

# A INSERÇÃO DO IDOSO EM PRÁTICAS LEITORAS

Miriam M. R. Marmol<sup>1</sup>  
Vanessa F. Viana<sup>2</sup>

**Resumo:** A linguagem do idoso, cada vez mais, tem sido foco de pesquisas da Linguística e da Psicologia, que buscam identificar transformações e detectar as causas de possíveis mudanças que ocorrem no processo de envelhecimento. Atualmente, tendo em vista o aumento crescente da expectativa de vida, trabalhos sobre cognição do idoso, em especial aqueles sobre linguagem, dirigem-se, também, à promoção de uma melhor qualidade de vida nessa etapa significativa. Sabendo-se que o exercício da leitura é fundamental para manter os mais idosos ativos, socializados e para evitar ou retardar o surgimento ou a progressão de doenças neurológicas degenerativas, o presente trabalho tem o objetivo de refletir sobre como e quais ações podem ser feitas para o incentivo e acessibilidade da leitura para a terceira idade. A partir de entrevistas com idosos leitores não proficientes, criamos ações que retornarão como frutos positivos para a vida deles, como, por exemplo, a adaptação de livros. Para embasar o desenvolvimento da nossa reflexão, estabelecemos diálogos com especialistas em geriatria, autores como MARTÍN (2007), e teóricos que embasam a leitura como PAULO FREIRE (1996 e 1975), NOVAES (1997), SILVA (1995), MACHADO (2000) e Lei 10.741, que dispõe sobre o Estatuto do Idoso.

**Palavras-chave:** Linguagem; cognição; incentivo à leitura; idosos.

## Introdução

Existe, atualmente, uma grande preocupação em preservar a saúde e o bem-estar dos idosos, para que tenham um envelhecer com dignidade. A possível relação entre saúde, envelhecimento, exercícios físicos e qualidade de vida tem sido objeto de estudo de vários pesquisadores, cujo objetivo é integrar todas essas variáveis a fim de encontrar o segredo de um envelhecimento saudável.

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), até 2025, o Brasil será o sexto país do mundo em número de idosos. Esse impactante crescimento populacional de pessoas acima de 60 anos, com base na Lei Nº 10741/03<sup>3</sup> – do Estatuto do Idoso, provoca uma mudança política, social e cultural, na busca da integralização delas em todos os cenários socioeconômicos.

A perspectiva de um aumento gradativo do número de idosos na população mundial e a necessidade de um envelhecimento saudável justificam este trabalho, cujo objetivo é refletir sobre como e quais ações podem ser feitas para o incentivo e a acessibilidade da leitura para a terceira idade, pois sabe-se que a leitura melhora a memória e ainda diminui o risco de doenças como o Alzheimer.

Segundo a neurologista do Hospital Moriah, em São Paulo, e membro titular da Academia Brasileira de Neurologia Médica, Lorena Broseghini Barcelos (2016),

A leitura diminui os fatores de risco para todos os tipos de demência. Ela melhora as sinapses dos neurônios e isso ajuda na memória de trabalho, no planejamento das funções cognitivas, na memória imediata, na memória tardia, no convívio social e na linguagem. (...) Qualquer estímulo é válido, ler com os netos, ler

<sup>1</sup> Faculdade de Pará de Minas – FAPAM – Pará de Minas/Minas Gerais – Brasil. E-mail: [mamol.mmr@gmail.com.br](mailto:mamol.mmr@gmail.com.br).

<sup>2</sup> Faculdade de Pará de Minas – FAPAM – Pará de Minas/Minas Gerais – Brasil. E-mail: [vanessa.faria@yahoo.com.br](mailto:vanessa.faria@yahoo.com.br).

<sup>3</sup> Art. 1º – É instituído o Estatuto do Idoso, destinado a regular os direitos assegurados às pessoas com idade igual ou superior a 60 (sessenta) anos.

jornais, revistas, romances, livros educativos, palavras cruzadas. Mas é importante diversificar, não ficar sempre no mesmo tipo de leitura. Isso ajuda a trabalhar as variadas regiões do cérebro. (BARCELOS, 2016)

Pensando nos benefícios da leitura para a terceira idade, conduzimos as seguintes reflexões: a) Qual é o real motivo para o distanciamento entre idosos e livros? b) Que fatores dificultam o acesso dos idosos à leitura? c) Como conquistar os “novos leitores” da terceira idade? d) É possível adaptar materiais didáticos, romances e livros religiosos para a terceira idade?

O presente estudo apresenta um questionamento levantado no Simpósio Mundial da Língua Portuguesa (SIMELP), em 2017, e validado em uma startup weekend, da qual participamos no primeiro semestre de 2018. Para o levantamento de dados foram utilizadas entrevistas semiestruturadas e observações empíricas com um público idoso, leitores não proficientes.

### **Voltar-se o incentivo da leitura para a terceira idade**

A gerontologia – estudo multidisciplinar nascido nas décadas de 1930 e 1940 e reafirmado na década de 1950 – aborda a velhice e o envelhecimento sob a concepção de um desgaste biológico natural, geral e gradual com desdobramentos psicossociais. Dessa forma, o conceito de velhice perpassa todo o processo do ciclo de vida, através do qual a pessoa sofre transformações sociais, culturais, religiosas e psicológicas.

Essas alterações repercutem não apenas no aspecto biológico, mas também no psicológico e social, uma vez que a linguagem e a cognição são aspectos que merecem preocupação, enquanto essenciais para a comunicação e para o uso efetivo da língua.

É necessário levantar reflexões sobre os estudos que visam à promoção da linguagem e da cognição em idosos, tornando-os importantes para a promoção da socialização desses indivíduos.

Estudos apontam que, para minimizar os efeitos negativos do envelhecimento, especialmente nos casos em que o idoso encontra-se deprimido, o estímulo é o melhor caminho. Nesse sentido vale tudo: ver filmes, visitar exposições, dançar, cantar e, claro, ler.

A leitura manterá a mente em atividade, recebendo estímulos constantes e até mesmo assimilando novos conhecimentos, contribuindo, além de tudo, para evitar ou retardar o aparecimento ou a progressão de doenças neurológicas degenerativas, como o Alzheimer, por exemplo.

Através da leitura é possível vivenciar novas experiências, encantar-se com uma história, além do aprendizado que proporciona uma visão mais ampla do mundo e da vida.

Segundo o Ministério da Educação (MEC) e outros órgãos ligados à Educação, a leitura:

Desenvolve o repertório: ler é um ato valioso para o nosso desenvolvimento pessoal e profissional. É uma forma de ter acesso às informações e, com elas, buscar melhorias para você e para o mundo.

Liga o senso crítico na tomada: livros, inclusive os romances, nos ajudam a entender o mundo e nós mesmos.

Amplia o nosso conhecimento geral: além de ser envolvente, a leitura expande nossas referências e nossa capacidade de comunicação.

Aumenta o vocabulário: graças aos livros, descobrimos novas palavras e novos usos para as que já conhecemos.

Estimula a criatividade: ler é fundamental para soltar a imaginação. Por meio dos livros, criamos lugares, personagens, histórias....

Emociona e causa impacto: quem já se sentiu triste (ou feliz) ao fim de um romance sabe o poder que um bom livro tem.

Muda sua vida: quem lê desde cedo está muito mais preparado para os estudos, para o trabalho e para a vida.

## A INSERÇÃO DO IDOSO EM PRÁTICAS LEITORAS

Facilita a escrita: ler é um hábito que se reflete no domínio da escrita. Ou seja, quem lê mais escreve melhor.

Além dos benefícios listados acima, ler e escrever melhoram o convívio social, preservam a memória, ajudam na prevenção de doenças como o Alzheimer, aprimoram a linguagem e ajudam a aperfeiçoar as atividades do dia a dia, segundo relatos de idosos de nossa convivência.

Com isso, percebe-se que o exercício da leitura é um poderoso instrumento revigorante para o cérebro e que a atividade intelectual na terceira idade é fundamental para manter os mais idosos ativos e para evitar ou retardar o surgimento ou a progressão de doenças neurológicas degenerativas, que levam a memória e trazem as demências.

Martín (2007) diz que

assinalado o interesse da estimulação, defendemos que a educação, ao proporcionar um conjunto de padrões de atividade intelectual (por exemplo, através da leitura, da escrita, de atividades discursivas que exercitam o desenvolvimento da linguagem e do pensamento, etc.), ajuda à manutenção dos níveis de ativação cerebral ou, em muitos casos, a recuperar e a compensar a perda de estimulação ambiental ou contextual, que ocorre particularmente depois da reforma. (MARTÍN, 2007)

Do mesmo argumento, comunga a educadora Armanda Zenhas (2012) que acredita que mente e corpo, um não vive bem sem o outro estar em forma. "Mente sã em corpo são." Para o corpo são, exercício físico e boa alimentação. Para a mente sã, exercício intelectual e bom alimento”.

Quando ouvimos “incentivo à leitura” pensamos e presenciamos ações voltadas para a Infância. Poucas ações e nenhum programa/projeto governamental existem para tornar possível o acesso à leitura para os mais velhos. Em uma busca pela internet, quando pesquisamos livros para terceira idade, encontramos somente livros sobre idosos, como cuidar deles e ou dinâmicas e jogos para estimularem o cérebro, assim como também encontramos comentários de pessoas em busca de literatura “simples” para os pais já idosos.

É preciso falar da importância da leitura para essa faixa etária assim como é preciso tornar o livro mais acessível para eles. Preços mais baixos, novos espaços/bibliotecas, e, especialmente, atenção aos conteúdos.

É imprescindível, para os leitores da terceira idade, um texto interativo, tomado como um evento no qual os sujeitos são vistos como agentes sociais que levam em consideração o contexto sociocomunicativo, histórico e cultural para a construção dos sentidos e das referências.

Koch (2001) e Costa Val (1999) destacam que a atividade interativa textual não se realiza exclusivamente por meio dos elementos linguísticos presentes na superfície do texto, nem só por seu modo de organização, mas leva em conta também o conhecimento de mundo do sujeito, suas práticas comunicativas, sua cultura, sua história, para construir os prováveis sentidos no evento comunicativo. Koch e Elias (2006)

Fundamentamo-nos, pois, em uma concepção sócio-cognitivo-interacional de língua, que privilegia os sujeitos e seus conhecimentos em processo de interação. O lugar mesmo de interação – como já dissemos – é o texto, cujo sentido “não está lá”, mas é construído, considerando-se, para tanto, as “sinalizações” textuais dadas pelo autor e os conhecimentos do leitor, que, durante todo o processo de leitura, deve assumir uma atitude “responsiva ativa”. Em outras palavras, espera-se que o leitor concorde ou não com as ideias do autor, complete-as, adapte-as etc.

Acrescentamos às sinalizações textuais as ilustrações, tamanho de letra, síntese e relevância de assuntos para que realmente a leitura seja um direito em todas as idades.

Recentemente realizada pelo Ibope, por encomenda do Instituto Pró-Livro, entidade mantida pelo Sindicato Nacional dos Editores de Livros (Snel), Câmara Brasileira do Livro (CBL) e Associação Brasileira de Editores de Livros Escolares (Abrelivros), a pesquisa Retratos da Leitura no Brasil, aponta que 11% dos brasileiros com mais de 60 anos são não leitores; em suma, não leram um livro nos três meses anteriores ao estudo. O mesmo estudo aponta que 54% dos entrevistados afirmam que a falta de tempo é o principal motivo para não ler. Na soma das demais respostas, 33% referem-se à falta de acesso real ao livro e 53% ao puro desinteresse pela leitura.

Dados como esses também foram coletados durante uma entrevista feita com um corpus de cinquenta idosos para a validação da ideia de adequarmos livros em uma startup weekend. Tanto fatores físicos, como tamanho da letra, quanto fatores pragmáticos como palavras de difícil compreensão dificultam a leitura dos idosos, desinteressando-os. Durante a conversa, os leitores entrevistados nos propuseram mudanças como uso de um vocabulário popular em livros religiosos, uma vez que estes são preferência deles.

Na startup, ousamos adaptações da obra o Pequeno Príncipe de Antoine de Saint-Exupéry, uma obra de domínio público. Dentre elas, a troca de palavras por sinônimos, a mudança da segunda para a terceira pessoa, adotada em nosso estado, eliminação de adjetivos e aumentos das letras e espaçamentos foram feitas com o cuidado da não infantilização da obra, mas da acessibilidade a ela.

## Conclusão

Sempre que se ouve a frase “incentive a leitura”, pensamos logo nas crianças, porém há outros grupos na sociedade que se beneficiariam muito com o hábito de leitura, especialmente os idosos. Um livro pode ser um grande companheiro e beneficiar a saúde física e emocional de quem chegou à terceira idade, uma vez que o exercício mental da leitura ajudá-lo-a a melhorar o funcionamento do cérebro e protegê-lo-a do declínio cognitivo, pois mesmo em idade avançada novos neurônios podem nascer.

Portanto, cabe à sociedade, aos governos, aos familiares e amigos da pessoa idosa e, especialmente, a nós, educadores e especialistas da linguagem, estimular o precioso hábito de leitura. Diminuir a distância entre livros e leitores, em especial, os da terceira idade, será maravilhoso para os idosos e contribuirá para que essa seja, de fato, a melhor idade!

## Referências

BARCELOS, Loriena Broseghini. Entrevista para o site: <<https://extra.globo.com/noticias/saude-e-ciencia/conheca-os-beneficios-da-leitura-para-criancas-idosos-21778085.html>>.

BRANDÃO, Lenisa et al. Narrativas intergeracionais. *Psicologia: reflexão e crítica*, Porto Alegre, v. 19, n. 1, 2006. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/prc/v19n1/31298.pdf>>. Acesso em: 16 jan. 2007

BRASIL. *Estatuto do Idoso*. Lei federal nº 10.741, de 01 de outubro de 2003. Rio de Janeiro: Imprensa Oficial, 2002.

## A INSERÇÃO DO IDOSO EM PRÁTICAS LEITORAS

CAMARANO, Ana Amélia et al. *Idosos brasileiros: indicadores de vida e de acompanhamento de políticas*. Brasília: Presidência da República, Subsecretaria de Direitos Humanos, 2005.

\_\_\_\_\_. (Org.). *Os novos idosos brasileiros: muito além dos 60?* Rio de Janeiro: IPEA, 2004.

CASTRO, Alba T. B. de. Espaço público e cidadania: uma introdução ao pensamento de Hannah Arendt. *Serviço Social & Sociedade*, a. 20, n. 59, mar. 1999.

FREIRE, Paulo. *Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa*. São Paulo: Paz e Terra, 1996.

\_\_\_\_\_. *Pedagogia do oprimido*. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1975.

\_\_\_\_\_. *A importância do ato de ler: em três artigos que se completam*. São Paulo: Cortez, 1985.

MACHADO, Ana Maria. *Ilhas no tempo: algumas leituras*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2004.

\_\_\_\_\_. *Texturas: sobre leitura e escritos*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2001.

Martín, A. V. (2007). Gerontologia educativa: Enquadramento disciplinar para o estudo e intervenção socioeducativo com idosos. In: Osório A. R.; Pinto, F. C. (eds.). *As pessoas idosas: Contexto social e intervenção educativa*. Instituto Piaget.

NOVAES, Maria Helena. *Psicologia da terceira idade: conquistas possíveis e rupturas necessárias*. 2. ed. Rio de Janeiro: NAU, 1997.

SILVA, Ezequiel Theodoro da. *De olhos abertos: reflexões sobre o desenvolvimento da leitura no Brasil*. São Paulo: Ática 1995.

THIOLLENT, M. *Metodologia da pesquisa-ação*. São Paulo: Cortez, 1985.

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