

UNATI: RESGATANDO A QUALIDADE DE VIDA

BRUNELLI, Ângela Vieira¹; KRUG, Marília do Rosso¹; MARTINS, Erecy R. Segala¹; GARCES, Solange Billig; ALBRECHT, Gabriela²; SILVA, Miguel Julian Teixeira da²; KEITEL, Michele Machado²; OLIVEIRA, Isadora de Oliveira²;

Palavras-Chave: Idoso. Multidisciplinar. Autonomia. Socialização.

O envelhecimento é um processo universal, natural e irreversível e que ocorre mudanças em todo o organismo. A participação do ambiente em que vive e está situado pode acelerar ou retardar o processo de envelhecimento, desta forma, o projeto de extensão UNATI (Universidade Aberta à Terceira Idade) busca oportunizar aos idosos do município de Cruz Alta, a participação em atividades diferenciadas e que tem como objetivo permitir às pessoas idosas o acesso à Universidade numa perspectiva de educação permanente, estimulando o cidadão idoso a encontrar outras formas de re-inserção social e valorização de sua experiência de vida. Por se caracterizar em uma atividade de extensão de caráter multidisciplinar e permanente, outro objetivo é possibilitar a integração entre diversas áreas do saber, através de docentes e alunos de diversos cursos da Unicruz. A metodologia de ação se dá através de módulos semestrais, com carga horária distinta, e se desenvolve por meio de atividades das oficinas permanentes, como: oficina de musculação, caminhada orientada, hidroginástica, dança, oficina de inclusão digital e além destas oficinas são oferecidas avaliações e orientações nutricionais e de saúde em geral e também sobre aspectos específicos do envelhecimento. É neste contexto que o projeto de extensão UNATI desenvolvido pelo Grupo Interdisciplinar de Estudos do Envelhecimento Humano - GIEEH da Universidade de Cruz Alta prioriza a saúde e a qualidade de vida dos mesmos. Atualmente estão cadastrados 140 idosos, contemplando também os participantes do projeto de extensão Ative-se, já que ambos os grupos desenvolvem atividades em conjunto. A articulação desta proposta com o ensino e pesquisa se faz a partir do oferecimento de oportunidades para que os idosos da comunidade tenham acesso a um programa de inclusão social, assim como a possibilidade de que os alunos da graduação e pós-graduação possam realizar trabalhos de conclusão de cursos que colaboram com resultados importantes para a inclusão de propostas que objetivem a melhoria da qualidade de vida da população-alvo. A Unicruz, desta forma, atende o que preconiza a Política Nacional do Idoso e o Estatuto do Idoso que incentiva a criação de programas e projetos que promovam a participação e a inclusão social do idoso, numa perspectiva de emancipação dos sujeitos envolvidos.

¹ Professores do CCS da Universidade de Cruz Alta. Pesquisadores do GIEEH.

² Bolsistas PIBIC e PIBEX da Universidade de Cruz Alta.