar as coisas e volta e esquece, as vezes leva uma listinha e esquece, então já não é um bom começo.
- Sra VLA – Acho que é tudo, se perder a memória fica complicado.
- Sra VLPA – Guardar e fixar o que a gente aprende durante todo o período da nossa vida. Principalmente agora que a nossa memória começa a dar umas falhadas.
- Sra Eg - Memória e diferente da lembrança [...] E a memória é aquilo que eu tenho que me esforçar pra gravar, eu preciso do esforço dos meus neurônios todos pra preservar.

- Sra Ci – Eu acho que memória é tudo aquilo que você gosta de ficar revendo com o passar do tempo.
- Sra Vi – com essas oficinas a gente vai aprendendo coisas que às vezes a gente no dia a dia deixa passar e tal e com isso melhorar a memória.
- Sra Ma – É você saber armazenar as coisas, tanto mais recentes como mais antigas, é como se fosse o arquivo do seu computador.
- Sra MaBe – Memória é uma coisa que a gente precisa ter, porque uma pessoa sem memória é uma pessoa inválida. [...] A memória é muito importante.
- Sra Mar – Memória é poder chegar aos setenta, oitenta anos e lembrar do nome do neto, da neta, lembrar de coisas passadas mas lembrar das coisas novas também.
- Sra Se – Memória é lembrança.
- Sra Ida – Memória é a gente relembrar as coisas.
- Sra Ve – Tem dois tipos de memória, os fatos passados que tanto faz da história individual como familiar, coletiva e também o dia a dia, lembrar das coisas.
- Sra Marne – A memória é importante pra gente trabalhar as coisa e fazer as coisas, realizar alguma coisa [...] então a memória é importante a pessoa tá com a memória boa pra lembrar as coisas, o lugar, lembrar das pessoas, do nome das pessoas.
- Sra MA - Memória é tudo [...] a memória é imprescindível.
- Sra Ed - Memória é recordar ou então gravar o que você ouve e aprende, porque aprender você vai aprender a vida inteira, cada dia uma novidade, pra mim é isso
- Sra BD - definir o que é memória é complicado, são as lembranças, é aquilo que a gente vivenciou no dia a dia, porque o que vem pela frente você não sabe, memória é aquilo que está atrás, isso pra mim é a memória, e você ter essa lembrança daquilo que está pra trás.

Pode-se constatar, numa visada inicial, que há três perspectivas que predominam no que diz respeito ao sentido do que é memória para estas idosas: de um lado, “memória é tudo” e “memória é lembrança” comparecem como uma definição vaga, mas com uma carga subjetiva bastante forte. De outro lado, “memória é registro (armazenamento, arquivo) da vida”, aparece com a mesma intensidade, mas se apresenta como uma definição um pouco mais objetiva. Arrisco-me a afirmar que essa objetividade tem relação direta com as palestras sobre memória que são realizadas no PAIE. São, portanto, ecos de um dito pelo outro (oficineiros) nesse espaço de trabalho e encontro. Embora apareça menos frequentemente, duas remissões foram feitas ao fato de que existem dois tipos de memória – recente e pregressa -, o que justifica, acredito, essa minha conclusão.

Quanto à frequência de ocorrência, aparecem respectivamente as seguintes definições: “memória é atividade” → “memória é aprendizagem” → “memória é incentivo ao cérebro” → “memória é independência”. Note-se que os termos que se encontram articulados com “memória” parecem bastante relacionados um com o outro. Talvez se possa ler nessas remissões que memória é cérebro em atividade e que o incentivo à memória se faça pela via da aprendizagem (não apenas de coisas, fatos, mas também de como fazer para que ela se mantenha ativa). Conclusão: para esse grupo de idosas, a atividade mnemônica cerebral garante independência e, evita, como disse claramente uma das idosas, uma “vida inválida”!

Gostaria apenas de pontuar aqui, que a perspectiva mais objetiva – a memória como sinapse nervosa - parece se colocar em primeiro plano. Resta indagar se isso obscurece ou retira o valor do significado mais subjetivo que, como vimos, também está em causa para elas. Vamos aguardar para ver o que aparece nas próximas respostas.

As respostas para a 4ª questão (*que tipo de benefícios considera que teve desde que começou a frequentar a oficina? Notou alguma mudança? Qual?*) foram as seguintes:

- Sra R - Estou mais atenta às coisas [...] e se a gente vai se deixando a memória vai apagando [...] Estou começando a falar, a escrever melhor.
- Sra VR - O convívio social e eu não sou mais aquela pessoa triste, parada e sem objetivos. Hoje eu estou sempre em função, o tempo é curto hoje.
- Sra F - é tudo, é o companheirismo que a gente tem, as palestras são muito boas, a gente aprende muito, desde como lavar as mãos até coisas sobre Alzheimer.
- Sra Ane - Depois que eu entrei aqui eu parei de tomar remédio, porque eu tive depressão.
- Sra Te - Os exercícios que elas passam é muito bom, as palestras, eu estou gostando muito.
- Sra VLA - Mudou, a comunicação, eu fiquei mais falante. A gente vai perdendo um pouco a timidez. A oficina contribuiu bastante, eu acho que eu fiquei assim gravando melhor as coisas.
- Sra VLPA - As palestras são ótimas, cada uma melhor que a outra, porque na nossa idade né, tudo abrangendo a nossa idade, e muito bom, a gente aprende muito aqui.
- Sra Eg - Tenho tido sim, a minha geriatra que me acompanha está gostando [...] A memória tá boa, continuo sendo autônoma e autossuficiente.
- Sra Ci - eu achei que estou mais atenta nas coisas, presto mais atenção nas coisas do dia a dia, tudo que eu aprendo aqui eu levo pra casa pra pôr em prática. Eu adoro isso aqui.
- Sra Vi - Eu acho que em todos os sentidos, porque me alertou pra muita coisa que eu não tinha noção que ativava a memória.

- Sra Ma - É bom, você faz amizades, primeiro é o grupo social e segundo que você se mantém ativa e tá sempre elaborando alguma coisa, isso é importante. Porque se a gente se aposentar e ficar só dentro de casa, é claro que você vai ter muita coisa pra fazer, mas a sua mente vai ficando meio pra trás. Então você tem que continuar estimulando, você pode estimular através de uma leitura, uma atividade física que aqui também tem, e então eu acho que sempre a gente tem que buscar alguma coisa pra ativar um pouco.
- Sra MaBe - Ah sim, muitos benefícios. Não que eu tenha a memória esquecida, eu não tenho, graças a Deus eu não cheguei ainda lá. Mas a gente aprende muita coisa aqui.
- Sra Mar - As oficinas são boas pra gente, porque não adianta só fazer oficina aqui, você tem que praticar em casa também. Você tem que fazer as coisas que ela [aicineira], que o pessoal da oficina fala [...] Não adianta só exercitar aqui, tem que exercitar em casa, então em casa eu procuro fazer algumas atividades que eu aprendo aqui e faço em casa também pra não ter o Alzheimer. A minha parte eu vou fazer, mas se ele vier não tem jeito, mas eu vou lutar.
- Sra Se - Me ajuda no dia a dia, ajuda muito.
- Sra Ida - Eu acho que ajuda bastante, as orientações gerais e a gente procura seguir.
- Sra Ve - Eu notei que deu uma melhora, porque eu consigo lembrar dos dias que eu tenho que sair, das horas e eu esquecia.
- Sra Marme - Bom, a memória da gente pra dizer a verdade a gente tem que fazer força de puxar pela memória as coisas pra não esquecer e aprendemos isso aqui.
- Sra MA – Aprendemos muito, a parte mental, os exercícios, mesmo os físicos [...] eu levo pro meu marido e como eu sou muito comunicativa eu passo pra várias amigas. A oficina da memória, primeiro que eu tô com a mente muito ativa e eu sempre fui, mas eu tô bem melhor [...] as palestras uma melhor que a outra.
- Sra Ed - Quanto à memória sim, e por sinal eu tenho uma boa memória, outro dia eu estava conversando com a minha filha que me traz e leva todo

dia, e conversando ela falou “mãe, a sua memória é boa, é melhor que a minha”, ai que bom, alguma coisa tem que ser melhor.

- Sra BD - Um benefício de memória eu não sei dizer pra você, mas um benefício social sim, de convivência, eu entrei aqui eu era super tímida, eu não falava muito, eu ficava mais retraída, e hoje em dia é tudo na base da bagunça, essa diferença foi muito grande, a socialização.

Note-se que a grande maioria das idosas refere uma melhora da memória como resultado da participação na Oficina. Atrélam essa mudança a exercícios, estimulação e várias aprendizagens relacionadas com as palestras realizadas (que, pelo visto, apregoam a sua extensão para o cotidiano). Ainda articulam a melhora da memória com mudanças no estado de alerta e atenção.

Menos freqüente, porém relevante, é a remissão à mudança no que se refere à socialização. Não é raro que as idosas enfatizem que o encontro com o outro promovido pela Oficina tenha produzido transformação: 1) no estado de ânimo: superação da tristeza, depressão; 2) no comportamento: enfrentamento da timidez, tornando-se mais comunicativa/falante; 3) no nível de atividade: saída da imobilidade, inclusive no que diz respeito à idealização de projetos de vida.

Entendo ser importante também dar destaque a duas afirmações que, do meu ponto de vista, embora se encontrem na voz de diferentes idosas, podem retratar uma motivação implícita para a participação nas oficinas. São elas: “continuo sendo autônoma e autossuficiente” e “faço em casa também para não ter Alzheimer”. A ideia de continuidade que se apresenta na primeira afirmação talvez possa ser lida como “frequento a oficina para continuar autônoma e autossuficiente e, assim, evitar Alzheimer”. Muitos autores atentam para o fato de que idosos sem diagnóstico de Alzheimer, mas que experimentam falhas de memória, convivem com o seu fantasma: nessa perspectiva, oficinas de memória se constituem subjetivamente como espaços para evitar esse “mal”.

No que diz respeito à 5ª questão (*há algum tipo de atividade realizada nesta oficina que considera mais produtiva do que outras? Qual?*), as idosas afirmaram que:

- Sra R - Eu faço de memória e faço oficina de alongamento também, nossa e me ajudou bastante, muito porque eu estava assim “caidassa” [...] é muito bom, estou amando, amando mesmo. Todo o dia se pudesse eu viria.
- Sra F - Então, hoje eu estou só na oficina. Eu já fiz literatura e gostava. Yoga eu não gostei, não foi minha praia. O que eu gosto mesmo e da oficina de memória.
- Sra VR - A oficina da memória e muito boa, tem aquela oficina da arte terapia que é muito boa também.
- Sra Ane - Pra mim eu acho a arte terapia, que me ajudou muito e é muito bom. E esse ano eu não estou fazendo a memória.
- Sra Te - Gosto, e estou gostando muito das atividades, sei lá, pra gente e novidade que nunca participou dessas coisas é gostoso. Eu recomendo.
- Sra VLA - Eu gosto de ouvir as palestras e faço dança também.
- Sra VLPA - As palestras são ótimas, cada uma melhor que a outra, porque na nossa idade né, tudo abrangendo a nossa idade, e muito bom, a gente aprende muito aqui.
- Sra Eg - Gosto de todas, nas segundas feiras as palestras são bem variadas... e literatura é minha paixão, o inglês como eu gosto de viajar ele é importante pra mim, mas minha paixão é a literatura.
- Sra Ci - Olha, eu achei que estou mais atenta nas coisas, presto mais atenção nas coisas do dia a dia, tudo que eu aprendo aqui eu levo pra casa pra pôr em prática. Eu adoro isso aqui.

- Sra Vi - Eu acho todas boas, tanto que eu começo a fazer se me interessar realmente eu fico. Então todas elas têm sido pra mim muito proveitosas.
- Sra Ma - Eu busquei a Unitau pra fazer alguma atividade que eu pudesse conhecer pessoas e estar mais ativa, então veio oficina de memória.
- Sra MaBe - A nutrição, eu gosto muito de cozinhar. A nutrição, eu gosto muito de cozinhar, quando eu estou chateada, aborrecida com alguma coisa eu vou pra cozinha e invento alguma coisa, e meu hobby.
- Sra Mar - Eu gosto de todas, gosto bastante das danças porque movimentam o corpo.
- Sra Se - Eu adoro, Nutrição, literatura, dança circular e arte terapia.
- Sra Ida - são as orientações gerais que a gente procura seguir, mas não tem uma específica.
- Sra Ve - Eu gosto da oficina de memória, do tai chi, da nutrição.
- Sra Marme - Tem a oficina de memória e tem as palestras e eu acho tudo bom né, pra mim e melhor do que ficar em casa.
- Sra MA - tem uma organização muito boa [...] tudo o que eu vou aprendendo está ótimo [...] olha se eu pegar os meus cadernos menina você vai ver quanta coisa eu aprendi, [...] porque a tendência da gente é se acomodar, é muito tranquilo, mas isso não é bom né, é isso quer dizer, pra mim fortaleceu muito meu cérebro.
- Sra Ed - Eu acho que todas são muito bem ministradas.
- Sra BD - eu faço na segunda feira a oficina de memória e a palestra, faço quarta feira eu faço a de queda, e quinta feira eu faço literatura e arte terapia. Todas, as que eu faço eu gosto.

Quando examinamos com cuidado as respostas das idosas a essa questão, concluímos que, na sua maioria, houve um equívoco de entendimento: embora o que se procurou esclarecer seja se há alguma atividade específica realizada no âmbito da Oficina de Memória que elas consideram mais produtiva que outras, elas parecem ter entendido que a questão dizia respeito às atividades em geral do PAIE; tanto que se referiram a muitas outras oficinas como atividades produtivas (arte terapia, dança, yoga, nutrição, inglês, alongamento, literatura, queda, tai chi, etc). Talvez isso se deva ao fato de que em muitas das oficinas citadas, espaço é aberto para o trabalho mnemônico.

Contudo, as idosas que conseguiram entender a demanda enunciativa da questão, responderam que as palestras constituíam o ponto alto do PAIE. Isso me leva a pensar que o “aprender”, que apareceu com insistência na resposta às outras questões, ganha relevo também aqui. Só que quando palestra está em causa, a aprendizagem parece tender para uma única direção: o palestrante ensina e o idoso aprende. Será isso? Vamos ver se osicineiros fazem alguma remissão ao funcionamento das palestras, mais especificamente sobre se na sua dinâmica o espaço é aberto para o idoso falar (e ensinar) sobre a memória e sobre se o que ele diz torna-se conteúdo para que elas sejam proferidas com inclusão do seu ponto de vista.

#### **3.2.4 Os dados das entrevistas com osicineiros**

Esclareço que além das entrevistas com as 02icineiras que atualmente respondem pela Oficina de Memória (M. e R.), decidi também escutar outras 03icineiras (A., J. e E.) que respondem respectivamente pelas Oficinas de Quedas, de Nutrição e de Saúde. Isso porque entendi que nestas outras oficinas, em meio ao trabalho específico que realizam, também se abre espaço para o trabalho com a memória, como já pontuei anteriormente.

Antes disso considero ser importante dizer que M. e R. são psicólogas. A primeira é uma das idealizadoras do PAIE e da Oficina de Memória e a segunda está envolvida com este trabalho desde março de 2015. J., por sua vez, é fisioterapeuta e está no Programa há 5 anos. E. e A. são respectivamente enfermeira e nutricionista, sendo que a primeira também é uma das idealizadoras do PAIE e a segunda responde por oficina há apenas 6 meses.

Começamos com as entrevistas das profissionais que trabalham especificamente na Oficina de Memória. Transcrevo abaixo parte das respostas obtidas em cada uma das questões que lhe foram dirigidas.

Questão nº 1: *O que é memória para você?*

➤ **M.:** Bom, memória é um construto teórico muito importante dentro das ciências de um modo geral, tanto na área das ciências na saúde como nas ciências humanas sociais de um modo geral. E eu diria que memória é uma das funções mais importantes que o ser humano traz consigo responsável especialmente por quem ele é. Então a memória além de ser do ponto de vista biológico todo um conjunto, um substrato, neuroanatômico responsável do ponto de vista biológico pela articulação cognitiva mesmo do sujeito, da vida mental do sujeito é também a área que lhe dá a exata noção de quem ele é, que compõe a vida da pessoa que articula, presente, passado e futuro que lhe dá a exata dimensão da sua condição de subjetividade humana.

➤ **R.:** Memória pra mim é o que dá suporte a nossa vivência no mundo, é o meio com o qual conseguimos nos relacionar com o mundo, com os fragmentos que lembramos e que reelaboramos a cada momento. É importante para nosso sentimento de pertença, é através do que nos lembramos que sabemos quem nós somos. Quando as funções cognitivas começam a se perder, como em algumas doenças degenerativas, perdemos esse sentimento de pertença, não sabemos mais quem é importante ou não para mim e quem somos nós.

Interessante notar que na fala dessas duasicineiras aparecem exatamente alguns dos pontos que fizeram presença nas respostas das idosas sobre “o que é a memória?”. A fala de M. é marcada pela associação da memória com a atividade cerebral e, ao mesmo tempo, com a subjetividade. Na fala das idosas, aparecia exatamente essa dupla, só que

do ponto de vista subjetivo, como atentei, uma certa vagueza predominava na afirmação “a memória é tudo”. Vale indagar aqui: tudo o que? M. nos dá uma direção mais precisa: tudo o que você é, fruto do entrecruzamento do passado com o presente para a construção de um ser no futuro.

Na voz de R., o ponto nodal é a concepção de que a memória é o que nos dá suporte para o laço com o externo, ou seja, para a relação com o mundo (físico?) e/ou com o outro (sociocultural?). Essa ideia, como constatamos na fala das idosas, ganha movimento na realização das atividades em forma de oficina: espaço de encontro e convivência, espaço de socialização, de falar e ser escutado.

Questão nº 2: *Realizou algum curso específico para trabalhar com memória?*

➤ **M.** Desde cursos mesmo de base biológica, eu lembro que no doutorado nós tivemos disciplinas específicas da memória enquanto substrato neuro anatômico até as questões de memória mesmo do ponto de vista sócio cultural e histórico. Então, fiz sim dentro da Unicamp, na época tinham várias disciplinas, dentro da FCM e do curso de Gerontologia relacionados com memória e depois dentro da PUC junto com o curso da professora Vera Brandão eu tive a oportunidade de me aprofundar um pouco mais nas questões teórico metodológicas do trabalho com memória, independente do grupo com qual se trabalhasse, fosse ele os sujeitos propriamente ditos, os usuários ou os profissionais.

➤ **R.** Ainda não, apenas matérias na faculdade e muita leitura sobre o assunto.

Como se vê, M. tem um extenso currículo relativo à formação sobre o tema da memória e ela é de caráter interdisciplinar. Embora R. responda negativamente à questão, ela não apenas refere que na sua formação na graduação se deteve no conceito de memória, como também indica que sua curiosidade a faz mergulhar na literatura pertinente ao tema. Entendo que sua resposta nos conduz à conclusão de que sim, ela tem formação para trabalhar com memória. Quero dizer com isso que R. não é leiga no assunto.

Questão nº 3: *Quais são as técnicas utilizadas?*

➤ **M.:** Quando nós trabalhamos com oficina de memória do ponto de vista da estimulação cognitiva, são diversas as técnicas e essas são correntes por aí. Elas se fundamentam basicamente nesse modelo de otimização, de compensação das funções mentais, trabalhamos considerando sempre o conjunto das funções cognitivas; estou levando em consideração não a memória, porque a memória isoladamente ela não é nada, ela precisa da atenção, da concentração, da compreensão enfim, da vida sócio emocional [...] Agora do ponto de vista do trabalho com a memória autobiográfica, nós já temos aí um outro quadro teórico conceitual em que eu particularmente me apoio nos pressupostos de Hubert Buttlar [...] Assim, é uma variedade de técnicas, como eu trabalho aqui na universidade com a comunidade de um modo geral, às vezes fica muito difícil você formar pequenos grupos pro trabalho com a técnica da memória autobiográfica, tem sido mais trabalhado a questão da memória do ponto de vista da estimulação cognitiva.

➤ **R.:** Na oficina de memória utilizamos diferentes exercícios, que estimulam as diferentes áreas da memória, como memória visual, auditiva, espacial, todas relacionadas as funções executivas. Exercícios como quebra-cabeças, domínio auditivo, complete a música, atividades que façam eles lembrarem da infância e juventude, entre outros.

Entende-se, a partir da afirmação das profissionais, que a Oficina de Memória da UNITAU tem um caráter predominantemente de oficina de estimulação cognitiva, embora em algumas das atividades haja espaço para o falar de si (infância, juventude, etc) e ser escutado. De um lado, podemos agora entender a frequente associação das idosas entre memória, atenção e estado de alerta já que, como afirma M., elas estão em relação na teoria que dá sustentação à abordagem adotada. Certamente, nas palestras e nas atividades desenvolvidas na Oficina, essa associação é colocada em relevo. De outro lado, a abertura para cada um falar de sua história acaba por criar um espaço propício à socialização que, como vimos, foi referida por algumas das idosas como de fundamental importância para a vida ativa, participativa. Conclui-se, portanto, que a Oficina de Memória oferecida na UNITAU insere-se no rol daquelas que no capítulo 2 identificamos como “entre a estimulação cognitiva e a memória autobiográfica”.

Questão nº 4: *Há algum autor de referência que fundamenta a sua prática profissional?*

- **M.:** Na psicologia Hubert Buttlar do ponto de vista da memória autobiográfica. Autores da área da História e da área das Ciências Sociais, de um modo geral, Tompson e, do ponto de vista da estimulação cognitiva, Tânia Guerrero, uma médica bastante referenciada no Rio de Janeiro, e os materiais, também, da Mônica Yassuda, os materiais que nós temos aí que a Mônica Yassuda é muito apoiada na teoria de compensação, da seleção e compensação de Paul Baltes. Então são esses autores aí, clássicos.
  
- **R.:** Sim, Yassuda, Tânia Guerreiro e Célia Pereira Caldas, Paulo Bertolucci e Anita Nery

Ratifica-se, na referência aos autores, a predominância da abordagem de estimulação cognitiva. Talvez seja interessante assinalar que M. parece não ver empecilho para acomodá-los junto com a perspectiva de abordagem autobiográfica de Buttlar. Sendo assim, por que predomina o viés cognitivo? Segundo M., na resposta à questão anterior, em função do número de participantes do grupo. Cabe indagar, então: um grupo grande oferece obstáculo à realização de uma oficina que priorize a memória autobiográfica? No texto de Brandão, que discuti no capítulo anterior, a autora refere a realização de uma oficina dessa natureza com 18 participantes, embora eles sejam profissionais da área e não idosos leigos. De todo modo, a entrevista com M. trouxe à luz essa importante questão: para ser operativo, um grupo que trabalha a memória autobiográfica deve contar com que limite máximo de idosos? Haveria diferença entre esse limite se o grupo fosse de profissionais? Por que? Questões que, nesse momento, não tenho como responder. De todo modo, elas ficam aqui registradas porque, entendo, têm sua importância para propostas que tem como norte explorar o “potencial (trans)formador” da memória autobiográfica, como assinalou Brandão (2008).

Questão nº 5: *Qual a relação, para você, entre memória, processo de envelhecimento e velhice?*

➤ **M.:** As coisas estão intrinsicamente ligadas, de fato. Embora haja do ponto de vista social, de um modo geral, uma associação pelo lado negativo de memória com o envelhecimento, uma tendência muitas vezes de achar que com o envelhecimento haverá perda de memória ou que é natural essa perda de memória, mas na minha prática eu tenho visto que isso não necessariamente se concretiza.

➤ **R.:** Para se ter um envelhecimento saudável e ativo é fundamental que as funções cognitivas estejam preservadas [...] envelhecer já é um processo difícil, você perde a agilidade e destreza que tinha quando jovem, e se as funções cognitivas estiverem preservadas o sentimento de pertença e a elaboração dessas fases serão melhor trabalhadas, pois você se lembra da sua história, e não fica supondo fatos ou sentimentos, ou muitas vezes nem os lembra e nem se dá conta de o quanto fazem falta.

M. chama a atenção para o fato de que, embora positiva, a relação entre memória e envelhecimento não é necessariamente marcada pela perda; já R. volta o foco de sua afirmação para a memória como pré-requisito para o envelhecimento ativo. Esta última refere perdas (outras) gradativas que ocorrem com o processo de envelhecimento e entende que a memória preservada ajuda a elaborá-las positivamente. De fato, contudo, é preciso que se indague sobre a que “sentimento de pertença” R. se refere. Será a de pertencer a um grupo “saudável e ativo”, para usar as suas próprias palavras?

Questão nº 6: Este trabalho desenvolvido na Oficina foi idealizado por você? *Conte-me um pouco desta história.*

➤ **M.:** Eu comecei a trabalhar com isso mesmo logo depois do, por volta do ano de 2000, 2001, eu senti necessidade de buscar esse apoio teórico metodológico do trabalho da memória porque nós fizemos um redirecionamento de curso e das atividades que existiam aqui na Universidade. Até então, no ano 2000, era um projeto de terceira idade, e tinha uma determinada ideologia, ele era um projeto e não necessariamente de cunho muito acadêmico científico, e aí nós fizemos todo um projeto pedagógico pra se tornar mesmo um programa de extensão. Esse projeto já existia na universidade desde o ano de 1997, era um projeto oriundo do serviço social e que se propunha a trabalhar com os idosos alguns cursos isolados, atividades socioculturais, especialmente atividades de lazer, cultura, então ele não tinha uma função muito específica do ponto de vista

de promoção de saúde, não tinha um projeto pedagógico nessa direção. E nós construímos então a várias mãos esse programa ao qual se atrelam vários projetos de diferentes naturezas mas todos eles congregando a área da gerontologia pra dar conta mesmo de lidar com esse número do envelhecimento e suas diferentes nuances, ou seja, nós trabalhamos com a perspectiva de promoção de saúde bastante abrangente, não esse modelo de promoção de saúde muito positivista, ao contrário assim, modelo de saúde bem crítico no sentido de que essa saúde ela é resultante das condições de vida de um modo geral dos sujeitos; não única e exclusivamente dependente das suas condições de vida pessoal, mas é resultante das condições de vida, cultura e sociedade e história.

- **R.:** Foi idealizado pela Professora M., durante a minha formação acadêmica eu sempre quis participar do PAIE, mas nunca consegui devido aos estágios e trabalho. Quando me formei procurei a professora que me chamou pra trabalhar com ela e dividir essa função. Gostei bastante e pretendo cada dia estudar mais, me especializar e continuar nesse rumo.

M. é a idealizadora da Oficina de Memória que, como ratifica sua resposta, faz parte de um conjunto de atividades que têm como objetivo a “promoção da saúde” numa perspectiva ampliada. M. fala de um projeto pedagógico que sustenta a realização das oficinas. Na verdade, poder-se-ia dizer que o eixo organizador do PAIE é a Gerontologia Educacional, como testemunha R., aluna de M. que passa a oficineira neste projeto. Nele está em questão uma educação para a saúde, que traz à luz, o outro eixo, a Educação Gerontológica. O trabalho direcionado para a memória ocupa aí um lugar de destaque.

Questão nº 7: *Quais são os pré-requisitos para frequentar a Oficina de Memória?*

- **M.:** Dado o grande público que procura a oficina de estimulação cognitiva, nós temos grandes dificuldades nesse sentido, porque sabemos que o trabalho desejável é o com pequenos grupos, de doze ou quinze pessoas no máximo, mas pelas nossas limitações em ter vários grupos, nós terminamos por fazê-los com grupos maiores, de vinte a vinte e cinco pessoas, não necessariamente conseguimos tanta eficácia com esse trabalho, mas ao menos tentamos dar conta da demanda coletiva desses grupos. Neste último semestre agora nós já fizemos de um modo diferente, tentamos recortar mesmo a população que nunca tinha

frequentado a oficina, um grupo menor, homogeneizar de certa forma o grupo pra facilitar o trabalho e tornar um pouco mais eficiente, mas a condição é ter mais que cinquenta anos, nós já tivemos grupos com pessoas com um pouco menos de idade, mas dá muito problema. Trabalhar mesmo com determinadas cortes etárias é o mais indicado. Do ponto de vista desejável deveria ser e é o que penso, que daqui para frente devemos fazer o corte pela escolaridade e pela faixa etária: duas variáveis absolutamente importantes e determinantes na condução do grupo, na *performance* do grupo, na eficácia de um modo geral de trabalho.

- **R.:** Aqui no PAIE o requisito é apenas ter mais de 50 anos.

M. esclarece aqui parte das indagações que deixei em suspenso na questão 4, tais como: para ser operativo, segundo ela, um grupo deve ser homogêneo, tanto do ponto de vista etário, quanto do nível de escolaridade; e, também, contar com um número máximo de idosos (entre 12 e 15). Por quê? Parece que experiências anteriores é que levaram ao estabelecimento de tais pré-requisitos. Faço, contudo, uma pontuação aqui: tais critérios dizem respeito à proposta de oficina de “estimulação cognitiva”, como ela mesma afirmou no início da resposta a essa pergunta. Isso me faz pensar que é pequeno o espaço aberto para a memória autobiográfica e, talvez por isso, a questão da homogeneização se coloque com mais força.

Questão nº 8: *Há um tempo determinado para o início e fim das atividades propostas?*

- **M.:** Sim, elas são semestrais, tem um principio, um meio e fim, uma vez por semana cerca de uma hora e meia.
- **R.:** As atividades são propostas a cada 6 meses, quando se muda a turma da oficina.

Questão nº 9: *Que resultados destas atividades chamam mais a sua atenção?*

- **M.:** Principalmente do ponto de vista do auto relato [...] e o que chama mais atenção pra responder a sua pergunta aqui, é o auto relato deles, ao final, há sempre um auto relato de que houve grande aproveitamento pessoal na participação dessas oficinas, que aprenderam estratégias, que aprenderam a se conhecer um pouco melhor, lidar melhor com essas condições do dia a dia e do cotidiano que envolvem a memória. Isso por si só pra nós especialmente da área da psicologia diz respeito à avaliação do seu bem estar subjetivo. Então se ele diz que participar dessas atividades promoveu maior bem estar subjetivo, isso já por si só nos dá grande satisfação, já é um indicador muito importante, é um indicador qualitativo mas, com bastante relevância hoje no mundo científico.
- **R.:** Me chama bastante a atenção como as idosas mudam de postura, quando começam e quando terminam. Quando iniciam elas se queixam esquecidas, desligadas e durante a oficina e no final, elas se percebem mais atentas, preocupadas com a memória e com os esquecimentos ou não, se esforçando para sempre se estimularem cognitivamente, até trazem exercícios de memória que procuraram em casa para fazer, é bem gratificante.

Talvez valha a pena colocar em destaque o fato de que a fala dasicineiras coincide com a das idosas relativamente às mudanças promovidas pela oficina: melhora da memória, atenção, etc. O termo novo que se apresenta aqui é “estratégias”, já que não compareceu explicitamente na voz das idosas. Mas, eu diria que, implicitamente, ele estava lá quando as mesmas, de forma reiterada, fizeram menção ao termo aprendizagem. De fato, as falas sobre memória, participação na oficina e resultados de participação nas suas atividades se apresentam como eco de uma fala (oficineiras) na fala de outras (idosas).

Vejamos, a seguir, as respostas obtidas com as entrevistas realizadas com as outras trêsicineiras:

Questão nº 1: *O que é memória para você?*

- **A.:** Eu acho que memória ela tem dois lados, digamos assim, seu eu fosse pensar nela ela teria o lado fisiológico mesmo, o lado do cérebro e suas funções, do lembrar, suas funções cognitivas bem fisiológicas mesmo e tem a memória das suas sensações, acredito que a memória tanto o lado fisiológico quanto o exercício, a partir das suas funções fisiológicas, mas também a sua memória das sensações, suas memórias afetivas [...] Pra mim memória seria isso, abrangeria esses dois mecanismos, tanto o lado fisiológico quanto o lado das sensações o lembrar de si, mas também algo treinável como um processo fisiológico, parte da nossa fisiologia e das funções do cérebro.
  
- **J.:** É interessante pensar o que é memória né, por que até trabalhar com memória a gente não sabe a importância do que é ter uma memória [...] entender o que é memória e saber que a memória ela é, eu acho que ela completa o ser humano, [...] a memória ela é composta pelo raciocínio, ela é composta pela atenção, pela lógica.
  
- **E.:** Memória, são coisas vamos dizer assim, que ficam guardadas, e que de uma certa forma a gente tá sempre se reportando a elas, seja no dia a dia, seja no convívio, seja no aprendizado, porque você aprende alguma coisa e elas ficam guardadas e então de repente você tem que se reportar a elas pra retomar [...] memória pra mim é isso. Eu acho que é o que tá armazenado, guardado e que em algum momento eu trago pro meu dia a dia, eu acho que na vida.

Entendo que as respostas acima reforçam o ponto de vista que sustenta a proposta de estimulação cognitiva. Não sem razão, os termos que ganham destaque aqui são: treino, atenção, raciocínio, lógica ... Outro ponto é (principalmente na fala de A.) a remissão ao fisiológico e às sensações (percepções?) como fundamento para definição da memória. Vale ainda colocar em relevo o par armazenamento/evocação.

Questão nº 2: *Realizou algum curso específico para trabalhar com memória?*

- **A.:** Com a memória especificamente não, mas no meu projeto de pesquisa, que eu também sou mestranda, eu tenho um módulo que trabalha com a memória dos idosos.
  
- **J.:** Específico não, eu aproveito todas as disciplinas que eu tive na especialização em Gerontologia [...] e, no mestrado, a mesma coisa.

- **E.:** Não, eu venho da prática que eu vou adquirindo do dia a dia, com professoras com as quais eu trabalho, que tem uma formação em relação a memória, então eu procuro ter algumas leituras específicas relacionadas a esse tema, [...] eu não fiz nenhum curso, eu tenho uma formação, eu sou enfermeira, tenho a formação gerontológica porque quando fiz o mestrado eu fiz várias disciplinas voltadas pro envelhecimento [...] Então eu trabalho mais com essas leituras e alguns cursos que eu fiz, mas não específico curso de memória.

Apesar das trêsicineiras afirmarem que não fizeram nenhum curso específico para trabalhar com memória, constatamos que no decorrer de sua trajetória profissional, tiveram disciplinas que fortaleceram esta prática.

Questão nº 3: *Quais são as técnicas utilizadas?*

- **A.:** na verdade toda vez que a gente começa uma atividade, eu sempre retomo, o que a gente estava falando semana passada [...] Então é esse exercício que eu faço, eu espero que cada uma dê a sua contribuição pra gente poder retomar a partir da semana passada e a partir daí dar início à atividade [...]
- **J.:** Eu sempre uso na oficina de prevenção [...] porque a memória não funciona sozinha, ela precisa de alguns elementos, então a atenção é um elemento que a gente utiliza muito na prevenção
- **E.:** A minha oficina não é de memória, minha oficina é de saúde, mas dentro da saúde a gente faz o resgate da memória, ela não é específica da memória, mas ela é uma oficina de saúde.

As profissionais entrevistadas não respondem pela Oficina de Memória propriamente dita, mas dentro daquelas que estão sob sua responsabilidade se comprometem em focalizar o resgate mnemônico. Interessante que A., intuitivamente, utiliza uma técnica que privilegia a narrativa de evento passado (o que ocorreu na sua oficina da semana anterior) e cria demanda (dá voz) às idosas para que façam esse resgate.

Isso me lembrou do que disse Mucida (2009) a respeito de fazer circular no presente o passado, através das narrativas. Também a afirmação de Marcolino (2013) relativa ao fato de que a memória é feita de linguagem. Liberta do compromisso do treino que embasa a oficina de estimulação cognitiva, A. realiza um trabalho com a memória que se afasta deste fundamento. Interessante e paradoxal que na resposta à questão 1 ela tenha insistido, então, que a memória é feita de fisiologia.

Questão nº 4: *Há algum autor de referência que fundamenta a sua prática profissional?*

- **A.:** Na minha profissão a gente trabalha o novo guia alimentar que é o que traz uma nova proposta de alimentação.
- **J.:** Então, eu uso muito, na verdade não é um autor, mas seriam os cadernos de atenção que a gente usa do Ministério da Saúde e todos os programas do SUS [...] Eu uso muito esse caderno é um programa do ministério da saúde que chama PREV BRASIL, que é o que a gente fundamentou pra fazer essa Oficina de Quedas [...] é um protocolo que determina quais as ações que você vai tomar nesses quinze atendimentos [...] e a Mônica Perracine que ela fala muito de prevenção de quedas, então eu acabo usando desses autores.
- **E.:** Sim, a teoria de Maslow, das necessidades básicas [...] A gente tenta ver qual e a necessidade e resgatar nesse processo de cuidar [...] então a gente trabalha nas necessidades humanas básicas.

As profissionais buscam se basear em autores e/ou documentos relativos à sua formação específica para aprimorar e desenvolver o trabalho que propõem nas oficinas que ministram. Não fizeram referência a uma articulação entre eles e aqueles consagrados na literatura sobre memória.

Questão nº 5: *Qual a relação para você, entre memória, processo de envelhecimento e velhice?*

- **A.:** A relação que eu já li e até que eu uso como referência que é Ecléa Bosi, ela diz que a memória traduz muito as situações da velhice.
  
- **J.:** A boa memória ela tem que acompanhar o processo de envelhecimento na velhice, eu acho que não é porque a gente envelhece, e se está na velhice que eu não tenho que ter a memória, existe um mito de que todo mundo que envelhece tem problema de memória.
  
- **E.:** A relação é que existe uma questão que é fisiológica, que é real existe uma que também é mito, porque no processo de envelhecimento você vai tendo alteração degenerativa em algum local do seu cérebro que comanda mais a questão da memória e você vai perdendo isso um pouco. Mas nem todo mundo que envelhece vai perdendo isso, porque envelhecemos de formas diferente, muitas pessoas acreditam que envelheceu, tá com a memória ruim, não se lembra mais de nada e se confunde, mas o jovem também se confunde, o jovem também esquece.

As oficinairas ratificam a ideia de que não necessariamente envelhecer está atrelado a esquecer, abrindo espaço para se reconhecer que há diferentes de formas de envelhecer. Novamente chamo a atenção para outra observação feita por A.: ela se inspira em Bosi (1979) que, como se sabe, entende que seja preciso dar a palavra aos velhos, que ela denomina guardiões do passado que, com suas memórias, nutrem e dinamizam as culturas. Talvez isso responda pela técnica instaurada por A. de sempre começar a oficina resgatando, pela via da palavra, o passado recente e compartilhado pelo grupo de idosas.

Esclareço que as questões nº6, nº 7, nº 8 e nº 9 não eram pertinentes para entrevista com estas três oficinairas.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Procurei nesta dissertação, investigar, de um lado, a natureza da articulação entre memória e envelhecimento, e de outro, explorar a demanda que subjaz a participação de idosos ditos saudáveis em Oficinas de Memória.

Apesar da maioria das propostas de trabalhos com idosos ter sempre o foco voltado para a realização de atividades físicas, esta pesquisa procurou colocar em discussão como propostas de realização de oficinas de memória se oferecem como uma ação efetiva no sentido de propiciar o fortalecimento desta capacidade e, conseqüentemente, da melhoria da qualidade de vida (saúde) na velhice.

No primeiro capítulo, explorei a relação entre memória e envelhecimento (o que incluiu, também, uma reflexão sobre a natureza da relação entre memória e linguagem). As reflexões encaminhadas por Izquierdo (2002; 2010) e Mucida (2009) ganharam destaque em função da diferença de abordagens que imprimem à temática central da presente pesquisa. Meu objetivo não foi simplesmente de confrontá-los e sim de ampliar o campo de discussão sobre a questão central desta investigação. Nessa mesma perspectiva, incluí o trabalho da fonoaudióloga Marcolino-Galli (2013). Mais afinado com o ponto de vista de Mucida, ele nos permite concluir que linguagem e memória têm íntima relação entre si. Retirei da revisão bibliográfica que realizei neste capítulo duas conclusões centrais:

(1) se a memória humana é feita de linguagem, ela precisa de certa configuração cerebral que dê suporte ao seu funcionamento. Exatamente porque o cérebro humano não é um simples órgão do corpo humano, sua rede sináptica se oferece como terreno propício para o exercício mnemônico

humano. Quero dizer com isso que o cérebro é suporte e não causa de haver memória. Antes de tudo, a memória é resultado de discursos que se entrecruzam na formação das histórias singulares/destinos de cada ser humano. Nesse sentido é que se entende a metáfora lançada por Mucida, segundo quem, a velhice é uma escrita. Envelhecer é, então, inscrever-se numa narrativa que nos antecede e passar a escrever entre narrativas que circulam socialmente no nosso tempo vital, antecipando o nosso devir. Os efeitos de sentido que emanam dessas escritas nos marcam profundamente e para sempre, constituindo o que se denominam traços mnemônicos. Na verdade, esses traços são restos das experiências vividas. Restos que nos constituem como sujeitos, que respondem pelo que somos. É assim que entendi, também, uma frase recorrente na voz das idosas, qual seja: “a memória é tudo”. É tudo porque somos o que conscientemente lembramos; mas também o que não lembramos (somos o nosso inconsciente, como assinalou Freud). Conclusão que fala a favor da indiscutível dupla face da memória: lembrar e esquecer;

(2) o mecanismo que responde pelo funcionamento da memória é a associação em rede. Esse é um ponto consensual entre os estudiosos cujo trabalho explorei neste capítulo, a despeito das diferenças de concepção que os orientam.

No segundo e terceiro capítulos, o foco recaiu sobre as oficinas de memória. Trouxe, no segundo, concepções que norteiam as atividades nelas desenvolvidas. Identifiquei que, embora haja diferentes tendências e, conseqüentemente, diversidade prática, todas elas têm um ponto de partida comum: a aposta de que a idade não é obstáculo às aquisições mnemônicas. Não sem razão, as oficinas de memória se oferecem como prática que cria oportunidades efetivas para o envelhecimento ativo. Isso porque a atualização da memória contribui para a tomada de decisões relativas à própria vida ou, à vida que se quer levar. Além disso, as oficinas se configuram como espaços de convivência e efetiva participação social, o

que, em última instância, se coloca como dispositivo de enfrentamento da solidão e/ou ociosidade. Bem-estar é a palavra certa quando se investiga os objetivos e os resultados de participação em propostas dessa natureza. Vimos que a despeito da diversidade (teórica e prática) em causa nas propostas de realização de Oficinas de Memória, este é o sentido invocado pelos seus idealizadores e pelo seu público alvo.

Foi o que também constatei na minha pesquisa de campo, discutida no terceiro capítulo esta dissertação. Nele, o foco esteve voltado para o modo como oficinairas e idosas participantes da Oficina de Memória do PAIE-UNITAU concebem o que é a memória e qual sua relação com a vida concretamente vivida na velhice. Tendo em vista a análise realizada, pode-se dizer que esta Oficina de Memória: 1) também se traduz como uma aposta de que há aquisição de memória ao longo do processo de envelhecimento; 2) tende prioritariamente à estimulação cognitiva, embora abra algumas brechas para mobilização de memória autobiográfica.

É certo que o privilégio da estimulação cognitiva tende a obscurecer a dinâmica em causa no trabalho com a memória autobiográfica, já que se pauta no treino e, como tal, numa proposta de aprendizagem na qual não está propriamente em causa no resgate de histórias singulares. Também, quando levamos em conta a discussão encaminhada no capítulo 1, entendemos porque o cérebro é invocado para falar de memória, tanto pelas oficinairas, quanto pelas idosas. Como vimos, na perspectiva de otimização cognitiva, memórias são feitas por células nervosas e armazenadas em redes de neurônios, como salienta Izquierdo. Por isso, armazenamento/arquivo é outro termo frequentemente invocado por elas. Vale destacar, ainda, que é recorrente na fala de oficinairas e idosas a remissão à “atenção” para significar o que é a memória. Ao privilegiá-la tende-se ao apagamento, como afirmam Mucida, do fato de que traços inconscientes influenciam fortemente as experiências e ações mnemônicas atuais.

Considero importante colocar em relevo ainda outros pontos:

- nem oficinas, nem idosas fazem qualquer menção à dupla face da memória. O compromisso com a otimização cognitiva parece determinar um lapso de memória entre elas, qual seja, o de que “esquecer é uma necessidade” para que a memória se mantenha ativa. Talvez isso devesse ganhar relevo, de um lado, porque nesse grupo, 85% das idosas não têm queixas de memória e, de outro, porque 15% já convivem com o fantasma de uma possível Doença de Alzheimer. Digo isso porque considero que é preciso ganhar circulação social a hipótese de que esquecer é necessidade, desmistificando a ideia de que é sempre falha ou perda. Discurso que, quem sabe, poderia inclusive afastar o fantasma e propiciar bem estar àqueles idosos que já convivem com a denominada amnésia benigna;

- apenas na fala de uma das oficinas aparece a possibilidade de se entender memória como tecido constituído pela linguagem. O privilégio de narrativas – espaço para o mecanismo associativo da memória – torna-se intuitivamente um dispositivo para introduzir, numa oficina de nutrição, um trabalho com a memória. Espaço aberto para que o idoso também tome a voz e nela passado circule no presente e vice-versa, como Mucida assinala.

- as idosas e não oficinas valorizam a participação na oficina como um espaço de socialização.

Vimos que o principal motivo de procura pela oficina de memória no PAIE foi para ocupar o tempo livre e que uma menor percentagem de idosas veio motivada pela oficina de memória, mas apesar da diferença da procura, a grande maioria relatou obter melhoras após iniciar na oficina.

Os resultados colhidos através das entrevistas sugerem que o PAIE tem um impacto positivo na vida dos idosos, pois além de referirem melhora quanto à memória, há também o aspecto positivo quanto a abertura/conquista de um espaço de socialização.

Considero que a originalidade do meu trabalho possa ser o de ter explorado, na reflexão encaminhada, a natureza da relação entre linguagem

e memória e, dessa perspectiva, poder ratificar o caminho já indicado por Brandão e que, do meu ponto de vista, deve ser mais amplamente desdobrado nas propostas de Oficina de Memória com idosos: tornar-se lugar privilegiado de escuta para os mesmos, explorando mais amplamente suas narrativas autobiográficas. Isso porque, na esteira da filósofa Marilena Chauí, que apresenta a obra *Memória de Velhos*, de Ecléia Bosi, os idosos são “a fonte de onde jorra a essência da cultura, ponto onde o passado se conserva e o presente se prepara. A função social do velho é lembrar e aconselhar – *memini, moneo* – unir o começo e o fim, ligando o que foi e o porvir”.

De fato, ao concluir (mesmo que provisoriamente) este trabalho, o que me vem à mente é o termo resgate. Isso porque se Oficinas de Memória têm como objetivo manter/preservar/atualizar a memória subjetiva; entendo que elas também possam se abrir para o resgate da função social do velho, tal como referido por Chauí. Nossa cultura, em geral, e cada um de nós, em particular, só tem a ganhar se a palavra for devolvida a essas vozes que, em sua grande maioria, têm sido silenciadas (razão de seu gradativo esquecimento?) nas sociedades contemporâneas.

## Referências Bibliográficas

- ALMEIDA, M. H; BEGER, M. L.; WATANABE, H. “Oficina de memória para idosos: estratégia para promoção da saúde”. *Interface – Comunic, Saúde, Educ*, v.11,n.22,p.271-80,mai/ago 2007.
- ALVAREZ, A. M. M. *Deu branco: um guia para desenvolver o potencial de sua memória*. São Paulo: Best Selle, 2002
- BERGSON, H. “Memorie et vie (texts choisis)” In: OEUVRES. *Edition du centenaire*. Paris: Puf, 2001.
- BOSI, E. *Memória e Sociedade. Lembrança de Velhos*. São Paulo: Companhia das Letras. 1979/2006.
- BUTLER, R.N. The life review: na interpretation of reminiscence in the aged. *Psychiatry*,26: 65-76,1963.
- BRANDÃO, V.M.A.T. “Memória (auto) biográfica como prática de formação”. *Revista@mbienteeducação*. Vol 1. São Paulo, Jan/Julho 2008.
- CAMMAROTA, M.; IZQUIERDO,I.; BEVILAQUA,L. Aprendizado e Memória.In: LENT,R. Neurociência da mente e do comportamento. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006.
- DENZIN,N.; LINCOLN, Y.S. *Handbook of qualitative research*. Manual de pesquisa qualitativa. 2. Ed. Thousand Oaks: Sage Pub., 2000.
- DUARTE, J; BARROS, A. *Métodos e Técnicas de Pesquisa em Comunicação*. São Paulo: Ed Atlas S.A, 2005.
- EMENDABILI, M. “Um estudo de perspectivas teórico-clínicas nas demências:sobre a relação linguagem, memória e sujeito”. Dissertação de Mestrado em Linguística Aplicada e Estudos da linguagem. São Paulo: LAEL/PUC-SP, 2010.
- FONSECA,S.C; MARCOLINO-GALLI,J.;LIER-De-VITTO,M.F. Sobre queixas de perda de memória na velhice: relato de experiências com oficinas. IN Claudia Regina Magnabosco-Martins (org.) *Atuações com idosos: perspectivas em pesquisas, serviços e ações*. Curitiba: Editora CRV. 2014.159-173.
- FONSECA, S.C. *Afasia: a fala em sofrimento*. Dissertação de Mestrado em Linguística Aplicada e Estudos da linguagem. LAEL/PUC-SP, São Paulo, 1995.

\_\_\_\_\_. “O afásico na clínica da linguagem”. Tese de Doutorado em Linguística Aplicada a Estudos de Linguagem. São Paulo: PUC, 2002.

GIL, A. C. *Métodos e Técnicas de Pesquisa Social*. 6ª Ed. São Paulo Editora Atlas S.A, 2012.

ISQUIERDO, I. *Memória*. Porto Alegre: Artmed, 2000.

\_\_\_\_\_. “A arte de esquecer: cérebro e memória” 2ª Ed. Rio de Janeiro. Vieira Et Lent, 2010.

LE GAUFEY, G.L. *Le lasso spéculaire: une étude traversière de l'unité imaginaire*. Paris: E.P.E.L. 1997.

LEAO, G. B. A. M. “Educação permanente de adultos maduros, idosos e de profissionais da área do envelhecimento: fundamentos para um projeto pedagógico de extensão universitária”. *Revista de Extensão da Universidade de Taubaté*. Taubaté, SP, nº 1, p. 45-54, 2008.

\_\_\_\_\_. “Oficina de revisão de vida e bem-estar subjetivo em mulheres idosas: um estudo sobre um método de intervenção psicológica”. Tese de Doutorado. Campinas, SP, 2005.

MAC-KAY, G M A. P; FERREIRA, V. J; FERREIRA, T. M. (orgs). *Afásias e Demências: Avaliação e Tratamento Fonoaudiológico*. São Paulo: Livraria Santos editora Ltda ,2003.

MACHADO, P. “Refletindo sobre o conceito de envelhecimento activo, pensando no envelhecimento em meio urbano”. Fórum Sociológico. Nº 17 série, 2007.

MARCOLINO, G.F.J. “A relação memória - linguagem nas demências: abrindo a caixa de Pandora”. Tese [Doutorado em Linguística Aplicada a Estudos de Linguagem]. São Paulo: PUC, 2013.

MAY, T. *Pesquisa Social: questões, métodos e processos*. 3.ed.Porto Alegre: Artmed, 2004.

MASUCHI, M. H; TEIXEIRA, A. Z; GUARNIERI, A. P; AZIZ, J.L; BRITO, F. C. CORRÊA, A. Z. (orgs). *Intervenção da Terapia Ocupacional com idosos que apresentam queixas de memória da Liga de Saúde do Idoso da Faculdade de Medicina do ABC*. Santo André: (FMABC), 2010.

MUCIDA, A. *Escrita de uma memória que não se apaga: Envelhecimento e velhice*. Belo Horizonte: Ed. Autentica, 2009.

OLIVEIRA, C.S.; COSTA, S.R.R.; SANTOS, I.C.L.; LEMOS, C.E.S. “Oficina de educação, memória, esquecimento e jogos lúdicos para a terceira idade”. *Rev. Cienc. Ext.* v.8, n.1, p. 8-17, 2012.

OLIVEIRA, A. P; SOUZA, R. F. “Mnemosine – Lesmosyne – as águas da memória e do esquecimento”. Montes Claros: UNIMONTES, 2002.

PRADO, A. A.; CARAMELLI, P.; FERREIRA, S. T.; CAMMAROTA, M.; IZQUIERDO, I. Memória e envelhecimento: foco na Doença de Alzheimer. *Revista USP*, n. 75: 42-49, 2007.

World Health Organization - Envelhecimento ativo: uma política de saúde / World Health Organization; tradução Suzana Gontijo. – Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2005. 60p.: il.

PICHON-RIVIÉRE, P.H. “O processo grupal”. 39ª .ed. São Paulo: Martins Fontes, 1988.198p.

RIOS, I. C; SCHRAIBER, L. B. (orgs) *Humanização e humanidades em medicina: a formação médica na cultura contemporânea*. 1ª ed. Sao Paulo: Ed. Unesp, 2012

SENA, T. C. C. B. “Memórias de uma prática: experiência em oficina cognitiva para idosos”. Tese de Mestrado em Gerontologia Social. PUC/SP, 2013.

TALLEMBERG, C. “Fazendo da clínica uma oficina: modos de experimentação e produção social em saúde mental”. *Revista Eletrônica Academus: Revista Científica de Saúde/Secretaria Municipal de Saúde do Rio de Janeiro*, v. IV, n. 1, p. 18 -38, jan./mar. 2005.

TURATO, E.R “Métodos qualitativos e quantitativos na área da saúde: definições, diferenças e seus objetos de pesquisa”. *Rev. Saúde Pública* 2005

YASSUDA, M. S.; BATISTONI, S.S.T.; FORTES, A. G.; NERI, A.L. “Treino de memória no idoso saudável: benefícios e mecanismos”. *Psicol. Reflex. Crit.* vol.19 no.3 Porto Alegre, 2006.

ZANUTO, E. “Demência e transtornos cognitivos em idosos”. *Rev. Bras. Psiquiatr.* vol.28 no.4 São Paulo Dec, 2006.

**Internet:**

ASHA( American Speech-Language-Hearing Association)  
[http://www.asha.org/PRPSpecificTopic.aspx?folderid=8589935289&section=Roles\\_and\\_Responsibilities#\\_ga=1.190902184.366913474.1428324443](http://www.asha.org/PRPSpecificTopic.aspx?folderid=8589935289&section=Roles_and_Responsibilities#_ga=1.190902184.366913474.1428324443)  
(consulta realizada em 04/04/2015).

DSM-IV. MANUAL DIAGNÓSTICO E ESTATÍSTICO DE TRANSTORNOS MENTAIS (DSMIV). *Psiquweb* – Portal de psiquiatria. Disponível em:<http://virtualpsy.locaweb.com.br>. Acesso em: 03 de fevereiro de 2013.

Disponível em: <http://www.unitau.br/a-unitau/a-universidade/>. Acesso em: 30 jan. 2015.

Fonte de dados: <http://www.cidades.ibge.gov.br/>

## ANEXO 1

### ENTREVISTA COM OS IDOSOS

#### 1 IDENTIFICAÇÃO

**Nome** (opcional): -----

1. Sexo: ( ) Masculino            ( ) Feminino
2. Idade: \_\_\_\_\_
3. Estado civil: \_\_\_\_\_
4. Como o Sr (a) define sua raça/cor? Branca ( ) – Preta ( ) – Parda ( )  
Amarela ( ) – Indígena ( )
5. Tipo de moradia: Apartamento ( ) – Casa Alvenaria ( ) – Casa  
Madeira  
( ) – Mista ( ) Barraco ( ) - Outra ( )
6. Situação de moradia: Própria ( ) – Alugada ( ) - Cedida ( ) –  
Invadida  
( ) – Outra ( )
7. Luz elétrica: Sim ( ) – Não ( )
8. Água encanada: Sim ( ) – Não ( )
9. Rede de esgoto: Sim ( ) – Não ( )

#### 2 CONDIÇÕES SOCIOECONÔMICAS, CULTURAIS E FAMILIARES

1. O Sr(a) é alfabetizado? Sim ( ) – Não ( )
2. Escolaridade: \_\_\_\_\_
3. Profissão: \_\_\_\_\_

4. Possui renda própria? Sim ( ) – Não ( )
  
5. Origem da renda? Salário ( ) – Aposentadoria/ Pensão ( ) – Benefício ( ) - Outras rendas ( ) – Não se aplica ( )
  
6. O (a) Sr(a) possui renda suficiente para as suas necessidades básicas? Sim ( ) – Não ( )
  
7. O (a) Sr (a) cuida de alguém dependente? Sim ( ) – Não ( )
  
8. Em geral (o) Sr (a) se sente amparado pelos seus familiares?  
Sim ( ) – Não ( )
  
9. O (a) Sr (a) fica sozinho a maior parte do tempo? Sim ( ) – Não ( )
  
10. O (a) Sr (a) compartilha moradia com alguém? ( ) Vive sozinho – ( )  
Vive em sua casa acompanhado ( ) – Vive em casa de outra pessoa  
acompanhado ( ) – Vive em instituição asilar ( )
  
11. Qual seu estado conjugal? Casado ( ) – Solteiro ( ) – Viúvo ( ) –  
Separado/ divorciado ( )

### **3 ENTREVISTA**

1. Porque o(a) Sr(a) procurou esta instituição?
  
2. Há quanto tempo o (a) Sr(a) frequenta esta instituição e por que decidiu participar de uma Oficina de Memória?
  
3. Para o(a) Sr(a), o que é a memória? Qual sua importância?
  
4. Que tipo de benefícios considera que teve desde que começou a frequentar a Oficina? Notou alguma mudança? Qual?
  
5. Há algum tipo de atividade realizada nesta Oficina que considera mais produtiva do que outras? Qual?

## ANEXO 2

### ENTREVISTA COM OFICINEIROS

#### 4 IDENTIFICAÇÃO:

1. Nome(opcional): \_\_\_\_\_
2. Sexo: ( ) Masculino            ( ) Feminino
3. Idade: \_\_\_\_\_
4. Formação Profissional: \_\_\_\_\_
5. Há quanto tempo desenvolve este trabalho: \_\_\_\_\_

#### ENTREVISTA

1. O que é memória para você?
2. Realizou algum curso específico para trabalhar com memória?
3. Quais são as técnicas utilizadas?
4. Há algum autor de referência que fundamenta a sua prática profissional?
5. Qual a relação, para você, entre memória, processo de envelhecimento e velhice?
6. Este trabalho desenvolvido na Oficina foi idealizado por você? Conte-me um pouco desta história.
7. Quais são os pré-requisitos para frequentar a Oficina de Memória?

8. Há um tempo determinado para início e fim das atividades propostas?
9. Que resultados desta atividade chamam mais a sua atenção?

## ANEXO 3

### Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

Nome do participante da pesquisa:	
Documento de identidade nº	
Data de Nascimento:	
Telefone:	
Endereço:	
Nome do Responsável Legal:	
Documento de Identidade n °	
Data de nascimento:	
Telefone:	
Endereço:	
Natureza (grau de parentesco, tutor, curador, etc)	

#### Informações sobre a Pesquisa

**Título do estudo:** Oficina de memória: Prática social de otimização de oportunidade para o envelhecimento ativo

**Pesquisadora responsável:** Isabel Cristina de Souza Gonçalves

**Instituição:** Pontifícia Universidade Católica de São Paulo

**Telefone para contato:** (12) 99781 8696

**Local da coleta de Dados:** Programa de Atenção Integral ao Envelhecimento (PAIE)

Prezado(a) Senhor(a):

- Você está sendo convidado(a) a participar deste estudo de forma totalmente **voluntária**.
- Antes de concordar em participar desta pesquisa, é muito importante que você compreenda as informações e instruções contidas neste documento.
- O pesquisador deverá responder todas as suas dúvidas antes que você se decida a participar.
- Você tem o direito de **desistir** de participar da pesquisa a qualquer momento, sem nenhuma penalidade e sem perder os benefícios aos quais tenha direito.

**Objetivos do estudo:**

O objetivo geral desta pesquisa é o de investigar o que faz o idoso procurar uma oficina de memória e de que modo essa atividade é estruturada pelas instituições que as desenvolvem. O foco está voltado, então, para os significados que tanto os idosos como os profissionais oficinairos atribuem à memória e de que modo eles se tornam um elemento organizador da vivência dos primeiros e das atividades propostas pelos segundos.

**Procedimentos:**

O trabalho conta com (1) uma **revisão bibliográfica** da literatura pertinente ao tema no campo da Gerontologia e em áreas afins e (2) **uma pesquisa de campo**, de viés qualitativo, em que uma entrevista semi-estruturada será feita com sujeitos (idosos) participantes da Oficina de Memória oferecida pelo PAIE e o(s) oficinairo (s) responsável(is) por sua realização;

**Benefícios:** espera-se que essa pesquisa contribua para ampliar e aprofundar o conhecimento científico sobre o tema abordado.

**Riscos:** não há qualquer risco de ordem física, psicológica e/ou social relacionados à pesquisa.

**Sigilo:** as informações fornecidas por você serão confidenciais e de conhecimento apenas do pesquisador responsável. O sujeito da pesquisa não será identificado em nenhum momento, mesmo quando os resultados da investigação forem divulgados de qualquer forma.

**São Paulo,**

---

Assinatura do Participante ou do Responsável

## ANEXO 4 - OFÍCIO DE AUTORIZAÇÃO DA INSTITUIÇÃO

Taubaté, ... de .... de 2015

Eu, Profa. Dra Marluce Auxiliadora Borges Glaus Leão, coordenadora do Programa de Atenção Integral ao Envelhecimento (PAIE) da Universidade de Taubaté, autorizo Isabel Cristina de Souza Gonçalves a realizar a pesquisa intitulada “Oficina de memória: prática social de otimização de oportunidade para o envelhecimento ativo”, que se propõe a identificar junto a idosos que frequentam o Programa de Atenção Integral ao Envelhecimento (PAIE) da Universidade de Taubaté.

O objetivo do trabalho será: investigar, de um lado, a natureza da articulação linguagem-memória-envelhecimento e, de outro, o que motiva cidadãos idosos a participar de Oficinas de Memória; explorar que tipo de demanda (tanto do ponto de vista subjetivo, quanto social) tem respondido pela proposta de trabalho com a memória no Programa de Atenção Integral ao Envelhecimento (PAIE) da Universidade de Taubaté (UNITAU); verificar o perfil dos idosos atendidos no PAIE; verificar o perfil dos profissionais que executam as atividades propostas; investigar se os idosos têm queixas de memória e como elas são acolhidas e trabalhadas nesta oficina; identificar que concepções de memória, envelhecimento e velhice fundamentam as ações dos profissionais responsáveis pela oficina de memória; discutir os resultados da investigação, levando em conta de que modo a experiência acumulada no PAIE pode contribuir para minha formação profissional e, da mesma maneira, como minha formação como fonoaudióloga e pesquisadora no campo da Gerontologia pode especificamente contribuir para a realização de atividades que potencializem a memória de idosos ditos saudáveis.

A pesquisadora responsável será Isabel Cristina de Souza Gonçalves, orientada pela Profa Dra Suzana Carielo da Fonseca, da Universidade Católica de São Paulo PUC/SP.

Para tal, utilizará a técnica entrevistas junto a uma amostra dos idosos que frequentam a oficina de memória do Programa de Atenção Integral ao Envelhecimento (PAIE) da Universidade de Taubaté/ UNITAU.

Atenciosamente,

Profa Dra Marluce Auxiliadora Borges Glauss Leão

---

Coordenadora do Programa de atenção Integral ao Envelhecimento  
Universidade de Taubaté/ UNITAU